

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

## 光鹽健康講座

### 甲狀腺疾患

講師: 栗懷廣 醫生  
日期: 8/4/2018 (週六)  
時間: 2:00pm-4:00pm  
地點: 9800 Town Park Dr. #255.光鹽辦公室



## 健康日

明湖中國教會 • 光鹽社健康日

健康諮詢  
護士站檢驗  
專題講座

日期: 2018年8月18日(週六)  
時間: 10 : 00 am - 2 : 00pm  
地點: Clear Lake Chinese Church 明湖中國教會  
503 N. Austin St. Webster, TX 77598  
查詢及報名: 281-338-1929



## 光鹽健康園地

7月份節目表: ( STV15.3 )  
主持人孫威令 · 孫明美  
8月7日 全僑健康日  
施惠德醫師  
8月21日 風濕病  
陶翔醫師  
時間: 每月第一和第三週週二  
下午7:30 - 8:30  
網上回顧 <http://light-salt.org/>



## 癌症關懷小組

### 病友分享

日期: 8/11/2018 (週六)  
時間: 12:00pm-3:00pm  
地點: 9800 Town Park Dr. #255.光鹽辦公室

歡迎病友及病友家屬熱烈參加。  
為了準備餐點。請事先向光鹽社報名  
查詢及報名: 713-988-4724

## 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: 2018年9月13日 (週四)  
地點: 光鹽社辦公室 (中華文化中心)  
地址: 9800 Town Park Dr #255, Houston, TX 77036

請於8/29之前向光鹽社報名



## 光鹽社廣播網節目預告

心靈加油站  
線上收聽: <http://www.light-salt.org/>  
主持人李論 戴秋月 戴禮約  
8月2日 牧勒小傳一  
8月13日 牧勒小傳二  
8月20日 牧勒小傳三  
8月27日 牧勒小傳四  
粵語飛揚 (AM1050)  
或 <http://fly1320.webnode.com/>  
時間: 每週一至五下午3:00-3:30

## 目錄

封面	1
愛在微小	2
明湖教會活動海報	
不要停止奔跑	3
活動花絮	4
癌症死亡率已又下降啦。原因就在這裡	5
超越一切的愛	6
	7
封底	8

「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。

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Cancer Prevention and Research Institute of Texas. Thanks for their support ! The project described was also supported by Funding Opportunity Number NAVCA150257-01-00 from the US Department of Health and Human Services, Center for Medicare & Medicaid Services. The contents provided are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of HHS or any of its agencies.



CANCER PREVENTION & RESEARCH INSTITUTE OF TEXAS

### 感謝

Thanks for the funding from Susan G. Komen Houston, Light & Salt is able to provide support groups and services to its community in Houston area. Komen Houston is an organization dedicated to the wellness of women and men, offering breast cancer awareness education while also funding local service providers to help improve the accessibility of healthcare to those who may not otherwise be able to afford breast cancer treatment.



# 樂在微小

高棠

幼年生長在男尊女卑的家庭中,已經習慣於『自居卑下』的地位,但自經歷了"神抬舉貧窮人"的愛後,如今能體會為何保羅告訴歌林多人說:"人看為不俊美的,神越發給他加上俊美".

十四歲受洗加入台灣聚會所,操練每日讀經禱告,服事,傳福音,每每主日晚禱告會中,看到許多難題主當場回應解決,入神學院後往返於華神和松山住家途中,上公車前,看準對象,入坐她旁,傳遞單章後,講耶穌的救恩,歷數春秋,記憶中,很少被無禮地拒絕,入浸神畢業,服事於玉成裡,得知禁食,通霄禱告,確實迷惘的靈,擔憂害怕的心,立時被趕逐出去,認識不很通國文的夏媽媽,她能引經文作有力的講道,她能趕逐汗鬼,

婚後,到家中已有五個孩子,感到教會的服侍已難以為續,似逃避而移民美國,但真像詩篇所說:"...即使我逃到天涯海角,祂的手仍扶持我," 隨夫君服事於休士頓數個教會,吃盡南北,中南半島的美食,數年後,完全出乎意料之外的,麼兒,兒媳竟亦奉獻傳道,我兩佬不揣力衰,開放家庭,作主日學教室及飯食調派場所,數年後,夫君先逝,麼兒繼續在家開放查經,並作遠距平版教學,

迨後高牧師,師母應加州靈糧神院之邀,離我而去已兩年,初時極感孤單,甚至憂悒,但那永不使人失望的神,在我麼女邀我參加"加拿大'命定晨光'之清晨代禱後,清楚領受在休士頓"長和健康中心"服事老人的呼召,

帶領每週三查經及每月慶生獻詩,起首極感緊張,沒有自信,但在經過這半年餘,經歷祂太奇妙手的帶領幫助,處處印證這服事,並非出自自我的一廂情願,使我太感動不得不在這凌晨起來寫這見證,感謝祂不嫌我微小,是祂加給我俊美,

## 免費健康諮詢/專題講座

### Free Health consultation and Special topics

**健康諮詢 Health consultation: MD on site**

家庭/營養/精神/婦女健康/胃腸科: 醫師駐點

Family / Nutrition / Psychiatry / Women's Health and G.I. Consultation.

**護士站檢驗 Nurse station:**

血糖/血壓/乳癌預防/腸癌檢驗包 Blood sugar / Blood pressure / BMI/ Flu Shot / FOBT

**專題講座 Special Topic:**

醫保介紹 / 癌症治療 / 預防 Medicare Info. / Cancer Care/ Prevention Workshop

**Date 日期:** 08/18/2018 八月十八日 (Sat. 週六)

**Time 時間:** 10:00am-2:00pm 上午十點至下午兩點

**Place 地點:** Clear Lake Chinese Church 明湖中國教會

503 N. Austin St. Webster, TX 77598

**Phone 電話:** 281-338-1929

Health Day  
健康日

主辦單位: 光鹽社/明湖中國教會/台福教會/太空專業人士協會/溪水旁教會  
by LSA & Clear Lake Chinese Church & EFC-NASA & SCiPA and CSCC

# 【咪咪媽媽手記】 不要停止奔跑

## 咪咪媽媽咪咪成長記



上完課，回到家，已是晚上十點。打開燈，看到花瓶裡的雛菊，有種溫靜的氣氛。便想寫些給咪咪的文字。

包裡有幾盒少林寺產的活絡丸和跌打扭傷靈酊。幾個星期前崴了腳，前晚在食堂吃晚飯時碰

到專門教擒拿格鬥的婁老師，很有經驗地拿給我一堆藥，等到我下課了送給我，然後叮囑我怎麼怎麼用，讓我很是感動。

然後他“請教”了我一個問題：因為要出書，他讓朋友介紹了一個文化名人題詞可人家在化療中，自己平素又與之沒有交往，他很糾結去找別人要字合不合適。

我回說：去唄，相交以誠到了要化療的時候，人總是願意多給予別人幫助的。

第二天他告訴我，他很謝謝我的鼓勵，因為他去了，人家很開心，也很用心地給他寫了字，而且一寫就寫了兩幅。

我相信會是這樣。

想起日本著名作家芥川龍之介的話：

讓我們借助黑夜的燈火，忘掉人世的無常。

每個人都需要一些燈火和光亮，來溫暖在這個世界的寒涼。當別人給予的時候，你就接受，當別人需要時，你就給予。用一個“誠”字，對別人，也對自己，你就會感覺所在的世界既簡單，也溫暖。我之所以是我，大概對“誠”的信念是一個重要

的因素吧。

早早，接下來我寫你的故事，你不會介意吧因為“聖經”的詩篇裡這句話很是好：。凡流淚播種的，必歡呼收割我相信你所做的即是如此。

不記得從哪一篇咪咪媽媽手記文章開始，總會有一個跟帖留言，很入心的鼓勵，很靈性的話語。

然後有一天，我的電子郵箱裡收到一份陌生人的來信，這個讓我叫他“早早”的網絡上的陌生人，原來就是那個跟帖留言者，我被他信中提到的履歷震動了。

早早是個患有腦癱的大男孩，從小到大，他不僅努力與自己的疾病作鬥爭，而且也在探索自我成長的精神道路上奮力開拓。他被自己的身體禁錮在輪椅上，但他的精神卻比很多人自由，豐富，向上。

他喚我老師，可我覺得我們不過是同行者，互相勉勵，互相提醒，互相交流體驗生活的經驗他說：記得，維師，不要停止奔跑。

我喜歡這個說法，因為我從未停止過如果悲傷，我就工作；如果痛苦，我就學習；如果流淚，我就幫助別人忘記自己的時候，自己反而能夠得救。

很多人不知道這一點，太把自己的痛苦當回事。不要把自己陷在悲傷之中，努力去完善自己，去愛，去轉移自己的注意力。

回家的路上，開著車，看著黑夜的天空，想起咪咪說的話：媽媽，想我的時候，你就看看天空。

咪咪，我看到如海的夜，亦看到夜色飄浮的一點點燈火，我懂得你的心意。

想起今天看的揚之水先生談到“詩經”的一段話。她說，今天的人們通常把情感區別劃分得很清楚，這是男女情愛，那是朋友之情，這是君臣之思等等，但在“詩”的時代卻不然，那時



很可能更看重的是這些情感後面一種共通的專一與真誠的精神質素，而專一的對象是誰並不重要。“如此胸襟，發之為詩，抑揚飛塵，都是坦率和真誠，沒有遮掩，沒有矯飾，一片純美潔淨的澄澈和明媚”。

我正是如此理解我與女兒之間的這種感情。這個世界曾有一個人專一而真誠地愛我和被我所愛，一想到這一點，我便感到安慰和滿足。

我努力寫新格蘭印象的系列文章，希望能夠將文章整理出版。咪咪，當你生日的時候，願我可以把它作為給你的禮物。

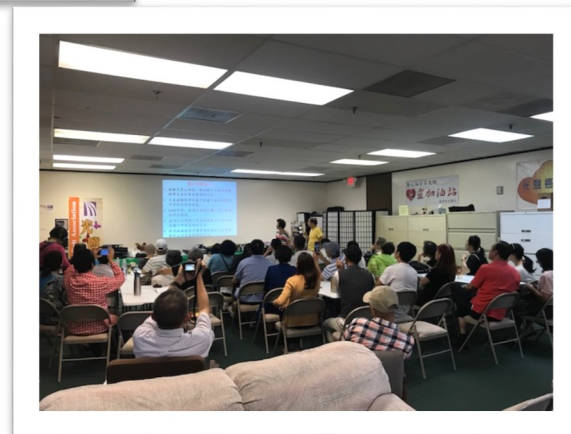
你的愛，是黑夜裡的那點屬於我的燈火。

也願世間所有人，都有屬於自己的那點燈火。

2018年4月12日咪咪媽媽於家中



7/7/2018 @ 雅苑  
休士頓中華保健中心 健康日



7/14/2018 癌症關懷小組  
促進癌症療效與抑制復發需知的幾件事 陳康元醫生,王琳博士



6/30/2018 @ CCC  
光鹽社 健康日



## 癌症死亡率已又下降啦。原因就在這裡

作者: Laurie McGinley, January 4, 2018; 張肇純 譯

根據美國癌症協會(American Cancer Society)最新所發表的研究報告,也就是經過一段長時間抗癌的平穩進展所示,全國整體的癌症死亡率,在2015年已下降了1.7%。25多年以來,若是當時的癌症之高峰死亡率,仍繼續存在的話,與之相比,則下跌了26%,也就是減少了,相當於二百四十萬人數的死亡。

但是這篇,禮拜四所發表的研究報告,透露出這令人難以對付的,可怕之毒兇,仍被列為全美之第二號殺手。預估今年將會有六十萬九千人死於這種病痛。同時也將會有一百七十四萬人被診斷出有癌症。

從2018年的統計資料中,可看見這個機構,每年針對所有癌症的病發率,死亡率與倖存率的跟踪記錄,發現了,四大病毒---肺癌,乳腺癌,攝護腺癌與大腸癌(colorectal)的死亡數字急速下跌,乃數十多年來的所有癌症死亡率,長期降低。一位負責監督與醫療服務的研究團隊的副主管Ahmedin Jemal說:死亡率的大幅減少,乃因減少了吸煙,事先的預防,提早檢查與醫治的效應。

總而言之,癌症的死亡率,每十萬人口中,從1991年的215.6人降到2015年的158.6人。過去十多年裡,美國女性的癌症發生率較平穩,而男性則每年降低2%。但男性的終生期間,可能會被診斷出患癌的機會,要較女性略高。成年人的身高也能造成三分之一的差別。研究報告曾指出身體較高者會有較大的患癌比率。

從這篇新報告上,又發現種族間的癌症死亡率之差距,正在逐漸縮小中。黑人的癌症死亡率,在2015年里高出白人14%;而在1993年的高峰時期則高出33%。但這走降之趨勢卻掩蓋了,不同年齡層之間的重要差距。65歲以上的老年族,黑人則高出白人7%;差距縮小了些,

很可能是因為是全美老人健康保險計劃

(Medicare's universal health-care) 所帶來的效應。至於小於65歲的美國人中,黑人之癌症死亡率幾乎高出白人三分之一。在美國的很多州中,其差距甚至更大。

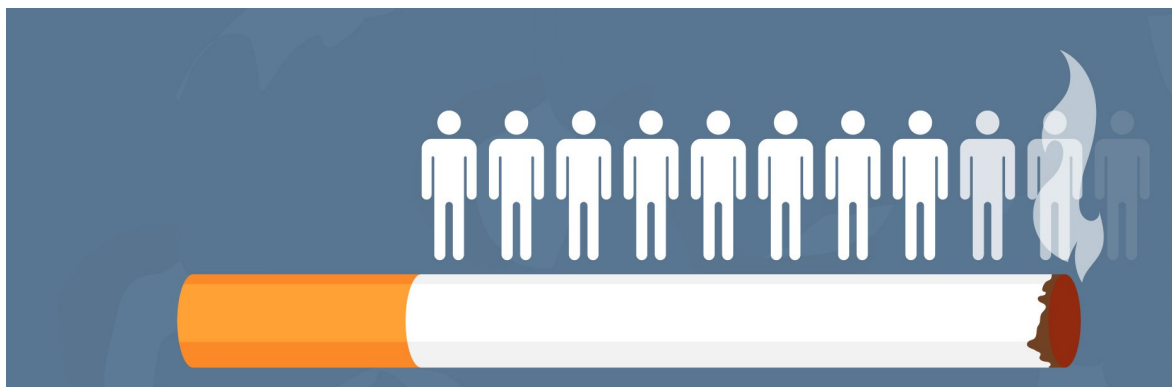
對較年輕的族群來說,Jemal又指出“其差別更大,我們必須朝著,如何去預防,檢測與醫治之方向予以改進”。

繼心臟病之後,癌症乃列為全美上下,不論男女的第二大死亡原因。然而在這篇報告里特別註明著,在美國的許多州內,甚至於在西裔與亞裔族群當中,它卻雄居於最主要的殺手。

女性的乳腺癌之死亡率,從1989年到2015年已跌落了39%,而男性之攝護腺癌死亡率,也從1993年到2015年重跌了52%。報告裡提到:雖然實際上自2000年中起,年紀小於55歲的年輕人們,死於大腸癌(colorectal)的人數,略有上長的趨勢,但在1970到2015年整體的大腸癌平均死亡率還是下降了52%。

這份報告上的資料透露出,一種快速增長的惡性腫瘤之病發率,又逐漸地減緩而下降,尤其是在年青族群中。但是在女性中間的肝癌又正快速上升。Jemal說:一部份是因為,二戰後嬰兒潮一代(baby boomers)中的丙型肝炎感染(hepatitis C infections)所致。

美國癌症協會(American Cancer Society)的一位醫務主管Otis W. Brawley在一篇文章裡說道(said in a statement),那篇研究報告一再強調不停的努力,戒除煙草的重要性。雖然吸煙的銳減已經降低了癌症死亡率,煙草今天仍然高居為致癌而死的主凶,幾乎每十個死於癌症者,就有三人因它而去。





記得我的好姐妹福真姐說過一段話："生命的意義不在於我們能活多久，因為一切都在上帝的掌控中。但是，在這有限的生命旅程中，我們能做什麼事，能對周圍人帶來怎樣的影響，能對別人的生命帶來怎樣的幫助和改變，這才是我們生命真正的意義。"

我是3月16日第一次見到Dena。聽我的好友Wendy好幾次提到這位善良美麗的四川女孩。在Wendy受化療折磨，滿嘴都是潰瘍的時候，Dena身體也越來越虛弱，但她忍著疼痛，堅持來看Wendy，還給她帶來了蘇打粉，她告訴Wendy："把蘇打粉放在長潰瘍的地方，很快就會好起來的。"

我還記得3月16日是一個陽光明媚的春日，天湛藍湛藍的，像透明的明鏡一樣純淨。看到Dena第一眼，就被她大大的一雙眼睛所吸引。她微笑著介紹著自己，那純真的笑容就像十幾歲的小姑娘。當我陪

著Dena在MD Anderson 抽肺部積水的時候，她流著淚給我講述了她診斷出三陰乳腺癌，和癌症抗爭這四年來的艱難歷程：由於和老公的矛盾，心情一直抑鬱，然後診斷出乳腺癌，她獨自一個人走遍中國有名的大醫院，試用了中國所有治療三陰乳腺癌化療藥物，最後在2017年12月來到美國，尋求治療。美國專家給她試用了一種化療新藥，剛開始的效果很好：她腦部，胸部，淋巴的腫瘤都大大縮小，但3月初的檢查顯示肝部的腫瘤開始擴大。聽著Dena的述說，我和她一起流淚，我緊緊地握著她的手，為她禱告，她的手冰涼冰涼的，我想讓自己的手能溫暖她一點，讓她能感受到上帝的愛從來沒有離開她，父神的愛能安慰所有遭受苦難，受創傷的心。我能深深理解Dena的痛苦：心靈的創傷比肉體的傷害會更痛苦，當我

們對過去傷害自己的人不能饒恕，不能釋懷的時候，實際上在折磨著自己，把自己禁錮在自己的牢籠裡，心裡流著血，舔著自己的傷口。我多麼希望Dena能從痛苦中解脫出來啊！回到家裡，我給她發了一段微信：

Dena，我每天都為你的身體健康禱告，也為你饒恕你先生的過錯禱告。我們都是軟弱的人，都犯了很多錯，求神賜給我們饒恕的力量，寬恕他人，也讓自己釋放重擔，讓神把我們從憎恨痛苦的監獄中解放出來。讓我們每一天都能用喜樂的心去對待生活。你老公也有很多優點，我們為他的優點禱告感恩，也

為他的健康禱告感恩，祈求上帝賜給我們愛的力量去愛他，感動他。正如以弗所書4:32所說："並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裡饒恕了你們一樣。"神一定祝福保守你們。

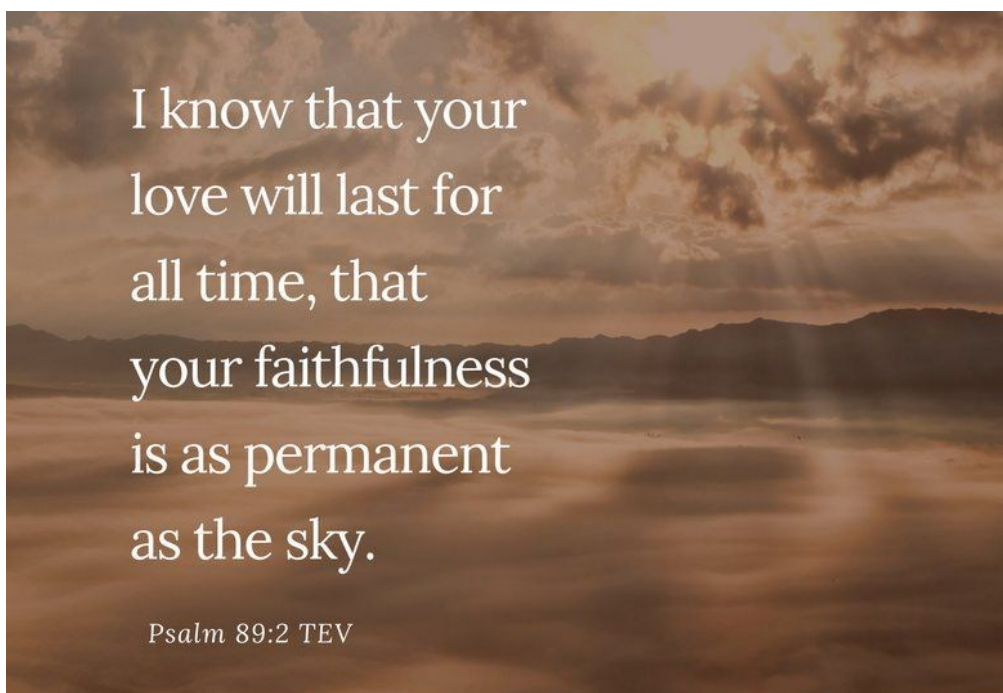
她很快回復了我：

"嗯，我會記住你說的，每天發一條感恩

的微信。"

Dena每天和我都用微信聯繫。我一直擔心她的身體狀況會越來越疼，我給她買的Advil已經沒有效果，她每天不得不服用嗎啡來緩解疼痛。這位堅強的姑娘還安慰我："Lucy姐，不用擔心，我試著右側睡覺，忍著痛，一會兒就不痛了，晚上再試試左邊，這樣練習應該效果會好一些。"我現在泡了杯鐵觀音，看連續劇呢，別擔心我哈，我總會想辦法減輕身體的難受感的。"

3月18日那天，Wendy安詳地離開了我們。在Houston Hospice，我們陪著她度過了最後的一周時光。記得Wendy離開我們的前一天，我和她告別，她微笑地看著我，輕輕地說："霞妹，你要走啦？"我回到車上，放聲痛哭：知道痛苦，與身處



痛苦迥然不同；知道死亡與面對死亡是完全不同的。Wendy在美國治療的這幾個月，飽受化療折磨，她沒有抱怨過任何人任何事，也沒有叫過一聲痛，Wendy那樣堅強坦然地面對人生，在生命的最後一刻，還用最真心的微笑去問候身邊每一個人，她就像刺破黑暗微弱的光，讓我們見證了生命的堅強和信仰的美好。

3月18日當天, Dena知道了Wendy離世的消息，她給我發了兩封微信: "我們不應該難過，傷心，這只是短暫的離別，她也脫離了治療的痛苦，在天堂沒有疼痛，會好好的，你告訴她老公和姐姐，Wendy其實一直會在天堂看著我們。" 她的第二封微信: "我給我老公發了兩段算是告別，也算是給自己過去的幾十年告別，今天師母給我打電話說周一來為我受洗，我算先洗清內心的仇恨和郁結，一個全新的自我接受洗禮，我會有新的生命存在。"

3月31日我陪Dena去見了她的主治醫生。主治醫生檢查了她的腹部，把最殘酷的消息告訴了她: "你的腹部75%全是腫瘤，已經沒有任何治療方案，只有一個月時間了。" 我和Dena聽到這個消息時，驚得目瞪口呆。Dena求主治醫生再想想有沒有其它治療方案，可不可把以往用過的化療藥再試一遍？主治醫生告訴我們：如果這樣做，只能直接把病人送進ICU，我們在醫院裡坐了二十幾分鐘，好久才緩過勁來。Dena流著淚告訴我: "我最放不下心的是我父母，他們就我這一個女兒，我走了，他們這一輩子一定好難過。我多想他們也信仰基督，相信永生的盼望，相信我只是先去了天堂，以後我們還會在天堂再見，這樣他們的痛苦會減輕很多。" 我緊緊地抱著Dena，為她禱告: "親愛的天父啊，就求你憐憫這個苦難家庭，賜平安和永生的盼望給他們吧！"

兩天後, 4月2日，Dena邀請了所有幫助過她的光鹽社義工和病友們一起在中國城吃飯。那天，為了更清醒一些，Dena只吃了一半劑量的嗎啡，忍著疼痛來參加晚宴。她畫了淡淡的妝，穿著一條藍色背帶褲，就像一位活潑可愛的大學生。當看到病友們一個個站起來發言：我才知道Dena幫助過這麼多病友。一個正遭受苦難的人，還能夠忍著痛苦去安慰其他正受苦難折磨的人，這需要多大的力量和勇氣啊！在這生離死別的告別晚宴上，我們都哭得泣不成聲，Dena沒有掉一滴眼淚。我永遠不會忘記她在晚宴上對我們的告別發言: "在過去的三個多月裡，我得到的愛比我活了三十年還多，我知道你們的愛都是從天上而來，上帝的

愛是如此美好，透過你們，我就知道他有多愛我。我媽媽在中國，沒法來參加這個晚宴，她讓我一定要替她給大家鞠一個躬，感謝你們對我的幫助和愛。" 晚宴後她發了微信給大家: "謝謝，今晚的主題本意是我對這三十多位朋友家人的感恩，也是提前的告別，到了才知道是我的生日Party, 新生命的開始，感恩我能來到這裡認識你們，萍水相逢，卻得到了你們無私的幫助與無私的愛，千言萬語也道不清我內心的感激，今晚真不好意思，騙了禮物，騙了眼淚，再次感謝你們，還有成都那一群狐朋狗友，還有所有的愛我的朋友們，知道你們都在遙遠的地方想念著我，我會一直陪伴著大家的，再次感恩，也謝謝鄭牧師的分享四道人生，道謝，道歉，道愛，道別，是的，這就是完美的一生了。"

哥林多後書1章4節所

說: "我們在一切患難中，他就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰去安慰那遭各樣患難的人。"

我們教會天傑弟兄和王琳姐妹多次探訪Dena，我們在一起同

心禱告，流著淚向天父訴說: 祈求天父能看顧醫治她，求父神能賜平安與喜樂給她，我們身邊的基督兄弟姐妹福真姐，小婷妹妹，王超弟兄，還有無數光鹽社的義工，不求任何回報，全心全意去關懷Dena，讓她在美國的短暫時光，雖然遭遇著病痛痛苦，卻感受到了神的愛和安慰。

4月16日，Dena離開了我們，她沒能等到她4月18日38歲生日的那一天。但她走得很安詳，她的樣子就像睡著了：平靜美麗。我們感覺她離開人世間的那一刻一定感受到了天堂的美好：蔚藍的天空，潔白無瑕的雲朵，不再有痛苦，不再有悲傷。在和Dena一起的日子裡，上帝一直陪伴著我們，他在黑暗中向我們展示著光和愛，陪伴我們尋求生命的意義，愛的真諦；我們所有的歡笑和淚水都留著上帝恩典憐憫的記號，也印刻著上帝給我們帶來生命的改變。





## 光鹽社 (Light and Salt Association)

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

**顧問** 黃繼榮 陳康元 王禮聖 劉如峰 江桂芝 張學鈞 張大倫 黃嘉生  
潘敏 許重一

**理事長** 鄧福真

**副理事長** 黃龍雄

**理事會秘書** 張懷平

**理事** 袁昶黎 孫威令 黃頌平 戴秋月 趙耿偉 韓雯 陳瑞珮 陶加獻 趙質明 張丹 方方

**執行長** 孫紅濱

**職員** 何淑坤 邱月香 陳苡倫 劉笠森 古雨 袁婷 董棣尊

**癌友關懷** 鄧福真 袁婷 陳苡倫 趙小江 鄭曉紅 宁新宇 吳靜 王琳 王欣 徐玲 林佐成 廖喜梅 唐萬千 錢正民 黃玉玲 楊姝 李筱梅 韓雯

**福音廣播** 戴秋月 李論 戴禮約 江桂芝 孫威令 唐萬千 冷國總

**特殊關懷** 何淑坤 張桂蓮 張懷平 古雨 董棣尊

**粵語飛揚** 岑振強 方方

**年長關懷** 孫威令 阮麗玲

**西北辦事處** 余南燕 甘玫 嚴慧娜

**东南辦事處** 袁昶黎 劉再蓉

**資源開發委員會** 鄧福真 侯秀宜 袁昶黎 黃頌平

**法律顧問** 歐陽婉貞 黎廣業 Kathy Cheng

### 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）

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

- 心靈加油站（每週一 網上收聽）
- 粵語廣播網（每週一至五 3:00-3:30pm, AM 1050）

### 光鹽健康園地

- **STV 15.3**（每月第一及第三個週二, 7:30-8:30 pm）
- **YOUTUBE** <https://ppt.cc/f9Fopx>（網上回顧）

**光鹽社特殊需要關懷中心** ([www.lightsaltsncc.org](http://www.lightsaltsncc.org))

地點：光鹽社辦公室（每月第三個週六 11:30 am 到 2:00 pm）  
冬衣捐贈、長輩關懷、月訊及年刊

### 光鹽社辦公室：

電話：(713) 988-4724 網址：[www.light-salt.org](http://www.light-salt.org)  
中國癌友專線：<http://sunnyembrace.wix.com/lisacancercare>  
E-mail:[lsahouston@gmail.com](mailto:lsahouston@gmail.com)

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

Facebook：光鹽社 Light & Salt Association

辦公時間：上午 9 時至下午 5 時，週一至週五

### 光鹽社東南辦事處：

503 N Austin St, Webster, TX 77598

電話：(281) 338-1929

### 光鹽社西北辦事處：

13130 Perry Road, Houston, TX 77070

電話：(281) 506-0229