



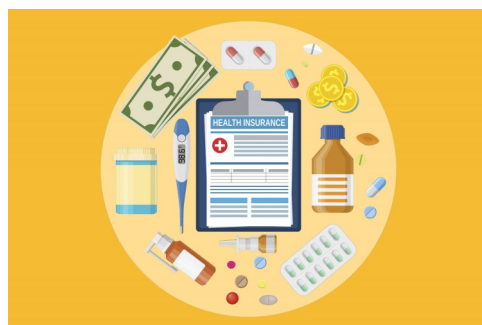
美國救援計劃法案-醫療保險篇

疫情以來，美國政府一直通過不同的法案來緩和新冠病毒大流行為各行各業帶來的經濟衝擊。當拜登總統於今年三月份簽署2021年《美國救援計劃法案》並獲得通過時，1400美元的刺激經濟紓困金和延長失業福利得到了大部分關注。其實，這個美國救援計劃也包含了很多不一樣的社會福利和條款，當中的條款可以改善數百萬低收入戶的醫療保險負擔能力，這重大轉變影響每個現在使用奧巴馬醫療保險計劃的用戶，令大部分人的醫保月費都有變化。

增加對當前符合條件奧巴馬醫療保險受保人的保費補貼

針對低收入用戶，即是收入低於FPL150%的受保人（年收入單戶家庭為\$19,000；四口之家為\$39,000），他們可以獲得接近\$0月費的銀計劃。2. 對於那些收入低於FPL400%的人（單戶家庭為\$50,000，四口家庭為\$103,000）醫療保險補貼則會大幅提高，即是說，月費會普遍相比過往的月費更便宜實惠。

3. 以往，收入超過400%FPL（單戶家庭為\$50,000，四口家庭為\$103,000）的家庭並不符合任何醫療月費補貼，通過法案之後，首次超過收入的家庭將有資格獲得保費補貼（保費支出上限為收入的8.5%）



失業人士獲得額外醫療保險福利

如果您獲得失業金，您可以大幅節省2021年的醫療保險開支。您將獲得最大額度的保費稅項減免（APTC），保險的費用分擔也會減少。關於失業人士的醫療福利，是提供給在2021年期間的任何1週內獲得或批准接受失業金的人，他們必須加入銀等級以上的計劃，才能從分擔費用的削減補貼中受益。獲得失業金的人士如果加入 Cascade 或其他標準銀計劃，保險月費可低至每月\$1，自付額低至\$150，是美國醫療保險前所未有的實惠價錢，大大減少了失業人士的醫療負擔。（下接第4頁）

5月17日前仍可申報2020年度稅表

財政部和國稅局(IRS) 於3月17日宣佈，將 2020 稅務年度的聯邦所得稅繳納截止日期從 2021 年 4 月 15 日推遲到 2021 年 5 月 17 日，並且不論須繳多少稅款都不會產生罰金和利息。這項推遲適用於個人納稅人，包含須繳付自僱稅款的個人。罰金、利息以及加徵稅款將會在 2021 年 5 月 17 日開始在未繳清的餘額上累計。在 5 月 17 日前繳付稅款的個人納稅人將會自動避免利息和罰金。詳情：<https://www.irs.gov/zh-hant/newsroom/tax-day-for-individuals-extended-to-may-17-treasury-irs-extend-filing-and-payment-deadline>



\$40耆老農夫市場蔬果券申請截止日期為5月17日



對於這一向受60歲或以上人士歡迎的優惠計劃，雖然有「符合資格的前8000名申請人」的規定，加上由於此項由聯邦政府一年資助一次的計劃是採取「電腦隨機抽選程式」抽出中獎名單，所以，未申請的金郡家庭只要符合收入限制（1人家庭月限為\$1,986；2人家庭月限2,686）仍可在5月17日或之前申請！（今年的申請，仁人耆老組社工可通過電話

代為填寫申請表）

緊記「優惠券(\$40) 將於7月份寄給抽中的申請人」，所以，已申請者只需耐心在家等候郵件，毋須向仁人尋求協助查詢申請結果。

西雅圖市7月底接受市民申請明年新鮮蔬果券

最新消息：只接受西雅圖市居民申請的「新鮮蔬果券」(Fresh buck) 現仍在籌劃明年的計劃擴展，包括邀請更多亞州食品市場合作（不只局限於Safeway及農夫市場），暫定有關申請將在7月底舉行，確實日期及詳情6月後才公佈。



華埠搬遷龍雕像意見調查 (CID Dragon Sculptures Relocation)



西雅圖唐人街國際區維護發展署 (SCIDpda) 由 4 月 1 日至 5 月 23 日期間，收集社區對搬遷華埠龍雕像到更顯眼位置的意見。以問卷形式進行，所需時間大約 5 分鐘。填寫意見方法：(1) 網上中文問券：https://www.research.net/r/CIDDragon?lang=zh_Hant；(2) 填寫紙的問券。

如您是唐人街國際區居民將有資格獲得價值 \$10 的 Uwajimaya 代金卡，共有 350 張代金卡，先到先得。查詢及索取問券，請聯絡 SCIDpda 職員劉卓珩 (206) 488-3266。



西雅圖公共圖書館暫只有碧近山、湖城及西南圖書館作有限時間的個人服務

疫情發展至今，西雅圖公共圖書館 16 間館繼續提供「路面領取或歸還物資服務」(curbside services)，詳情，可瀏覽其網址：<https://www.spl.org/hours-and-locations/road-to-reopening/curbside-services>！

4 月底開始，每星期二至六中午至下午 6 時在碧近山、湖城及西南圖書館分館 (Beacon Hill, Lake City and Southwest branches) 已提供有限時間的個人服務 (limited in-person services)，主要是職員提供電腦、技術支援 (computers, tech assistance from staff) 和提供充電站 (charging stations)。不過，由於需每 1.5 至 2 小時作全館暫停 1 小時清潔，建議出發前，先在其網址查詢其開放時間：

<https://www.spl.org/hours-and-locations/road-to-reopening/in-building-services>



(上接第1頁)

那誰能夠符合資格獲得加額的稅項減免，以獲得更實惠的醫療保費呢？

如果您符合以下條件，則有資格獲得稅收抵免：



1. 通過Washington Healthplanfinder購買醫療保險
2. 無法通過工作或其他政府計劃獲得其他保險選擇
3. 是美國公民或是合法居民
 - 以單身，戶主或已婚聯合申報的形式提交納稅申報表

此項轉變將會在2021年五月初實施，就算您現在持有一般的銅計劃，由於這項轉變，你有權選擇升級您的醫療計劃或更改您的保險公司。您可從現在開始到八月十五日期間選購或轉變您的醫療計劃，以獲得更好的醫療保險。如果您之前因為種種經濟負擔，仍然未能選購醫療保險，您可以在6月開始於“Wahealthplanfinder”上註冊並獲得美國救援計劃可能獲得的額外保費稅收抵免。在6月之前通過Washington Healthplanfinder參加健康計劃的月份中，當您提交2021年稅時，您將獲得符合資格的額外保費稅收抵免。請注意，此項轉變是應對疫情的特殊情況，保險月費也是前所未有的實惠，為了確保每個人都有選擇及選購符合自己經濟狀況的醫療保險，以備不時之需。因此，這項轉變設有時限性的，您的新月費從2021年到2022年年底適用。請密切關注這一方面的消息，以留意進一步的轉變。

重要日期時間表：

4月：通知已發送給當前註冊的客戶•大多數不需要採取行動即可接收新的儲蓄（5月7日至15日自動應用）。

5月6日：系統已更新以反映新的儲蓄。

5月7日至15日：開始降低成本覆蓋範圍，新的節省額自動應用於符合條件的人士；帳戶更新後將發送通知，繼續適用於6月份的覆蓋範圍。新投保人士必須在5月15日之前註冊從6月1日起生效。在6月之前註冊2021年醫保的客戶在提交2021年稅款的月份將獲得額外的節省。

現在直到8月15日：醫療保險特殊開放期容許（1）新的特殊註冊期限簽約的投保人士（包括那些目前沒有保險的人，在場外市場或失去僱主保險的人士）；（2）想要轉換計劃的現有客戶。



仁人服務社新設家庭資源及支援計劃

家庭資源及支援計劃是仁人服務社新開設的計劃，主要透過合適的語言和文化來支持金郡東區的華語和俄語社區。我們家庭資源及支援計劃的社工會對新移民及其家庭提供專業的協助，例如提供資訊和直接援助、教育、外展和倡導服務，以協助求助者可獲得相關資源及能在社區中有豐盛的生活。

本計劃與東區市政府和社區合作夥伴緊密合作，以滿足移民社區的新興需求包括可負擔房屋、財務穩定、醫療保健、教育及公民參與等。

我們在貝爾維尤（Bellevue）和雷德蒙德（Redmond）的服務地點，由於社交距離原因已暫時關閉。請聯繫以下電話號碼尋求幫助：

普通話及廣東話：425-289-6805 或206-330-4627

俄語：425-502-0883

社安局提醒W-2表格僱員資料

準確性將影響日後社安金發放

準確的工資收入記錄對於社會安全局和美國的每一位僱員來說都非常重要。如果國稅局W-2表格上的姓名和社會安全號與社會安全局的記錄不配合，社安局將無法把收入記入該僱員的記錄中。如果收入遺失，則有可能導致失去獲得社會安全金福利的資格，或者福利金額出現錯誤。

從歷史上看，僱主每年交送給社安局的W-2表格中大約有10%的姓名和社會安全號與社安局記錄不相符。造成這種情況有多種原因，比如記錄時手誤、姓名更改未報告、不準確或不完整的僱主記錄等。社安局可以通過使用20多種自動匹配途徑識別出經常發生的錯誤，將這些錯誤糾正，並將上報的收入準確記入僱員的正確收入記錄中。





社安局始終著力於向各級大小僱主強調關於準確記錄工資收入的重要性並鼓勵他們使用免費的相關工具。他們與美國薪資協會和全國計算機稅收處理協會等組織與機構密切合作、積極參與國稅局的全國稅收論壇和大型薪資報告代理商的季度會議。社安局的僱主服務聯絡官和公共事務專家在全國範圍內通過對當地的參與對小企業僱主進行相關教育。

在這些活動中，社安局都會介紹他們的在線服務組合Business Services Online (BSO)，網址為<https://www.ssa.gov/bsowelcome.htm>。BSO中包含的工具為僱主提供了在輸入和提交工資報告之前、期間和之後糾正錯誤的機會。這些工具包括：

1. AccuWage：可下載軟件，通過識別常見格式錯誤在提交工資報告之前檢測其準確性。
2. 社會安全號驗證服務：免費服務，可在提交工資報告之前驗證所有僱員的姓名和社會安全號是否與社安局的記錄相匹配。
3. 查看姓名和社會安全號錯誤：工資報告提交後可查看處理狀態和錯誤（包括姓名和社會安全號不匹配）。



社會安全局局長安德魯·索爾（Andrew Saul）表示：“社安局掌握全國僱員準確的工資收入記錄非常重要，而這就要求僱主們提供準確的工資報告。我鼓勵所有的僱主，無論大小，使用Business Services Online上的免費工具。每個僱員的收入記錄決定了他們將來申領社會安全福利的資格和金額，因此準確性至關重要。”

索爾局長還決定將不再繼續向僱主郵寄《僱主糾正要求通知書》（EDCOR），而是鼓勵僱主使用更好、更便捷的電子方式來報告和更正工資收入。EDCOR是用來通知僱主，他們所提交的W-2表上的姓名和社會安全號與社安局的記錄不相符，並提供有關如何使用BSO上的工具糾正錯誤的指導說明。社安局還將繼續利用新的渠道來教育僱主，向他們提供現代化的工資報告電子軟件，能夠使之在上傳工資報告時實時獲知報告中出現的錯誤。

除了與僱主的合作外，社安局還鼓勵僱員在社安局網站www.ssa.gov/myaccount 創建自己的my Social Security社安帳號，在個人帳號中可以查看自己的收入記錄並提出更正。

人們可以在 *my Social Security* 個人帳戶裡檢查個人信息並與社安局處理各種有關事宜。如果已經獲得了社會安全金福利，可以在線要求或更改銀行轉賬、要求重寄 SSA-1099 表；如果需要福利證明，則可以從其帳戶中打印或下載最新的「福利核實信」。

尚未領取福利的人士可以通過其網上帳戶獲取個人的「社會安全收入聲明書」，聲明書提供收入信息以及將來福利的預估。大多數州的居民，如果符合某些要求，可以在線申請換領社會安全卡。

除此之外，*my Social Security* 門戶網站還有其他相關網上服務信息的鏈接，包括申請退休、殘障福利和聯邦醫療保險（Medicare）等。



仁人耆老諮詢及輔助組微信群

歡迎使用此二維碼，加入我們耆老諮詢及輔助組微信群，將可獲得我們仁人及政府的最新資訊及與社工保持聯繫。



仁人服務社暫停服務公告

美國國殤日：2021年05月31日（星期一）

不便之處，敬請原諒！

Sound Generation 提供Hyde Shuttle免費

接送巴士服務

因應疫情影響，很多長者都少了外出購買日用品，探望朋友，去老人中心，或去看醫生。除着疫情慢慢地受控，長者們都期望慢慢地回復正常的生活。現在讓大家介紹福利機構Sound Generation 的Hyde Shuttle接送巴士服務，這項方便又免費的乘車服務，可以讓您放心地外出。



Hyde Shuttle接送巴士服務的宗旨是接載有需要人士到達目的地，但是Hyde Shuttle也有一些限制的。目前Hyde Shuttle只能在其本地服務區域內行走，並不能跨區服務。例如您住在西雅圖地區，Hyde Shuttle僅可在西雅圖市區範圍內服務，並不能乘載您去其他金郡城市。Hyde Shuttle服務範圍現已擴展到Kent，但還沒有擴展到東區。



Hyde Shuttle在以下14個區域提供服務：

1. Southeast Seattle - Beacon Hill
2. Burien - Highline
3. Central Seattle (First Hill, Capitol Hill, Central Area and the International District)
4. Des Moines - Normandy Park
5. Federal Way
6. Northeast Seattle
7. Northwest Seattle
8. Queen Anne/Magnolia/Interbay
9. Renton
10. SeaTac/ Tukwila
11. Shoreline - Lake Forest Park
12. Skyway Snoqualmie Valley
13. West Seattle
14. Auburn

乘車需知

Hyde Shuttle提供就近路邊上落服務，或如有需要時可以提供門到門服務。如果長者有困難上落車，司機可以協助您。與此同時請切記要準時。由於交通可能會延遲，請預留時間。如果延遲時間較長或司機提早到達，司機會打電話給您。由於Hyde Shuttle 是一項共享的乘車服務，所以其他人也會和您一同在車上。在車途中，司機可能會停下來接送其他乘客。



如果您有移動設備包括輪椅，助行器，踏板車和拐杖。請您在預約Hyde Shuttle時，跟預約員聲明您使用的移動設備。好讓司機能確保移動設備的安全。

司機是按照路線分配的順序進行接送服務，所以司機是不允許偏離預定路線。這些路線都是盡可能有效地滿足所有乘客的需求，所以會有先到先得的規則。

如果您無法獨自乘車，您也可以帶一個人陪同您乘車。不過預約時，請告訴預約員您需要帶同一名家人，朋友，或個人護理員陪同您乘車。

如果需要取消預約，請在前一天中午之前打電話給Hyde Shuttle。如果您多次預約服務後都沒有出現，您將會被暫停使用該服務。

預約資訊

所有55歲及以上的長者或是有任何殘障的人士都可以乘搭Hyde Shuttle。如有興趣，請按照以下說明預約Hyde Shuttle:

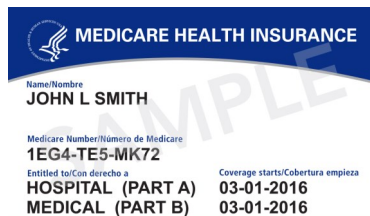
請先致電 (206) 727-6262，按通後請按1預約。

請注意Hyde Shuttle預約中心的接聽電話時間為星期一至五由早上8:00到下午4:30。如果你想早一點預約，最早您可以30日內打電話預約，最遲須要提前一天打電話預約。

但如果您有緊急情況需要當天接送服務，請致電206-727-6262，Hyde Shuttle也可能會提供安排。



2021聯邦醫療保險費用節省計劃



2021年聯邦醫療保險 (Medicare) Part A (住院服務)，如累積工作點不足30個點，月費高達\$471。Part B (門診、化驗服務等)，就算累積工作點超過40個點而合資格領取政府退休金，仍須繳付月費\$148.5。因此，各州政府均設有聯邦醫療保險費用節省計劃 (Medicare Savings Programs)，為合資格人士支付 (紅藍卡) 月費及相關醫療費用。聯邦醫療保險費用節省計劃共分為幾個級別，分別是

QMB (Qualified Medicare beneficiary 合資格之聯邦醫療保險受益人) 計劃：支付聯邦醫療保險Part A和Part B月費，自付費(deductibles)，共付費(copayments)但處方藥物費用除外。SLMB (Specified Low-Income Medicare Beneficiary 特定低收入受益人) 計劃：支付聯邦醫療保險Part B月費。QI-1 (Qualified Individual Program合資格之個人) 計劃：支付聯邦醫療保險Part B部份月費。

離境超過三十日須申報暫停補助

另外，最近有不少耆老因離美超過一個月而申報暫停該項醫療補助後，回美收到以千元計的紅藍卡月費帳單，大感困擾。政府規定凡領取福利人士離開美國超過三十天，必須離境前申報暫停福利，而紅藍卡補助計劃亦不例外；因此當長者申報後，州政府便會由下月起暫停為該名長者向聯邦政府支付紅藍卡月費。換言之，長者每月便須自付紅藍卡Part A、Part B月費合共高達\$619.5。

申請恢復補助後可能最少須自付兩個月月費

因此長者離美後，回來即時申請恢復紅藍卡補助計劃，但政府是有三十天等待期的規定，才會接受其申請，再加上政府一般需時兩至三個星期的處理時間；這樣就算長者離境只有一個多月，亦很大機會須自付兩個月的紅藍卡月費，即超過一千二百多元的費用。筆者便遇到一個真實個案，一名長者去年三月離境返中國，向福利局申報暫停紅藍卡補助計劃，到六月初回來後要求恢復補助，結果該名長者收到福利局的信件表示，州政府只會由七月恢復福利的這個月起支付紅藍卡月費，但四、五、六月合共一千八百多元的月費則不會代為支付。如聯邦政府超過三個月都收不到紅藍卡月費，紅藍卡便會自動被取消，直至拖欠的月費清還為止。因此筆者再次提醒享有聯邦醫療保險費用節省計劃的長者們，在長時間離美前須三思可能承受的後果；因大家必須謹記現在不用繳付高昂的紅藍卡月費，全因州政府有關的醫療補助幫大家「結帳」，正所謂「幸福不是必然的」。

近期冒充社安局職員電話或電郵詐騙個案上升



在疫情持續的情況下，社會安全局在各地的地區辦事處仍然暫停開放，但民眾仍可透過電話或網上獲得社會安全局各項服務。不過，近期，社會安全局不斷收到有人報稱被不法分子透過電話或電郵冒充社安局職員詐騙。

社安局表示，這些不法分子在電話或在電郵中向接聽電話或查收電郵的人士發出逮捕恐嚇，逼他人就範，交出個人的個人信息。社安局提醒，大家對於此類詐騙行為必須時常保持

警惕。

社安局絕不會以暫停工卡威逼交出個人資料

為了維持正常服務，社安局的職員會在疫情期間通過電話處理大部分的工作，但社安局職員絕不會通過電話或電郵向大家做以下的事情：

1. 以逮捕、停止福利或採取司法行動要求民眾提交個人信息；
- 2、發出社會安全號碼（工卡號碼）被暫停的消息；
- 3、發出增加福利金額或提供其他補助的承諾；
- 4、發出通過現金、轉賬、購物卡、商場購物卡或銀行卡收取手續費的請求；
- 5、以辦理和社會保險有關問題為由要求提供個人秘密；
- 6、通過電郵發出包含由個人信息的社安局通知書或正式報告。

社安局強調，如大家遇到疑似詐騙的行為，大家要把可疑電話馬上掛掉和把可疑電郵馬上刪除。同時，不可把個人的任何信息交給任何疑似電信詐騙分子。

如懷疑受騙或遭不合理對待應主動舉報

如懷疑自己由社安局管理和發放的醫療保險、福利和退休金受到詐騙行為的影響、懷疑有人通過冒充社安局職員身份行騙、懷疑有社安局的部門或職員在處理事關自己權益的業務中有不當的行為並造成自己權益的損失（如福利金額的不合理上升或下降），大家有權向聯邦政府的總督察長辦公室（Office of Inspector Office）的網站：[https:// secure.ssa.gov/pfrf/home](https://secure.ssa.gov/pfrf/home) 或<https://oig.ssa.gov/> 提出報案，以便使自己的權益得到有效的保障。



如何確認美國政府部門網頁真偽

根據美國政府聯邦緊急管理部門(Federal Emergency Management Agency (FEMA) 網頁有以下方法來確認美國政府部門網頁真偽。



Official websites use .gov

A **.gov** website belongs to an official government organization in the United States.

網址上末端是 .gov，這才是美國政府官方的網頁



Secure .gov websites use HTTPS

A **lock** (🔒) or **https://** means you've safely connected to the .gov website. Share sensitive information only on official, secure websites..

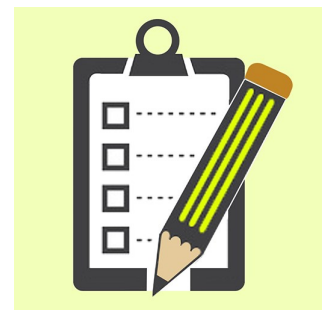
政府官方網址前端是有以上「小鎖標誌」或 **https://**，這代表您已經安全地與政府網址連接上。只在官方及安全的網址分享敏感資料。

(筆者按：敏感資料包括個人資料：姓名、性別、出生日期、地址、工卡號碼、銀行/信用卡資料等)

【健康園地】

孤獨或寂寞自我測試表

在新冠疫情下，不少人因怕被感染而不敢出門，再加上身處經常下雨的西雅圖。您會否擔心自己或親友會有「孤獨或寂寞」的潛在危機，以下是翻譯自美國Eldercare Locator的網址：
<http://www.n4a.org/Files/Isolation%20BrochureFINAL.pdf>
的自我測試表，不妨一試。



1	我是獨居的	是	否
2	我與我的家庭成員每星期有幾次見面或傾談	否	是
3	我與我的朋友每星期有幾次見面或傾談	否	是
4	我會為每日有需要協助處理不同事務（如：煮飯、交通接送和購物）的家庭成員或朋友提供每日照顧及支援	是	否
5	當我需要往我想去的地方時，我通常都可以有人提供交通	否	是
6	如沒有別人幫忙，我是有困難或沒有可能離家	是	否
7	我感覺我對我周圍的人及世界作出有意義的貢獻	否	是
8	我一星期會與家庭成員或朋友參加社交活動或參與有組織的群體活動（如：教會、文化表演、集體用餐、運動課、支援小組等） 註：在新冠疫情下，為保持社交距離，應參與網上虛擬的社交活動。	否	是
9	我經常感覺我缺少伙伴	是	否
10	我經常感覺被冷落	是	否
11	如果我有問題及需要幫忙或忠告，我知道有人可以依靠	否	是
12	如果我有好消息或想講任何有趣的故事，我知道有人可以講	否	是
13	在過去一年內，我遭受了重大損失或變化，像一個親人的死亡或退休	是	否
	在右列，你共答有幾多個「是」		X

若獲兩個「是」，表示您有孤獨的危機，若能醒覺有關危機因素，您便會逐步避免孤獨；若獲三個或以上的「是」，表示您可能已經經歷了孤獨的負面後果。

長期的「孤獨」，是會嚴重影響您的健康，猶如每日吸煙 15 支對健康的影響！估計美國每五位便有一位 50 歲或以上的成人（最少有 8 百萬人）受「孤獨」所影響。影響所及會帶來：較高機會患心臟病、免疫能力降低、抑鬱及焦慮、腦退化症/失智症（包括阿爾茨海默氏病、入養老院或使用緊急服務，甚至死亡。

導致您處於孤獨或寂寞危機的因素包括：獨居；行動障礙；重大的生命轉變或損失；低收入或有限的財政資源；為重病的人作照顧者；缺乏社會支援；語言障礙；年齡、種族、性取向及/和性別的障礙。專家認為解決方法應擴闊您的生活圈子。

西雅圖單軌空中列車(Seattle Monorail) 暫停行駛至5月6日由於進行車站改造 (station renovations)，穿梭於西雅圖市中心 (Seattle Downtown) 與西雅圖中心 (Seattle Center) (位處太空針Space Needle售票處入口對面) 的西雅圖單軌空中列車需暫停服務。疫情影響，為減少病菌傳播，暫不接受現金購票，只接受智慧卡/電子交通卡(ORCA card) 或信用卡/借記卡 (credit card / debit card)。注意雖然可用智慧卡/電子交通卡 (ORCA card) 支付車費，但它的車費是不同的：6至18歲青年人價和減費價(reduced rate，指65歲或以上老人、殘障人士、持身份証軍人、持ORCA LIFT低收入人士)單程也要\$1.50。19至64歲成人\$3，不過，如所用的ORCA卡內有巴士月票(bus pass)或電子錢包(E-purse)，仍可維持享有2小時的轉車優惠(transfer credit) 或只需按差價付費。此外，用信用卡付費還要3.7%附加費用。



5月9 日前參與Metro 巴士服務意見網上調查 Annual International Bus Benchmarking Group (IBBG) survey

為進一步改善巴士服務，金郡Metro transit現正聯同全世界14間其他交通機構進行乘客服務意見調查，調查結果會彼此分享及比較。您提供的資料是保密及不會作其他用途。中文問卷，可連

線：<https://www.surveymonkey.co.uk/r/IBBG-KingCounty-Chinese>

老人及較高危顧客(seniors and higher-risk customers)到訪位處華埠的Metro 巴士月票售票辦公室(Metro's pass sales office) 建議時間

現時位處華埠201 S. Jackson St., Seattle, WA 98104 Metro 巴士月票售票辦公室(Metro's pass sales office) 的辦公時間為週一上午8:30 至下午1時及下午2時至4:30。老人及較高危顧客(seniors and higher-risk customers)到訪時間建議為上午8:30 - 9:30或星期四下午3:30 - 4:30時。雖然有關網頁沒有詳情解釋，筆者相信是人流較少或職員人手配合的理由。

Sound Transit宣佈輕軌北閘線 (Northgate Link lightrail extension)

將於今年10月2日通車

通車後由西雅圖市中心至北閘(Northgate) 只需14分鐘。全長4.3英哩的輕軌延伸段設有3個車站：兩個分別為大學區(U District)和羅斯福區(Roosevelt)提供服務的地下車站，以及一個在北閘(Northgate) 的高架車站 (elevated station)。在北閘(Northgate)除0.8英哩外的高架軌道 (elevated track)都位於地下。



華州新增醫療補助護理服務詳情

當今社會，醫療服務及計劃已成為現代人保持身體健康不可或缺的一部分。但是，常規的醫療服務通常需支付較為昂貴的費用，而政府所提供的補助項目又主要針對低收入人群，有較為嚴苛的經濟審核條件。這使得部分擁有一定收入、資產的人群苦於無法負擔常規醫療服務，又無法參與政府補助計劃，因而只得默默忍受生活上的不便甚至於病痛的折磨。因此，為了幫助此類人群走出困境，華州政府推出了一項新增醫療補助護理計劃，即MTD服務 (Medicaid Transformation Demonstration)。

何為MTD及其服務有哪些特別之處?簡單來說，MTD服務即為一項擁有一定財產也可申請的服務。申請者在使用MTD服務時亦可保留一定的收入以及資產，如存款、股票等。更為重要的是，MTD服務是一項完全免費的服務。若申請者保有資產，使用或參與MTD服務亦不會帶來任何形式的資產追討。MTD服務下屬有三項不同分類：

MTD 分類	Medicaid替代照護服務	老年人定制支援服務(有照顧者)	老年人定制支援服務(無照顧者)
基本申請要求	申請者應為美國公民，或持有綠卡五年或以上； 申請者亦應居住在King County(金郡)範圍內，且應為55歲或以上；若與照顧者一同申請，則照顧者需為18歲或以上。		
申請形式	需申請者同一位照顧者一起申請		只需申請者一人申請
資產	符合Medicaid申請條件或已參與政府Medicaid計劃	申請者一人月收入不可超過\$2,349，資產保有總額不可超過\$53,100單身申請者或\$111,175已婚申請者，與配偶資產一同計算	
居留身份	申請者應為美國公民，或持有綠卡五年或以上； 申請者亦應居住在King County(金郡)範圍內，且應為55歲或以上；若與照顧者一同申請，則照顧者需為18歲或以上。		
資產審核方面	申請者自用的房屋、車輛亦不會被計算；申請者以往做出的任何資產轉移均不會影響申請資格，無論形式、數額、時間。		
服務和支援	機構專人個人護理；家務和代辦事務；個人諮詢及互助小組；平安鐘(個人應急服務PERS)；成人日間看護中心；專用醫療設備或用品。		

滿足所有上述條件後，社工會對申請者進行簡單評估，若社工認為申請者有照護需求，則申請者已滿足所有申請條件，即可嘗試申請MTD服務。

華州政府護理計劃種類繁多、申請條件各有不同，歡迎耆老致電詳詢。若您想獲取關於MTD服務更多內容，或諮詢申請環節，請致電仁人服務社查詢。

【平等共融】

仇恨犯罪的旁觀者應有的行為



根據西雅圖警方公佈，在西雅圖市「反亞裔的仇恨犯罪」數字正持續增加，更有升級的趨勢。在其他近期發生的反亞裔襲擊事件的影片中，常可看到旁觀者原地不動，人們的無動於衷令人心碎。即使襲擊發生在光天化日之下的繁忙街道，受害者也許只能自生自滅。許

多亞裔美國人已經因持續發生的襲擊事件感到精疲力竭，而襲擊者的肆意妄為，加上旁觀者看似冷漠的態度，引發了新一輪的恐懼。

對於襲擊事件，有聲援受害者的，有指摘加害者的，有看熱鬧的，但我們目前最應該做的，是要開始自我反思。反思到底什麼行為屬於仇恨犯罪，而我們自己又有沒有因為一句玩笑話、一個惡作劇曾給別人帶來傷害？假設我們每一個人都可能是仇恨犯罪的旁觀者，人人都有可能採取行動來阻止此項犯罪的發生和惡化。



旁觀者分為置身事外的旁觀者和積極主動的旁觀者，呼籲大家改變事不關己的態度，成為積極主動的干預者，只要目睹有人被騷擾，有仇恨犯罪發生，就要採取積極的應對策略，進而積極改變傳統社會規範與種族不平等。

當你看到有人被騷擾時，作為目擊者所需知道的五個行動準則：5 "D's"
adapted from Hollaback!

- 1) **直接Direct**: 直接回應加害者，或者在需要的時候以實際行動干預。有自信，果斷，冷靜。
- 2) **找人幫忙Delegate**: 向他人尋求幫助-要求協助，支援或者請其向第三方尋求援助。
- 3) **分散注意力Distract**: 將注意力從加害者、受害者與整個狀況中移轉焦點。
- 4) **拖延Delay**: 在事後關懷受害者 並且教育自己與社區事件發生的原因。
- 5) **收集證據Document**: 如果已經有人正在幫助受害者，你可以拍照片或影片存證。未經受害者同意前，絕不可以公開或分享影音證據。

不要坐視不理，行動起來吧！

另外，美國政府宣布了一系列打擊反亞裔偏見的新措施，包括發布更多仇恨犯罪事件數據，並採取措施鼓勵人們舉報。為了向社區在文化和語言上提供適當的支持，仁人服務社亦與其他聯盟夥伴組成**反仇恨與偏見聯盟**（Coalition Against Hate & Bias），進行「**仇恨和偏見事件響應調查**」（Hate and Bias Incident Response Survey）。

您最近是否經歷或目擊過出於種族、國籍、性別、宗教、能力、年齡、性別取向或其他身份的：

• 暴力行為 • 言語騷擾 • 拒絕服務或就業 • 任何其他歧視。仁人鼓勵您與我們聯絡報告，所有舉報人士將不記名，事件內容均會保密。我們可為您提供免費的資訊、轉介和其他支援與幫助。

聯繫我們：

1. 粵語/英語：(425) 240-5825
2. 普通話/英語：(206) 393-2110
3. 俄語/英語：(425) 326-9497
4. 西班牙語/英語：(425) 598-5436
5. 越南語/英語：(206) 235-4372

電子郵件：antihb@cisc-seattle.org

這不是緊急服務。如果您有危險，請致電911。

網頁連結二維碼



西雅圖中心網上節日慶祝



Seattle Center Virtual Festal (Online Events)

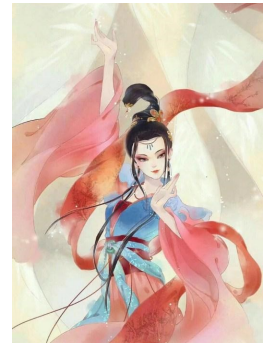
疫情影響至今，西雅圖中心(Seattle Center) 舉辦的慶祝節日仍改為網上舉行，民眾可免費欣賞不少免費活動。聯繫方法，先通過以下網址登記：<http://www.seattlecenter.com/festal-email>

將定期收到按您選擇的喜好節目通知。有些節目會在舉行當日在臉書 (Facebook) 作同步現場直播。不過，最可靠方法還是預先登記：跟著指引購票形式（注意：由於免費活動亦是使用同一電腦購票系統來登記，所以，在辦理登記手續時，要注意活動有否註明收費。）

中國一瞥-西雅圖中國文化藝術節5月8 日舉行

中國一瞥-西雅圖中國文化藝術節是VIRTUALFESTAL系列活動的一部分，在4CULTURE的大力支持下。2021年的主題是“世界聚集地”，將全年舉辦的一系列24個免費節日聯繫在一起，每個節日都有獨特的文化焦點，個性和一系列引人入勝的活動。

這個節日探索了中國的傳統和當代影響，通過民間舞蹈，藝術品，舞蹈等，涵蓋了5,000多年的歷史！在5月8日中午12時至下午1時30分在臉書(FACEBOOK)上進行虛擬表演，費用全免。當日表演項目包括中國擊鼓與音樂、武術表演、在西方樂器中演奏中國音樂、中國傳統與民族舞蹈、中國茶道-點茶、中國椅子的製作-明代家具、長安幻想-穿著中國古代樂器和服飾的幽靈巡邏、中國武術和太極拳等。



詳情請瀏覽網址：<http://www.seattlecenter.com/events/event-calendar/a-glimpse-of-china-seattle-chinese-culture-and-arts-festival>

非洲精神 (Spirit of Africa) 5月15 日(星期六) 下午3時-5時

詳情請瀏覽網址：<https://www.facebook.com/SpiritOfAfricaFestival>

[SpiritOfAfricaFestival](https://www.facebook.com/SpiritOfAfricaFestival)



殘障人士疫苗注意事項



殘障問題本身並不會增加您的新冠病毒COVID-19感染風險。您的生活場所（如長期護理之家）可能會增加您的感染風險。您的風險可能來自於需要與您密切接觸的護理人員，也可能因為您難以佩戴口罩、與他人保持至少6英尺的距離或洗手。許多殘障人士患有糖尿病、癌症、心臟病或肥胖症。這些疾病可能導致您因感染新冠病毒而面臨重病高風險。與您的醫生談談可能會使您因感染新冠病毒而面臨重病高風險的健康情況以及接種新冠病毒COVID-19疫苗的問題。唐氏綜合症是一種可能增加新冠病毒重病風險的疾病。您可能有些疑惑為什麼基礎疾病清單中沒有列出您的殘障問題。美國疾病控制與預防中心(Centers for Disease Control and Prevention) CDC會在有足夠的科學證據支援後將相關疾病列入清單。

如何讓我的護理提供者獲得COVID-19疫苗

您可能需要有人幫您完成日常活動，例如護理服務提供者。護理服務提供者可能屬於免疫接種計劃中的基本服務員工。收容所、家庭健康護理和集體之家提供者屬於基本服務員工。家庭健康護理提供者包括具備專門技能的護士和治療師以及居家提供個人護理服務的其他人員。您可能需要父母或家庭成員幫您完成日常活動。為您提供護理的人士可能會與您同時接種COVID-19疫苗，具體取決於他們的生活狀態。您的家庭成員或護理服務提供者可以聯繫其所在州的衛生部門，瞭解是否可以與您同時接種COVID-19疫苗。

免疫接種後會發生什麼

您可能會出現輕微的副作用，例如疼痛、發紅或手臂腫脹，或感到疲勞、頭痛、肌肉疼痛、發冷、發燒或噁心。這些副作用都是正常的，可能會持續幾天。如果您接種了COVID-19疫苗，而且副作用在幾天內沒有消退或出現更嚴重的癥狀，請致電您的醫生。



有些COVID-19疫苗需要2針才能得到充分保護。第一次和第二次接種的相隔時間取決於您接種的是哪種疫苗。第二次接種應該盡量接近建議的間隔時間。完成全劑量COVID-19疫苗接種後，您也許可以開始進行一些因疫情而停止的事情。

親屬移民進度情況

移民局通告在2021年05月份親屬移民遞件排期表如下：

親屬移民(中國大陸出生者)		
	A表格“移民簽證的最後批准日期”	B表格“可以遞交申請的最早日期”
第一優先 (公民的成年未婚子女)	2014年10月22日	2015年10月01日
第二優先 2-A(永久居民的配偶及未成年子女)	無需排期	2021年04月01日
第二優先 2-B(永久居民的成年未婚子女)	2015年08月15日	2016年06月22日
第三優先(公民的已婚子女)	2008年08月22日	2009年06月22日
第四優先(成年公民的兄弟姐妹)	2006年11月08日	2007年10月01日

** 資料來源：美國國務院網頁 (<http://travel.state.gov/content/visas/english/law-and-policy/bulletin.html>)

註：表A是您被審核最終是否可以拿到綠卡的申請時間。表B則是可以提交審核的申請時間，讓美國駐外國使領館可以根據遞件日期約談親屬移民申請人，先審後批，有望大幅縮短等待時間。



本服務項目由Aging and Disability Service, City of Seattle撥款贊助。

BRIDGING CULTURES
COMMUNITIES & GENERATIONS

服務宗旨

幫助耆老取得應享權益及應盡之義務。解決面臨的困難，以維持自主自尊，過愉快的獨立生活。

編輯委員會	
主編	林葉良
編審	曾子威
撰文	江潔華
	曾子威
	周靖雯
	吳青
	呂詠恩
版面設計	朱天諾
	陳汐
技術支援	杜浩

仁人服務社諮詢及預約服務

在新冠病毒疫情期間，仁人職員會繼續透過電話、視頻會議和社交媒體與大家保持聯繫及提供服務。仁人職員亦為有緊急需要的人士安排預約面談服務。

仁人耆老諮詢及輔助服務 (55歲以上)：廣東話 (206) 816-4991 或普通話 (206) 816-4990

仁人家庭中心諮詢及輔助服務 (55歲以下)：(425) 289-6805 或 (206) 330-4627

醫療保險輔助服務：廣東話 (206) 420-9616 或普通話 (206) 303-0554

家庭資源及支援計劃：普通話及廣東話：425-289-6805 或206-330-4627 俄語：425-502-0883

如果你已經有個案經理，請直接致電你的個案經理

家屬照顧者支援計劃：廣東話 206 957 8502 或普通話 206 957 8529

舉報仇恨罪行、偏見或歧視性事件：廣東話 (206) 468-5981、普通話 (206) 393-2110 或

電郵 antihb@cisc-seattle.org (個人資料受保密)

新冠病毒資訊：包括免費檢測地點、健康資訊、社會福利及其他資源 請瀏覽仁人中文網頁

cht.cisc-seattle.org/covid19

各位耆老請注意：開會時間暫停服務

耆老服務組全體職員於每月第一及第二個星期五早上(八時半時至十二時)舉行例會，耆老諮詢及輔助服務屆時會暫停服務，下午一時後會照常服務。不便之處，敬請諒解！