

以愛心知識為基礎 · 關懷服務弱勢群體 · 促進全人健康 · 更新我們社區

目錄：

兒童医疗补助计划 Children's Medicaid/CHIP 簡介 2

怀念我们的朋友王谦 5

透過飲食與營養防癌

講員：彭廣 醫師
 時間：2015年8月1日，下午2-4点
 地點：華人聖經教會
 6025 Sovereign Dr, Houston, TX 77036

- 從流行病學研究的證據已證明飲食和營養與罹患癌症風險之間有明顯的相關。根據分子生物學、細胞生物學和生物化學的研究更進一步證明我們可透過飲食成分和營養的保護達到預防癌症的保護作用。簡而言之，吃的好，我們就能夠減少患癌症的風險。在這次演講中，我們將討論防癌有關的飲食成分如綠茶、人參等藥草防癌作用的研究成果；以及個人對預防癌症的飲食建議。
- 彭廣醫師畢業於同濟大學醫學院，2005年獲得南卡羅萊納大學生化學博士。畢業後先後在費城Fox Chase 癌症中心和MD安德森癌症中心做博士後研究。目前擔任MD安德森癌症中心臨床癌症預防部門助理教授。彭醫師在乳癌基因研究特有專長，已發表了三十二篇論文並主持多項大型研究計劃，包括Susan G. Komen for the Cure, 國家癌症研究中心(National Cancer Institute)和美國癌症研究協會(American Association for Cancer Research)。

演講免費，歡迎踴躍參加！

特殊需要關懷中心聚會 有效的準備 IEP

講員：Mr. Ana Esparza/
 Partners Coordinator
 時間：2015年8月15日 (SAT)
 11:30 AM - 2:00 PM
 地點：光鹽社辦公室
 (文化中心255室)
 9800 Town Park Dr,
 Suite 255, Houston,
 TX 77036



光鹽社廣播網節目預告

心靈加油站 (AM 1050)

主持人李論 戴秋月 戴禮約
 時間：每週一上午 9:30-10:00

8月3 職場中的智慧與溝通藝術
 8月10 職場中靠主得勝
 8月17 談靈裡的懶惰
 8月24 清晨和晚間的祈禱
 8月31 北京 Lilian 姐妹事奉分享

粵語飛揚 (AM1050) 或

<http://fly1320.webnode.com/>
 收聽
 時間：每週一至五下午 3:00-3:30

顧問	黃繼榮 陳康元 黃嘉生 劉如峰
	王禮聖 江桂芝 張學鈞 李納夫
	張大倫 鄧福真 孫威令
理事長	潘敏
副理事長	袁昶黎
理事會秘書	韓雯
理事會財務	遲友鳳
理事	冷國聰 劉再蓉 陳瑞坪 劉會緣 李筱梅 戴秋月
	黃龍雄 張懷平
總幹事	孫紅濱
行政助理	陳邱梅 胡兆祖 林莉婷 何淑坤 張佳敏 趙小江 湯飛
癌友關懷	鄧福真 趙小江 王欣
	鄭曉紅 吳靜 宁新宇
	林佐成 廖喜梅 韓雯
	錢正民 黃玉玲 楊姝
	李筱梅 唐萬千 黃惠蘭
福音廣播	戴秋月 李論 戴禮約 江桂芝 孫威令 唐萬千 冷國聰

免疫療法治癌症靠譜嗎？

講者：黃璐博士 (MD 安德森癌症中心)
 時間：8月8日 (星期六) 下午兩点至下午四點
 地點：9800 Town Park Dr, suite 255, Houston, TX 77036
 光鹽社辦公室 (文化中心 255室)

- 癌症的傳統療法 (包括手術、化療、放療和靶向治療) 可以在一定程度上控制癌症的發展，但是存在着各種各樣的局限性。近年來出現了一類新療法，免疫療法，通過激活人體自身免疫系統去殺死腫瘤。這種方法不僅能有效地殺死腫瘤、抑制腫瘤進化，而且毒副作用相對較輕、可控，同時復發率低，在多種癌症的臨床治療試驗表現出驚人的成效，給廣大癌症病人們帶來了希望。在這次演講中，我們將討論什麼是癌症的免疫療法，免疫療法的種類、副作用以及最新進展。
- 黃璐博士，本科畢業於華東師範大學生物系，之後獲得復旦大學遺傳學碩士學位和美國杜克大學癌症分子生物學博士學位，現在美國 MD 安德森癌症中心從事皮膚黑色素瘤免疫療法的博士後研究。

光鹽社免費乳房攝影

- 免費資格：年滿40-64歲、過去三年內未做過乳房攝影、低收入、無保險者。
- 有保險者亦可申請，但需先核對保險資料。
 - 時間：2015年10月10日 (SAT)
 - 地點：光鹽社辦公室 (中華文化中心)
 - 地址：9800 Town Park Dr #255, Houston, TX 77036

因需事先申請及核對保險資料！
 請於9/26之前向光鹽社報名
 詳細內容及諮詢專線：光鹽社(713)988-4724

光鹽健康園地



8月份節目表：(ITV 55.5)

主持人孫威令、孫明美
 時間：每月第一和三週二下午7:30~8:30

8月主題 糖尿病的預防和治療
 08/04/2015 姚聖坤 醫生
 08/18/2015 栗懷廣 醫生

特殊關懷	何淑坤 張桂蓮 王一平 謝美華 陳卓暉 朱黎敏 吳振慧 張懷平 葉晁南
粵語飛揚	岑振強 方方 陳瑞坪
年長關懷	孫威令 阮麗玲 陳邱梅
西北辦事處	余南燕 甘玫
東南辦事處	袁昶黎 劉再蓉
資源開發委員會	鄧福真 侯秀宜 袁昶黎 劉會緣 李筱梅
法律顧問	歐陽婉貞 黎廣業

儿童医疗补助计划 Children's Medicaid/CHIP 简介

张佳敏

具体收入标准请参考下图，此标准将会随联邦贫困线浮动



在德州，有超过120万的儿童没有健康保险。但事实上，他们中一半以上的人是有资格参加儿童医疗补助计划Children's Medicaid/CHIP的。这是德州政府同联邦政府合作推出的一个促进儿童健康、满足青少年医疗需要的项目。

由于不了解申请流程，不懂得填写表格或是搬家之后错过了更新通知等种种原因，这些原本可以从这个项目获益的许多儿童和他们的家庭，并没能享受到此福利。

在所有有资格却没有顺利完成申请的儿童中，超过10万人居住在Harris及附近的county。

Medicaid和CHIP所包含的福利，除了一般的诊疗，还包括牙科、配镜等。

Medicaid和CHIP的区别在于，Medicaid的获得者通常来自收入相对更低的家庭，在接受医疗服务时，他们不需要支付任何费用。

而如果您的收入略高，您的孩子仍有可能获得CHIP。您只需要支付每年不超过50美金的注册费，以及在每次接受医疗服务时，支付co-pay挂号费。

大部分获得CHIP的家庭需要支付的co-pay为3-5美金。而收入略高的家庭，则需要支付10-35美金不等的co-pay。

家庭成员数	有可能获得Medicaid		有可能获得CHIP	
	月收入上限	年收入上限	月收入上限	年收入上限
1	1354	16245	2021	24250
2	1833	21992	2736	32828
3	2312	27738	3451	41406
4	2789	33468	4163	49959
5	3268	39214	4878	58537
6	3747	44960	5593	67115
7	4244	50690	6306	75668
8	4703	56436	7020	84246

和奥巴马保险不同，Children's Medicaid/CHIP可以随时申请。一旦申请成功，您的孩子将获得一整年的医疗服务。

在填写申请表格时，您需要如实汇报收入状况。这些收入包括：薪水、自雇者的盈利、租金、社会安全金、退休金、失业救济金、赡养费等等。但您并不需要提供包括房子、车子、银行存款在内的财产信息。

以上关于收入的规定只适用于儿童的Medicaid，如您需要申请老人及残障人士的Medicaid，财产因素仍将被考虑在内。

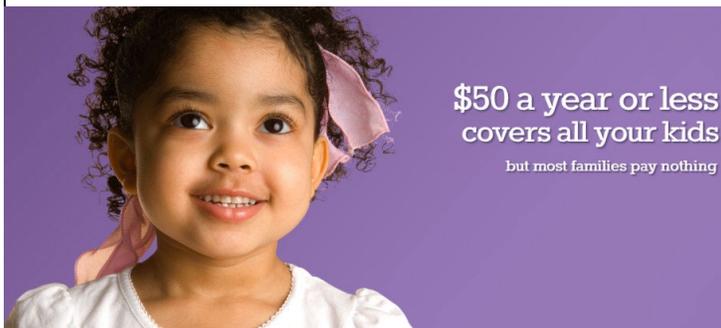
在各种类型的收入中，Child Support儿童抚养费以及SSI社会安全生活补助金，不需要被计算在内。

三种申请方式

您可以通过 [Your TexasBenefits.com](http://YourTexasBenefits.com) 网站填写病递交申请表格。

您可以拨打211，根据语音提示电话申请。

您可以致电光盐社713-988-4724预约。我们会安排工作人员协助您申请。



儿童医疗补助计划Children's Medicaid/CHIP简介

张佳敏

给怀孕女性的医疗补助 CHIP Perinatal

除了帮助低收入家庭的儿童支付医疗开销，CHIP还设有一个特殊的项目CHIP Perinatal。通过这个项目，怀孕但没有健康保险，无法支付生产和相关费用的女性将得到援助。如果您是德州居民，目前怀孕，您未出生的宝宝可能从CHIP Perinatal获益。



CHIP Perinatal涵盖的医疗福利有：

20次产前检查

处方药和维他命

生产费用

宝宝出生后，妈妈的两次检查

宝宝的检查

宝宝的疫苗

宝宝的处方药

CHIP Perinatal的收入标准如图：

家庭成员数	月收入上限
1	2014
2	2714
3	3416
4	4115
5	4815
6	5517
7	6216
8	6916

申请被批准后，您需要选择一个医疗计划，并指定一个医生。如果您目前就诊的医生接受CHIP，您可以继续选择他作为您的主治医生。

申请文件

申请Children's Medicaid/CHIP 须满足以下条件：

1. 年龄19岁以下
2. 是美国公民或有绿卡
3. 定居在德州
4. 符合低收入要求（请参考上文表格）

请准备好以下文件：

1. 全家人的社会安全卡
2. 全家人的身份证明

（身份证明可以是以下任何一种：

美国护照、出生纸、公民纸、绿卡、工卡等）

3. 地址证明

（地址证明可以是以下任何一种：

某家庭成员的ID

水费单

电费单

银行对账单

租约

购房合同等）

4. 全家人最近60天的收入证明

（收入证明可以是以下任何一种：

儿童医疗补助计划Children's Medicaid/CHIP简介

张佳敏

支票存根

雇主签署的证明信

W2

Tax Return

1099表

靠储蓄生活, 需提供最近3个月银行对账单

靠他人资助生活, 需资助人提供证明信

申请CHIP Perinatal, 需满足以下条件:

1. 怀孕
2. 定居在德州
3. 符合低收入标准

申请所需的文件与CHIP相同, 另加医院开具的怀孕证明。

参考资料

<http://www.medicaid.gov/>

<https://chipmedicaid.org/>

<https://www.yourtexasbenefits.com/>

活 動 花 絮



7月1日, 欧阳婉贞律师为光盐社同工进行法律培训



7月4日, C.A.R.E. 爱心组织园游会

儿童医疗补助 (Medicaid/CHIP) 申请协助

光盐社即日起为**儿童及怀孕女性**提供 Medicaid/CHIP网上申请协助服务。

服务时间为每周一至周五 上午10:00
下午1:30
下午 3:00

请有意申请的民众参考申请要求, 确认符合资格后, 准备齐材料, 致电713-988-4724预约!
如您已在 **Your Texas Benefits** 网站开设账户, 请提供**用户名和密码**, 以便我们协助您申请!

東南办公室与明湖教會 8月活動

主讲: 陳康元和王琳

题目: 健康生活方式与癌症预防

时间: 8/14周五 晚上 8:00到9:20

地点: 明湖教會

503 N Austin St, Webster, TX 77598

懷念我們的朋友王謙

鄧福真, 陶劍紅, 劉美英

他说：“来到世间一趟，总想着要留下点什么，迄今为止我觉得我的身体里眼睛是最好的，它一直都很好，我要捐献我的眼角膜，我很早就有这个想法了，请你们帮我落实一下”，她的太太说：“好吧，我支持你的选择，至少它能让2个人重见光明，至少我们知道你一直在看着这个不舍的世界...” 这是王谦病危时面对医生和太太的嘱托！

王謙，你走了。今早你離開我們回天家了，安息世間勞苦。雖然當你決定不再做治療時，我們都知道會有這麼一天的來臨。但是真正這天來了，心中還是萬般不捨與難過。記得最後一次看你時，正巧碰上安德森醫院的一位義工，來自Rice大學歷史和宗教學系的Marcia Brennan教授也來到病房。她帶來一本精美的本子，想為您在本子留下一些話語，您當時已不能說話，在女兒描述你一生後，她寫下這些話：



王謙，太太新宇和主治醫生

Too Many Things (太多美好的回憶)

He is a wonderful man,
他是位好人，

He has made the entire journey and he's thinking of everyone.
他走完人生的旅程且想念著每一位。

He has endured all kinds of things and that is not easy.
他承受各種不容易的苦難。

He's not a typical person,
他不是普通人，

He's a loving person and caring to people.
他是一位有愛心和喜愛關愛他人的人。

He's a business man.

他是一位生意人。

He's humorous and funny, very positive, and very strong.

他具有幽默感和風趣，很陽光及非常堅強的人。

Too many things are wonderful about him.
在他身上有太多美好的事發生。

還記得二年多前你在光塩社音樂會上做見證分享到美國的治療經歷，你妙語如珠，把大夥兒都笑歪了，最重要的是

你把原本困難重重的治療過程，變成如此輕鬆且好像是一趟新的生命學習之旅。你讓我們知道在生命困境中，我們仍可看見和發出正能量，你就是這麼一位幽默，樂觀，這麼陽光的人。

你是位謙卑和低調的人，從不張揚自己的成就，認識你兩年多，直到去世前

從女兒口中才知道，你原是位成功的商人。癌症把你一家美滿幸福的生活打亂了，讓你們遠渡重洋走一段不是原先計劃的旅程。正如你一慣的處世風格，不管任何艱難環境，你總能積極樂觀的面對。面對隨時會致命的肺癌和一波接著一波的艱辛治療，你比任何人都有資格抱怨上帝的不公平，但是你沒有。不但沒有，你和太太新宇在治病中，認識神，成為基督徒。過去兩年來，你夫婦倆積極主動幫助新來的病友安頓和適應新環境。前幾天，新宇在照顧你之時，還不忘為新來的病友張羅家俱呢！你夫妻倆就像德蕾莎修女說過的：「不是所有人都能做偉大的事，但是我們都可以帶著愛去做許多小事。」

懷念我們的朋友王謙

鄧福真, 陶劍紅, 劉美英

從事癌症關懷這麼多年發現，面對別人的死亡比面對自己的死亡容易多了。當PD-1治療無效後，你坦然面對，告訴醫師你不要接受任何治療，並且決定捐贈眼角膜，把身體最好的部分留給別人。楊姝和新宇都流淚，你卻笑呵呵說，「都信上帝了，哭啥，去見主面，好啊；你說會先去探探路，然後找個辦法告訴我們天堂是什麼模樣。」昨天與新宇通話，知道閱讀一直是你的喜愛，或許你要接受你眼角膜的人繼續享受你的閱讀樂趣。在面對自己的死亡能如此坦然且還能想到把身體遺愛在人間，你是我親眼看見的第一人。真是敬佩！你就像主耶穌一樣已經徹底戰勝了肉體的死亡。主耶穌用祂的身體為世人的罪付上贖價，並把最好「永生」的禮物賜給我們。

那天你的主治大夫 Lauren Averette Byers醫師下班後特別來看你，她說：「一直惦記著你，所以今天來看你。」你很激動，要我幫忙翻譯告訴她，很感激她兩年多來的無微不至的照顧。你帶著要「成功醫治」的盼望來到

Anderson，面對這位沒有達到你目標的醫師，一般人可能會埋怨或憤怒，但是你沒有，反而直誇她是了不起的好醫師。當天我看見不只是醫師和病人間的對話，而是老朋友之間的相互感恩和真誠讚許的話別。現今龐大複雜的醫療體系早已被金錢和法律訴訟淹沒，忘記了最原來設計的醫師和病人間的單純關係了。王謙，謝謝你！你又我為上了一門課，當面對自己的死亡時，你是我的榜樣。

感謝神讓我認識這麼一位看似平凡，確又如此了不起的朋友，正如楊姝姊妹說的：「人生這一趟苦旅，能認識這樣的朋友，能如此被善良有愛的人包圍，能定睛望著耶穌、擺脫對死亡的恐懼... 我們還是有福的，對嗎？」

鄧福真

7月注定是悲傷的嗎，好久都流不出眼淚了，就算自己再難再苦我都盡量不流淚，可今天聽到你離開的消息，我還是忍不住泪流滿面。

依然記得在異國他鄉，公寓泳池邊的開心茶座，你爽朗的笑聲，你風趣幽默，聽你談古論今，天南地北的閒聊，總是學到不少知識，知道你一向對中國古建築研究頗深，感覺你是那麼博學多才。你就像心裡輔導師，總能給情緒不好的人帶去正能量，你對所有人是那麼的真誠熱心，也一直幫助了很多人。記得有一次談到美食，我說起我作為南方人想吃北方的正宗涼面 就是不會擀麵條，病中的你親自擀了麵條讓新宇送到我那兒，那麵條擀的那精緻啊 這那像是東北漢子擀的麵呀 那個手藝沒話說。又一次感到你不光博學多才 而且心靈手巧。依然記得去年我獨自到美，一個人買菜做飯不方便，每天都到你家蹭飯，你和新宇每次都熱情招待，讓我品嚐到正宗的東北美食。雖然我們認識的時間不長，可是你的為人真的讓我非常敬佩，永遠不會忘記一起與疾病抗爭的日子……

前段時間聽說你要捐出你的眼角膜，你的醫生都為你動容流淚，你依然笑着對你妻子和朋友說 都信上帝了 要去見主面 哭啥，你說你先去探探路 然後想法告訴你們天堂是啥樣。多少人可以這樣坦然面對死亡。新宇說你想留下你的眼角膜不僅可以讓需要的人重見光明，你還依然可以一直看到令你牽掛的妻女和不舍的世界。

人啊，生命的長度我們真是無法掌控，但一定要好好把握生命的寬度和凸顯生命的亮度，我想王謙他做到了。生活雖然給了我們那些與疾病抗爭的家庭無盡的痛苦和折磨，但我們依然感恩許多，感恩身邊有愛，感恩能認識主 信靠主 只有在苦難中才真正体会到這樣的人生感悟。

今天你真的走了，去見主面了。那美好的仗你已打完了，歇了世上的一切勞苦。之前我一直都沒大沒小直呼你的名字，今天叫你一聲謙哥，一路走好！

陶劍紅 2015年7月21日

懷念我們的朋友王謙

紅, 劉美英

鄧福真, 陶劍

他说“来到世间一趟，总想着要留下点什么，迄今为止我觉得身得我的体里眼睛是最好的，它一直都很好，我要捐献我的眼角膜，我很早就有这个想法了，请你们帮我落实一下”，她的太太说：“好吧，我支持你的选择，至少它能让2个人重见光明，至少我们知道你一直在看着这个不舍的世界...”这是王谦病危时面对医生和太太的嘱托！昨天晚上他卸掉了所有的劳苦去天堂了！十天前休斯顿的一别竟成永别！壮烈的王谦我们的好朋友好弟兄一路走好！我们永远怀念你！！

记忆中的谦哥浓眉大眼双目炯炯有神、好听醇厚的男中音中气十足、风趣幽默的谈笑将快乐传送、与病魔抗争的日子里依然乐观坚强……

谦哥，忘不了你在身体极其不舒服的情况下不暇思索的跳到垃圾场里帮孩子找钥匙！忘不了你从他人口中得知素不相识的新病友想要剃须刀时买了个崭新的给人送去！谦哥，你总是像家长一样关心照顾着身边的病友，用你的语言你的文章鼓舞大家，时刻传递着正能量，你领着大伙与魔同舞！谦哥，最后你用尽自己身体最好的器官改写了两个盲人的命运！

谦哥，你是一个大写的人！你是一个懂神心意的人！我们永远怀念你！ 劉美英



7月25日，「粵語飛揚」舉辦由黎廣業律師主講「認識德州遺囑法」。



7月21日，總幹事孫紅濱，林莉婷和鄧福真拜訪奧斯汀光鹽社並與奧斯汀光鹽社工作人員（Barbara Chang, 鄭佩芬）及義工們分享交流。



7月4日光鹽社義工們參與愛心組織義賣

關愛菸民健康 免費午餐聚會

即日起，光鹽社於 **每週一、週二中午12:00至下午1:00** 舉辦【關愛菸民健康】活動，現場講授健康知識，提供點心、茶水、午餐，全部免費，無需報名，歡迎吸菸人士參加！

地址：9800 Town Park Dr, #255
Houston, TX 77036
電話：713-988-4724



光鹽社 (Light and Salt Association)

9800 Town Park Dr., Suite 255,
Houston, TX 77036

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Cancer Prevention and Research Institute of Texas, Houston Affiliate of Susan G. Komen for the Cure. Thanks for their support!

服務項目

「你們是世上的鹽…你們是世上的光…你們的光也當照在人前，叫人們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」(馬太 5:13-16)

光鹽社為政府註冊之501(c)(3)非營利組織，期望藉由結合一群華人及社區資源，不分宗派，不分族群，本著聖經教導基督徒應做世人的光和鹽為原則，關懷並服務大休士頓地區極需幫助的人。

光鹽社辦公室：

電話：713-988-4724 網址：www.light-salt.org；
中國癌友專網：<http://light-salt-cancer-care.org>
E-mail：lsahouston@gmail.com 地址：9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036
Facebook：光鹽社 Light & Salt Association
光鹽社西北辦事處：地址：13130 Perry Road Houston, TX 77070 電話：(281) 506-0229

光鹽社东南辦事處：503 N Austin St, Webster, TX 77598
(281) 338-1929

1. 光鹽社癌友關懷網

- 專題講座及一般互助小組（每月第一及第三個週六下午 2-4 時）
- 乳癌互助小組（每月第二個週六下午 2-4 時）
- 電話諮詢及後續關懷、關懷探訪
- 免費假髮、帽子、義乳、營養諮詢
- 免費中英文癌症資訊及書籍、DVD
- 病患協助、福利申請及資源轉介
- 交通接送、中英文就醫及資訊翻譯
- 免費乳房攝影（限低收入和無保險者）



2. 光鹽福音廣播網（請由 www.light-salt.org 或 <http://fly1320.webnode.com> 網上收聽）

- 心靈加油站（每週一 9:30-10:00am, AM 1050）
- 粵語廣播網（每週一至五 3:00-3:30pm, AM 1320）

3. 光鹽健康園地

- **ITV 55.5**（每月第一及第三個週二，7:30-8:30 pm）

4. 光鹽社特殊需要關懷中心（www.lightsaltsncc.org）

地點：光鹽社辦公室（9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036）（每月第三個週六 11:30 am 到 2:00 pm）

5. 冬衣捐贈、長輩關懷、月訊及年刊