



# 光鹽社

月訊

2011年11月



## 感恩佳節愉快!



### 光鹽社 2012 年慈善音樂會

光鹽社一年一度的「為休士頓地區華人癌友和有特殊需要的家庭及社區關懷基金募款」的慈善音樂會，即將於 2012 年 1 月 14 日（星期六），下午三時半正，在曉士頓中國教會舉行。此次募款所得，將用做 2012 全年為休士頓地區華人癌友，有特殊需要的家庭及長者提供免費服務和社區關懷的經費。2011 年的服務成果請參考本月訊第二頁。

音樂會的票價為 \$20.00、\$50.00 和 \$100.00，欲購票請至光鹽社辦公室 713-988-4724。音樂會前有義賣並免費贈送光鹽社車打。為不防礙表演的進行，六歲以下兒童請勿入場，會場備有兒童看顧。希望您踴躍購票並撥冗出席音樂會。若您願意以金錢支持光鹽社的服務項目，請在支票上寫：“Light & Salt Association”，並寄到 9800 Town Park Dr., Suite 258B, Houston, TX 77036。光鹽社可提供捐款報稅收據。謝謝您的愛心贊助。

目錄:

2012 年音乐会	1
2011 年光鹽社服務成果	2
自然食療	3
如何勝過「忌妒」這惡獸	4
感谢光鹽社贊助者	5
光鹽家訊	7

顧問 黃繼榮 陳康元 王禮聖  
袁昶黎 黃嘉生 劉如峰  
江桂芝 張學鈞 李納夫

理事長 朱法山

副理事長 張家俊

總幹事 孫紅濱

理事 劉會緣 彭灼西 戴秋月  
鄧明雅 林天娜 孫威令  
鄧福真 陳王琳 林婉真  
戴麗娟 林爾玫

製作中心主任 胡兆祖

行政助理 林麗媛 向曉芝 陳秋梅

癌友關懷 鄧福真 廖喜梅 韓雯  
錢正民 黃玉玲 唐萬千  
蘇韻珊 黃惠蘭 盧麗民  
劉綱英

福音廣播 戴秋月 李論 江桂芝  
孫威令 唐萬千 冷國總  
戴禮約 鄧明雅

特殊關懷 戴麗娟 遲友鳳 劉如  
朱黎敏 彭灼西 曹松  
曹王懿 劉山川

粵語飛揚 岑振強 林爾玫 方方

年長關懷 林天娜 阮麗玲 陳秋梅

西北辦事處 余南燕

財務委員會 黃玉玲 孫威令

審計委員會 江桂芝 孫威令

法律顧問 沈彥偉 歐陽婉貞  
Mathew Warren

# 2012 光鹽社慈善音樂會

為休士頓地區華人防癌教育, 癌友, 老人  
及特殊需要兒童關懷基金募款

宋海燕聲樂教室協辦

疊聲合唱團



劉欣如  
來自洛杉磯  
擅唱國語經典老歌  
曾獲中國首屆  
流行歌手大獎賽  
金獎

夏祖樂

張軍 劉易 思揚

Konstantina Dimitropoulou

侯樊

Sayuri Bryson

Vincent Jalali

高華

Summer Gebrial

王卿卿

St Agnes girl's Triple Trio

江岳

時間: 2012年1月14日星期六3:30pm

地點: 曉士頓中國教會 10305 S. Main Houston TX 77025

售票處: 光鹽社 713-988-4724 票價 \$20 \$50 \$100

6歲以下兒童備有兒童看顧



## 光鹽社(Light and Salt Association)

9800 Town Park Drive, 258B, Houston, TX 77036  
Phone: 713-988-4724; Website: www.light-salt.org

### 「用心、用愛、關懷社區」

光鹽社是政府註冊的 501 (c) (3) 非營利組織，其宗旨是結合休士頓華人社區的人力與資源，關懷並照顧休士頓地區需要幫助的人。自 1997 年成立以來，光鹽社推動的活動有：父親節嘉年華會、老人公寓探訪、捐文具給貧苦學童、冬衣捐助、賑災、華人廣播網“心靈加油站”。2001 年成立癌友關懷網幫助華人癌友並提供癌症教育，倡導早期篩檢的重要性。2007 年成立了休士頓地區第一個華人乳癌互助小組，藉以服務華人乳癌病友、家屬和想認識乳癌的華裔婦女。2008 年成立特殊需要關懷中心幫助有特殊需要的家庭。2009 年成立廣東話生活福音廣播節目-「粵語飛揚」。2011 年成立西北辦公室，服務西北華人社區。2011 年成立健康蔬菜園地，倡導健康飲食。藉著您的鼓勵與贊助，光鹽社才能繼續提供免費服務給需要幫助的人。如您願意捐獻支持光鹽社服務項目，捐款支票抬頭請寫: Light & Salt Association, 捐贈收據可依法抵稅。支票請寄光鹽社辦公室 (9800 Town Park Drive, 258B, Houston, TX 77036)。

### 光鹽社 2011 年 1 至 10 月服務成果 (108 義工, 7,969 時數)

#### 光鹽社癌友關懷網

- 專題講座及一般互助小組: 13 場 861 人次
- 乳癌互助小組: 20 場 260 人次
- 社區健康宣導: 8 場 261 人次
- 電話諮詢, email 及後續關懷: 1,939 人次
- 關懷探訪: 68 人次
- 免費中英文癌症資訊, 及書籍: 5,344 人次
- 交通接送: 87 人次
- 病患輔導及資源轉介: 380 人次
- 就醫翻譯: 103 人次
- 篩檢: 350 人
  - 乳房攝影 (103 人), B 型肝炎篩檢 (246 人)
- 長輩服務: 探訪 6 場 199 人次
- 網站: 16,740 點閱
- 月訊: 10 期 Mail-2,574 人次, E-mail-7,324 人次
- 出版物: 年刊 1,500 本
  - 「休士頓癌症資源手冊」 1,770 本
  - 「勁風中的蘆葦」(陳王琳) 2,000 本

#### 特殊需要關懷中心

- 關懷中心每月聚會 (包括家長和兒童): 平均每月 45 人
- 安排有關特殊需要的專題講: 5 場 209 人次
- 組織特殊需要的家庭和個人積極參與社區活動: 2 次 102 人
- 音樂教室:
  - 手鈴樂隊表演 1 場 100 人次
  - 音樂教室練習 5 次 83 人次
  - 跳舞練習 3 次 18 人

#### 光鹽社廣播節目-粵語飛揚

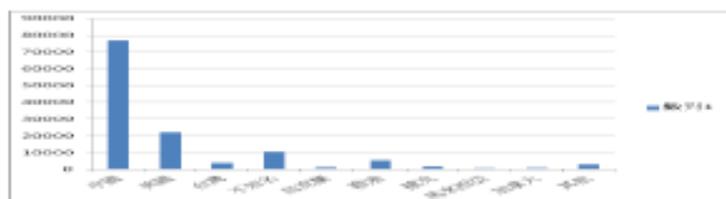
廣播部節目 (星期二至星期五, 上午十點半到十一點, AM 1320)

- 新聞及天氣報告: 包括美國、國際及本地新聞。
- 金玉良言: 用聖經金句, 套用在日常生活中。
- 星期二 - 耶穌與你: 由陳永明教授主持
- 星期三 - 生活與文化: 文化點滴, 生活小常識
- 星期四 - 人物剪影: 介紹近代傳奇基督徒 或法律講場 (黎廣業律師王講)
- 星期五 - 入厨樂, 讀書樂 (鄧師母介紹好書), 週末好去處

“粵語飛揚”網站: <http://fly1320.webnode.com>

- 透過網上重溫, 我們的服務對象已跨越曉士頓地區, 我們的聽眾已遠達中國, 香港, 台灣, 加拿大, 意大利, 俄羅斯, 美國各州。
- 2011 年 1 月至 10 月份服務人數超過 9439 人, 上網次數共 23,935 次, 節目點擊率超過 954,002 次, mp3 下載則超過 64,605 次。

“粵語飛揚”網上重溫與各國聽眾百分比 (2011 年 10 月份)



#### 其他社區服務成果

1. 健康蔬菜園地 (7 月至 10 月): 會員 112 位, 銷售: 1,450 磅
2. 冬衣捐贈
3. 參與休士頓愛心組織 (CARE) 募款為清寒小學生購買文具

#### 光鹽社廣播節目-心靈加油站

訪談見證系列 (24 集): (星期一, 上午十點半到十一點, AM 1320)

- 遠志明牧師—彼岸 Holly—愛的關係
- 陶加獻牧師 从医师到牧师 王欣欣姐妹 病痛中依靠神
- 袁晓牧師 道中认识神 訪談趙信嘉: 咖啡商教士
- 譚小冰姐妹 低谷中尋見神 黃善華博士- 家庭中的衝突與溝通
- 光鹽蔬菜園地的誕生 (2) 專訪 光鹽社女性抗癌活動
- 鄭秀文 信者得愛 光鹽社婚姻家庭關懷講座 2
- 王文祥: 人生的特效藥 王芷雷: 仰望的人生
- 訪談林豐樑總裁: 作屬神的企業家
- 北京生命樹家庭教會 Peter 傳道 福音在中國
- 主悅靈糧堂趙東向牧師及師母 神一路引領
- 陳祖幸牧師及麗潔師母 生命中的抉擇
- 何仲柯醫生和蘇菲雲博士 親子關係, 服事中人際關係
- 直奔標竿的人生- 訪談證主總幹事, 陳蓮香姊妹
- 專訪 基督徒商會活動 曹松弟兄等
- 你也可以成為祝福的管道: 和平之子- 訪談祝華達傳道夫妻
- 訪談方舟村總裁: 戴禮德牧師 10500 的人生

介紹人際關係系列信息 (13 講)

# 自然食療

陳康元醫師,陳王琳博士

人之需要飲食吃喝，是爲了生存，這是一個既簡單而又明確的道理。但是隨著經濟的富裕與文明的發展，給人們帶來更多的選擇，對口慾的期望更高，走進超市，貨架上的食品，琳琅滿目，幾乎不知道如何選擇。也正因如此，經濟與文明的發展，給人體帶來更多的疾病，包括癌症與心血管疾病。

古語說：「凡欲診病，必問飲食居處」。安德生癌症中心最近研究報告指出：生活形態的改善可降低 38% 乳癌風險。這包括三方面，就是健康的體重和飲食以及持之以恆的運動。其實醫學界早有共識，真正因爲遺傳因子而導致的癌症是少於 10% 的，合宜的飲食起居可以降低罹癌率 30% 至 40% 之多。

## 癌症的形成與演變

癌癥腫瘤的形成是一個漫長的過程，需要經過下列三個階段：

(1) **誘癌期 Initiation**：體內某種不利健康的因素可導致單一細胞的突變，成爲癌癥原始細胞，也就是幹細胞 (stem cell)。人體本賦予修復病變細胞的功能 (DNA repair)；若沒有被修復，就會演變成隱性癌細胞 (latent cell)。

(2) **促癌期 Promotion**：不健康的生理環境，會繼續不斷的促進隱性癌細胞的惡化與增長，以至成爲癌變細胞 (transformed cells)，但是仍然具有被修復的可能性。

(3) **癌變期 Progression**：癌變細胞若是沒有及時被修復，就會繼續演變成癌癥腫瘤 (cancer)。

## 日食蔬果五穀，免疫又抗癌

上述癌症的形成與演變過程，也就是從單一癌癥原始幹細胞，及至長成癌癥腫瘤，是需要經過相當的年月。以乳腺癌爲例，發展成臨床可以檢定出來的癌癥腫瘤，是要經過大約六至八年的時間。在這之前，我們需要盡力防癌；即便是在這六至八年的誘癌與促癌期，及時改善飲食起居，都有阻止癌變的機會。

以植物性的食物爲主食，少吃紅色的肉類，避免加工食品，這是在飲食方面防癌與抗癌的三大方針，具體原則如下：

**每日至少兩杯以上蔬果**：一杯等於 240ml，舉例如下：

- 磅的芥欖花椰菜頭等於兩杯
- 磅半的白花椰菜頭等於兩杯
- 磅切碎的新鮮蘑菇等於四杯
- 磅新鮮菠菜等於六杯
- 一條切碎的西洋芹菜等於四分之三杯



**每餐攝取多元性食物**：蔬果中含有上千種的植化素 (phytochemicals)，根據美國癌症研究學會 AICR 的最新推薦，每一餐食物都需要多元化，使各種各類的植化素互相之間產生協同作用 (synergy)，發揮最大的防癌與抗癌果效。

**五穀雜糧不可缺**：全穀類食物不但含有豐富的植物性蛋白質、使血糖與胰島素不易升高的纖維性碳水化合物、天然的維生素與礦物質，也蘊藏著豐富的植化素，都是抗癌防癌與增加身體免疫機能不可或缺的營養素。

**七彩植化素、抗癌不可缺**：植物性的化學元素 (phytochemicals) 簡稱植化素，「phyto」是希臘原文，與英文「plant」相同，就是「植物」的意思。它和維生素與礦物質不同，沒有營養價值，卻有抗氧化，消除自由基，保護細胞不受傷害的功能，更能輔助其它維生素發揮最有效的生理機能，是我們人體對抗疾病不可缺少的元素。

植化素依照其功能性質大致可被分成四類：

**刺激解毒酵素系統 (Indoles, Allyl Sulfides)**：例如十字花椰菜類，包括大白菜 kale、綠花椰菜、白花椰菜、甘藍、洋蔥、大蒜、韭蔥、韭菜、細香蔥。

**改變荷爾蒙新陳代謝 (Isoflavones, Lignans)**：例如蘆筍、大蒜、亞麻子粉、黃豆、大豆、毛豆。

**抗氧化劑 (Catechins, Lycopene, Beta-carotene)**：例如綠茶和巧克力中的兒茶素、胡蘿菠中的胡蘿菠素、番茄中的番茄紅素。

**增加足以破壞致癌物的酵素之產生 (Limonene, Ellagic Acid, Sulforaphanes)**：例如檸檬、紅莓、黑莓、草莓。

**其它黃酮類化合物 (flavonoids)** 具有極大的抗癌功能，舉例如下：

**花色素苷 (anthocyanins)**：在紅色、紫色、藍色的蔬果中極其豐富，例如葡萄、藍莓、黑莓、甜菜 chard、甜菜根 beets、甘藍 kale、紅辣椒。

**姜黃素 (curcumin, turmeric)**：是一種調味料，含在咖哩粉中，亦可單獨買到。

**逆轉醇 (resveratrol)**：來自紅葡萄的皮中。

**橡黃素 (quercetin)**：含自洋蔥、蘋果、蔓越橘 cranberry、紅茶、四季豆。

## 持之以恆

癌癥腫瘤的形成是一個漫長的過程，經過八年、十年、甚至二十或三十年。因此，想要有個健康快樂的人生，改善生活習慣，爲時未晚，卻要持之以恆。

「自然食療」也可說是一種人生哲學，因爲在這改善體質的過程中，我們不但能領悟到上帝創造的豐盛，更能察覺到生命改變的潛力。

# 如何勝過「忌妒」這惡獸

摘記”心靈加油” 10/2011 訪「方舟村」總裁

唐萬千

忌妒是每個人都有的。若我們發現牠，又不對付牠，後果是很嚴重的。該隱因牠殺了亞伯，當神責備他，該隱不願悔改，從此本來要為我們效力的土地，就再不結果子；神也永遠離開了他。

從忌妒就產生出「欺騙性的計謀」，再後就完全彰顯出對人和生產力的破壞(神對人的計畫是要「生養眾多 遍滿地面: 創世記一 28」)

當我發現牠的嚴重性時，我靠著神應許、向神求智慧來對付這惡獸(雅各書一 5):

1. 詩篇三九:13,14,15,16,17 18 “我未成形的體質 你的眼早已看見了：你發現神所定的日子，我尚未渡一日，你都寫在你的冊上了。神啊！你的意念向我何等寶貴！其數何等眾多！我若數點 比海沙更多。” 神造我們每一人，在每一人的身上 都有祂一定的心意。就似上帝寫的故事書，祂早已為我們的一生有一個「命定」。祇因祂不是強迫我們去照著祂的心意行，所以我們一生若要活出祂的心意，讓祂能滿足，就必須自己用心去尋求。神為每一人所命定，真如林前二章九節所記：“神為愛他的人所預備的是眼睛未曾看見，耳朵未曾聽見，人心也未曾想到的。” 當我尋求神對我的命定，發現神把一個關乎神的國度，經濟等重大的托付交與我。要我去建立這「方舟社」這時我的精力、時間全心的投入，再沒有空閒去和人比，再沒有空間給忌妒有機會來抓住我了。年青人若你也想對神有委身，發現神在你身上的命定，可以與屬靈長輩一起禱告。神所要的敬拜需要我們全心去追尋，渴慕時，祂一定讓我們心眼得開，看見亮光。像這樣，忌妒的靈就追不到我們了。
2. 我在教會曾有感動，請求牧者為我們四個教會的代代相傳事工，作連續 21 天，每晚二小時的敬拜。在牧者的允准並托付下，我拿起吉他，一連幾天帶領敬拜。看到聖靈的感動、同在，及流動像一條河地雖滿了 21 天，眾人的感動讓聚會停不下來。持續了一年多才停。期間神與我們的那份親近，使我們不斷流淚，是真摸到了那位坐在寶座上者的心意。祇要有神的同在，當我們心靈滿了神，就成了對付那欺騙惡獸，最強有力的武器。
3. 我是做貿易的。曾有一位教會弟兄和我簽了約，我已全然進入全然運作之中。忽然有一天這位弟兄和我說：“我找到了另一家對我更有利的廠家，我想不跟你合作了。我極生氣，心想身為一個基督徒怎麼可以說毀約就毀約？那天晚上我寫了一封極長的電郵，想出這口氣。相信他看了必然半顆心會糾起來。當我要按鈕發出時，忽然聽到聖靈用微小的聲音對我說：“慢慢發出去，先給你太太看一看。” 那時已半夜二點，太太已經睡了，祇有等到天亮了。第二天一早，我眉飛色舞地對太太說：你看，這信寫的好不好？我太太看完後說：「你寫這個幹甚么？」我簡直像一個氣球被戳破漏氣；但基於神要我問太太的意見，就印証我不該發了。當我按下取消的鈕時，又聽到聖靈用極微小的聲音對我說：“再寫一封祝福他的信。告訴你你已從神得著能力，知道萬事互相效力、叫愛神的人得益處：祝福他很成功。後來我與另一家簽約，果然反而比前一家更好，真是萬事都互相效力、叫愛神的人得益處。其實得益處還是小事，當我發完這封祝福他的信後，那種勝過仇敵的釋放與喜樂，使我以後一直再想能有機會再來經歷這樣的事。我覺悟到要我們要在世上，活出神的祝福，必須要遵照祂的囑咐：羅馬書十二章 20-21 節：「你的仇敵若餓了，就給他吃，若渴了，就給他喝。因為你這樣行，就是把炭火堆在他的頭上。」若你想跟隨神，必須在日常生活中，照羅馬書十二章 20-21 節來培養自己，必能得著能力來打破忌妒的靈。我們就是祂的見證。

## 詩歌:

用聖靈 火為我施洗，讓我充滿天上能力。

願生活悉聽神的旨意，因為我願為你去。

成為我的一生榮耀救主，

讓萬國的榮華盡都失色。

賜我勇敢的心靈不畏懼，因為我願為你去。

釘痕手引我前行，我祇要合你心意。

看萬事為損失，受苦為小事，

靠祢的恩典站立。

## 感谢光鹽社贊助者

當我們度過今年的感恩佳節之時，也特別在此感謝所有的光鹽之友。因著您的祈禱、支持與贊助，光鹽社才能繼續在 2011 年提供各個種類免費服務給大休斯頓地區的華人。下列 2010 年 11 月 1 日至 2011 年 10 月 31 日捐贈者的資料如有遺漏或錯誤，本社謹致上最深摯的歉意，并煩請您告知本社更正，謝謝！

AAHC - Hope Clinic  
 Advanced Healthcare Services Inc.  
 Ai, Lillian L.  
 Ambriz, Rolando  
 American First National Bank 恒丰銀行  
 Andrews, Richard R.  
 Asia Chemical Corporation 亞洲化學公司  
 Asian Cancer Council  
 Ban, Yin-Tai Alvina  
 Billy, Jia Tsu & Hsu, Chung Li Yao  
 BP Fabric of America Fund  
 CCI 美國福音証主協會  
 Center for Faith & Health Initiative  
 Chan, Peggy & Edward 陳啓華醫師  
 Chan, Wing-Ming & Wai-Ying  
 Chang, Celia C & Carl P  
 Chang, Egbert H.  
 Chang, Mei  
 Chang, Pei-Cheng  
 Chang, Shuchuan Dawn  
 Chang, Sophia L & Charles N  
 Chang, Yuling Eileen  
 Chao, Ding-Chiang  
 Chen, Anne Lin-Rong & Leon Hsiao-Liang  
 Chen, Chin-Ze  
 Chen, Jennifer 敦煌植牙陳志堅牙醫  
 Chen, Karl K. & Grace L. 陳康元醫師, 陳王琳博士  
 Chen, Michael C & Sherie M  
 Chen, Roger  
 Chen, Xue Zheng  
 Cheng, Francis  
 Chin, Mao & Kueh, Sze Yong Kueh  
 Chinese Baptist Church 曉士頓華人浸信會  
 Chinese Community Center 中華文化服務中心  
 Ching, Chih & Ruan, Guohua  
 Chu, Lana C.  
 Chu, Li-Guey  
 Chu, Paula & Frank  
 Chu, Randall  
 Chung, Kwei T  
 CMCD, LLC, Chiang, Mary 江桂芝會計師  
 Cozy A/C & Heating Inc. 童雅各冷暖氣公司  
 Deng, Furjen

Dong, Yan and Jia, Zhe  
 Dr. Adrienne Sloan  
 Dr. Lin Tou 寶琳驗光眼鏡中心  
 Dr. Sherman Tang 唐衍賢醫生  
 Eagle Eye 群鷹視學眼科中心  
 Evergreen Pharmacy 長青藥局  
 Exxonmobil Foundation  
 Feng, Linda and Steve  
 Feng, Pen K  
 Fine, Ta Kung & Shirley & Nina  
 Fort Bend Community Church 福遍中國教會  
 Fu, Rong  
 Fung, Kiwing D & Mimi  
 Gabriel, Jyh-Gong & Hou, Shuhua Lee  
 Gilead  
 Golden Bank 金城銀行  
 Good Care Auto Service, LLC 優良汽車修護  
 Grace Computer 活泉電腦  
 Hao, Peter & Cai, Yuxian Ying  
 Houston Chinese Church 曉士頓中國教會  
 Houston Medical Clinic  
 Hung, Daniel & Esther  
 Huynh, Van  
 Hwang, Berling Lee & James  
 Hwang, Joyce & Long S.  
 Hwo, Charles  
 Jan, Andy H & Nancy H.  
 Jen, Jui-Li (Lily) & Chien, Hsin (Mike)  
 Jia-Jen Chen-Song  
 Jireh Dental, Thomas Wang, DDS 以樂牙科  
 Joseph Auto 蕭冠英汽車修理  
 Kin, Frank Chi & Kan, Louisa Chor Cheung  
 Krienke, Winnie C.  
 Kuo, Eddie  
 Kurkul, Wen Wang & Douglas  
 Lai, Chun Pe & Chin-Fon  
 Lai, Tracy  
 Lam, Jane 林太太地產

## 感谢光鹽社贊助者

<p>Lam, Michael Y &amp; Priscilla  Lee, Albany  Lee, Alice W  Lee, Amy Ya-Mei &amp; Donald Wei  Lee, Anna &amp; Frank  Lee, Ben V &amp; Cindy  Lee, I. &amp; Paul  Lee, Jack C &amp; Joan K.  Lee, Ling Ling  Lee, Michelle 李孫明美财物顾问  Lee, Su-Mei &amp; Chengho  Lee, Ye  Leung, Bernard  Li, Chao Lin &amp; Yang, Philip Wei Shing  Li, Nancy &amp; Lo, Steve K.  Liang, Shi-Mei L.  Liaw, Julie and Alfred  Lily Yueh Realitor, Lily 岳豪门地产  Lin &amp; Valdez L.L.P 林志豪律师事务所  Lin, Hsin-Yi  Lin, Jean 杏林物理治疗诊所, 林琬真  物理治疗师  Lin, Li-Yuan  Lin, Shu-Ying  Ling, Dorna &amp; Jonathan  Liu, Jian-Hong  Liu, Julia  Liu, Lucy  Liu, Lydia H. &amp; Lawrence S.  Lo, Grace &amp; Hung C  Lo, Wayne W. Eva W.  Love, Jeff B. &amp; Katherine B.  Lu, Y. &amp; T.  Lu, Yun Ching  Luo, Lungui  M.G.ASSOCIATE, CO 西南庭園  Ma, Yuen-Yee Chan  Maggie Piano, Maggie 钢琴  Mao, Chi C. M.D., Ph.d. 毛志江医师  Metro Bank 首都银行  Miller, Peggy  Ming, Simon Kwong &amp; Chin, Tien Bih Terri  Morgan Stanley Smith Barney  Morison Enterprises, Inc.  Mr. and Mrs. Orville L. Austin  Ng, Emily Sui &amp; Chow Kin  Ng, Jing Jing &amp; Yin Seung</p>	<p>North Houston Chinese Fellowship  北区华人团契 (The Woodlands)  Northwest Chinese Baptist Church  西北华人浸信会  Nu, Emily &amp; Chen, Richard  Obrien, May L. Stephen  Oriental Art of Healing, Inc.  翁颖萍中医师  P &amp; N International  Pang, Ning  Peng, David  Qian, Zhengmin  Rambow, Olen H.  Sham, Chun &amp; Ching Wong  Sham, Jennifer  Shao, Amy 鑫汇地产  Sheng, Jing  Shieh, Tzue-Ing &amp; Shu-Chen  Song, Lei  Soo, Jane S.  Southwestern National Bank 美南银行  Steve's Home Repair, Steve 房屋装修  STOA 李兆瓊建筑师  Sun, Helen  Sung, Frank, DDS 宋建章牙医师  Susan G. Komen for the Cure Houston  Sze, Helen  Taitex Investment, LP.  Tallowood Chinese Baptist Church  仁爱华人浸信会  Tefft, Shasha W  TEK-AIRE SERVICE 管氏冷气  Ten Ren Tea &amp; Genseng 天仁茗茶  Teng, Ming-Ya  Texas Council for Developmental Disabilities  The Leukemia &amp; Lymphoma Society  The Prudentian Foundation Matching Gifts  Tim Tien-Shiang &amp; Hsue, Alice Y.  Tong, David Y &amp; Liu, Jing  Tsai, Ah-Lim &amp; Fan, Tseng-Ying  Tsai, Connie &amp; David  Tsai, Tien En  Tso, Karen S.  Tu, Wen H. 吉福保險公司  Uni Ink 由你印  United Way</p>	<p>Wang, Jen May &amp; Pin Ti  Wang, Renee  Wang, Shih Ming &amp; Hsien-Chu  Wei, sheng &amp; Wang, Fen-Shi  West Houston Chinese Church 晓士顿西区  中国教会  Winford Funerals 永福殯儀館  Wong, Alexander 王禮聖醫生  Wong, Anita T. &amp; Calvin K.  Wu, Hsiu May  Wu, Ying Chi  Yang, Cheng &amp; Lu, Juanita Del Mundo  Yang, Shien Yen  Yang, Tammy 田氏保險公司  Yao, See Ning &amp; Lin  Yellow River 何处觅小馆  Yeung, Christina &amp; Lai, Kwong-Yip Andrew  Yong, Yongqi, M.D. PA 容永骐醫生  Yu, Edith  Yu, Hong Jen  Zhang, Jian Y. &amp; Zheng, Ling L.  Zhuo, Zeke &amp; Lu, Jingyi  华语关怀团队  基督教角声布道团  明利发廊  泰安地產周景仰  潘立平舞蹈学校  美南新闻  范氏修车  郭9015照相  黄振哲会计师</p> <p style="text-align: center; color: blue;"> <b>好施捨的、必得豐裕，  滋潤人的、必得滋潤。</b>  <i>At genotous person will prospet;  whoever refreshes others will be  refreshed.</i>  <b>箴言 Proverbs 11:25</b> </p>
--	---	--

# 光鹽家訊

感謝主！光鹽社特殊需要家庭關懷中心於 10/29 在華人聖經教會舉辦了一場非常成功的音樂會，大約有 100 多人參加，演出當天所有的小朋友都非常地賣力，他們的努力讓觀眾十分讚賞，無論是鋼琴獨奏、舞蹈、短劇及歌唱，小朋友天真可愛的表現都教人感動萬分！許多出席音樂會的來賓更鼓勵我們年年舉辦這樣有意義的音樂會，讓更多的人認識這群小天使，瞭解特殊孩童的成長過程。在音樂會一開始我們就播放了關懷中心家長現身說法的見證影片，每個父母親都分享了他們家有特殊兒的辛酸淚，彩虹劇場的短劇表演更道出了特殊兒期待被瞭解及認同的渴望。關懷中心也提供了許多特殊需要的資源單張，藉以幫助有需要的家庭尋求正確的支持管道。

11/12 我們舉行了早餐同工會議，會中分享了音樂會成果及改進方案，也為 2012 的計劃進行討論。我們期盼這樣的音樂會活動能幫助特殊兒建立自信心，帶給家長對未來的希望並激勵社會大眾來重視及關懷特殊需要的事工，這是一條長遠的路，我們還需要您的支持和參與，謝謝大家！



女孩兒們專注的舞蹈演出 Augustine Kao 演唱時感情全然投入



11/12 在 Denny's Restaurant, 輕鬆愉快的氣氛中開同工會

手鈴隊演奏  
開啓音樂會  
的序幕



舞蹈表演  
展現孩子  
們的天真  
與可愛



在手鈴隊伴奏  
下家長們合唱  
“奇異恩典”



音樂會會場外 SNCC  
展示區

光鹽社理事長朱法山先生  
夫婦蒞臨音樂會

## 光鹽社特殊需要家庭關懷中心

內容：月會 及家長分享

時間：12月17日，星期六

下午 3:00-5:00 月會 下午 5:30-7:30 晚餐

Ron & Angela 分享：“陪伴 Augustine 的成長路，看見上帝的祝福” 地點：台福教會

为了让您及时收到月讯, 并尽可能地节省邮资和纸张, 我们想对月讯收件名单进行整理. 如果您还希望继续收到月讯, 请务必回复. 请将下面的回执剪下填写寄回, 并将第8页你的地址条剪下一并寄回. 谢谢您的合作.

\_\_\_\_\_ 1. 请继续邮寄月讯给我, 我的姓名地址如所付的地址条, 保持不变.

\_\_\_\_\_ 2. 请继续邮寄月讯给我, 我的姓名地址变更如下.

英文姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 3. 请停止邮寄, 请EMAIL给我: EMAIL地址: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 4. 请停止邮寄.



光鹽社 (Light and Salt Association)  
([www.lightsalt.org](http://www.lightsalt.org))

9800 Town Park Dr., Suite 258 B, 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, and City of Houston, Through Houston Foundation. Thank you for their support!



你們是世上的鹽；鹽若失了味，怎能叫他再鹹呢？以後無用，不過丟掉在外面，被人踐踏了。

你們是世上的光；城造在山上，是不能隱藏的。人點燈，不放在斗底下，是以放在燈臺上，就照亮一家的人。

你們的光也當這樣照在人前，叫他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

辦公室電話和地址如下：

Phone: 713-988-4724 Website: [www.light-salt.org](http://www.light-salt.org)

9800 Town Park Dr., Suite 258B, Houston, TX 77036

E-mail: [lsahouston@gmail.com](mailto:lsahouston@gmail.com)

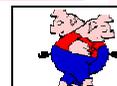
辦公時間: 上午9時至下午4時, 週一至週五,

光鹽社西北辦事處:

地址: 13130 Perry Road Houston, TX 77070

電話: (281) 888-0432

## 服務項目



### 1. 光鹽社癌友關懷網

專題講座及一般互助小組 (每月第一個禮及第三個拜六下午 2-4 時)  
乳癌互助小組 (每月第二個禮拜六下午 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 (AM 1320, 週一至週五, 上午十時三十分至十一時 或上網 [www.light-salt.org](http://www.light-salt.org) 或

<http://fly1320.webnode.com> 收聽)

心靈加油站 (每週一) 粵語廣播網 (每週二, 三, 四, 五)

### 3. 光鹽社特殊關懷中心 (每月第三個禮拜六, 下午 3 - 7 時)

地點: 台福教會 (12013 Murphy Road, Houston, TX 77031)

專為有特殊需要的家庭而設立的互助小組; 設有特殊兒童手鈴樂隊和音樂教室

### 4. 冬衣捐贈, 長輩關懷, 月訊及年刊