



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：

宮頸健康教育	2
音樂治療	3
腸道健康教育	4
就医时，基督徒你可以这样做	5



子宮頸癌預防講座

光鹽社將於6/4周六下午14-16點舉辦子宮頸癌預防健康講座。

- 地点: 華人聖經教會 (6025 Sovereign Dr, Houston, TX 77036)
- 時間: 6月4日(星期六) 下午2:00-4:00
- 講者: Dr. Conchi Diaz-Arrastia

2016 食品安全衛生座談會

- 地溝油的壞處 (環保專家 陳天生先生)
- 買飲食業安全保險的通過條件 (保險業 常中政先生)
- 美國和中國餐廳對食物處理方法區別 (資深餐飲業 黃純信先生)

• 日期: 2016年6月4日
• 時間: 上午10時至12時
• 地點: 華僑文教中心展覽室 (10303 WESTOFFICE DR. HOUSTON, TX 77042)

免費宮頸抹片篩檢 Pap Smear

子宮頸癌又稱宮頸癌，診斷通常借由子宮頸抹片篩檢，再進一步切片檢查。定期進行宮頸抹片篩檢，可以預期及早發現子宮頸的異常改變，以達到預防子宮頸癌發生的作用。光鹽社現與診所合作，免費為符合資格的民眾進行宮頸抹片篩檢。具体要求如下：

1. 18歲以上，低收入 (需提供30天收入證明)、无保險或仅持有金卡的德州居民，符合免費資格。
2. 有健康保險的民眾，通常每年可免費接受1次子宮抹片檢查，請聯絡您的家庭醫生開具處方。

詳情請致電光鹽社 713-988-4724. 歡迎到訪光鹽社辦公室報名!
地址: 9800 Town Park Dr. Ste 255, Houston, TX 77036

音樂治療放鬆療法

音樂治療是指借助於音樂來緩解人在社交、心理、肢體、情感情緒等多種方面的一個新興療法。可以有效緩解人的焦慮，減輕人的壓力，降低人的抑鬱等。

- 講者: 彭晨 (山姆休斯頓音樂治療研究生)
- 時間: 6月11日(星期六) 下午兩點至四點
- 地點: 9800 Town Park Dr, Suite 255, Houston, TX 77036

光鹽社免費醫療諮詢

光鹽社與肺科專家王明哲醫師合作，提供民眾免費內科及胸腔科醫療諮詢。讓對個人健康有疑慮的民眾能得到初步的相關醫療訊息。

- 王明哲醫師行醫三十多年，主要專精於肺科及胸腔內科，包含治療各種咳嗽、氣喘、支氣管炎、肺氣腫、胸痛等。雖然現已退休，但王醫師本著懸壺濟世的精神，義務提供民眾免費醫療諮詢。
- 本諮詢服務不提供任何診斷或治療，王醫師與民眾沒有醫師和病人的關係。民眾如有醫療需求請尋求專業醫師或診所治療。
- 時間為周二上午9:30至10:30，需事先預約。欲知詳情電光鹽社 (713) 988-4724。



6月份節目表: (STV15.3)

主持人孫威令、孫明美

6月7日 張朝慧醫生
6月21日 醣類與癌症
陳康元醫師、王琳博士

時間: 每第一和三週二 下午7:30~ 8:30

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

6月6 朋友圈里的祝福
6月13 医治忧伤心灵
6月20 上帝爱你 (一)
6月27 上帝爱你 (二)

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 王禮聖
	劉如峰 江桂芝 張學鈞 李納夫 張大倫 黃嘉生 潘敏
理事長	袁昶黎
副理事長	黃龍雄
理事會秘書	張懷平
理事	鄧福真 孫威令 劉再蓉 陳瑞坪 劉會緣 李筱梅 戴秋月
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 邱月香 湯飛
癌友關懷	鄧福真 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 劉茹 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 鄭文 周逸傑 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 劉會緣 李筱梅 袁昶黎
法律顧問	歐陽婉貞 黎廣業
	Kathy Cheng

宮頸健康教育和子宮抹片篩檢

關於宮頸癌，我需要知道什麼

宮頸癌往往沒有早期的症狀或跡象。所以，婦女定期進行宮頸抹片檢查是很重要的。癌症常常是在擴散到身體其他部位之後才有症狀。下面的症狀一旦出現，請立即通知您的醫生：

- 陰道流出非正常分泌物；
- 非經期陰道少量流血或血印；
- 性交時出血或疼痛。

這些不一定表示您患有癌症。它們也許是別的因素引起的。為了確定不是癌症，必經醫生檢查。

哪些因素會增加子宮頸癌的危險？

- 年齡較小時性交；
- 有多名性伴侶；
- 與有過多名性伴侶的人性交；
- 感染導致生殖器疣的病毒（人類乳頭瘤病毒，簡稱 HPV）。並非所有感染過人類乳頭瘤病毒或生殖器疣的婦女都會引發子宮頸癌；
- 抽煙；
- 感染人類免疫缺陷（人類免疫缺陷導致艾滋病的發生）；
- 感染生殖器疱疹感染或皮衣菌（二者是性傳染疾病）
- 長期服用避孕藥；
- 蔬菜、水果吃得不夠；
- 體重過重；
- 母親或者姊妹中有人患過子宮頸癌；
- 不定期進行宮頸抹片檢查。

宮頸癌篩檢

- 從 21 歲開始，應該進行宮頸癌檢測。21 歲以下的女性不需進行檢測。

- 21-29 歲的女性應該每 3 年進行一次宮頸抹片檢查（Pap test）。在這個年齡段，人類乳頭狀瘤病毒檢查（HPV）不需進行，除非宮頸抹片檢查結果異常。
- 30-65 歲的女性應該每 5 年進行一次宮頸抹片檢查和人類乳頭狀瘤病毒檢查（被稱為“聯檢”）。這是首選的方法，但是每 3 年單獨進行一次宮頸抹片檢查也是可以的。
- 如果 65 歲以上的女性在過去 10 年裡，定期宮頸癌檢測結果正常，那就不應該再做宮頸癌檢測。一旦停止檢測，就勿需再次開始。有嚴重的宮頸癌前病變史的女性，應該在至少診斷 20 年內繼續檢測，即使檢測超過了 65 歲的年齡。
- 一個女性不是因為宮頸癌切除了子宮及子宮頸（子宮全切術），並且她也沒有宮頸癌的歷史，也沒有嚴重的癌前病變，那麼就不必再做檢測。
- 所有接種人類乳頭狀瘤病毒疫苗（HPV）的女性仍然應該遵循按年齡組推薦的篩查。
- 宮頸癌高危險女性更應頻繁地進行篩檢，高危險女性包括具有愛滋病毒感染、器官移植、DES (drug eluting stent) 曝光的女性。高危險女性可能需要不同的宮頸癌篩查計畫表。與醫護人員一起談談您的病史。

以上資料來源：美國癌症協會對癌症的早期檢測指南，<http://www.cancer.org/acs/groups/content/documents/document/acspc-046806.pdf>

為了提升社區對女性婦科健康的認知，光鹽社與將舉辦子宮頸癌預防健康講座，本次講座將針對子宮頸癌的成因、風險因素，如何篩檢及治療，以及社區健康服務資源介紹。講者 Conchi Diaz-Arrastia 醫師是貝勒醫學院副教授，並身兼婦科腫瘤科主任，她的研究專長包括開發子宮頸癌相關的診斷分析並提倡普及癌症早期篩檢診斷，身兼非營利機構 Dia de la Mujer Latina 主任的她更致力於降低弱勢族群在醫療資源上的不平等，提高民眾對癌症篩檢的認知及注意。詳情請參閱首頁廣告。

光鹽社還將定期舉辦乳房攝影及子宮頸抹片檢查服務，歡迎符合資格的女性朋友們踴躍報名參加。詳情請電洽 713-988-4724

音樂治療 何淑坤

音樂治療學是一門集音樂、教育、醫學和心理學為一體的邊緣交叉新興的治療學科，是音樂在傳統作用的藝術欣賞和審美領域之外的應用和發展。在音樂治療中，音樂是一種工具，就像是復健科裡的復健器材，是輔助治療的工具。紐西蘭音樂協會指出「音樂是一種強大而且有幫助的用具，用來建立溝通的管道，支持兒童和成人在心智、肢體、社會行為和情緒的學習與重建。」

音樂治療是一個科學的系統治療過程，在這過程中包括了各種不同方法和流派理論的應用。在不同的音樂治療方式的探索下，世界各地產生了十種不同系統化地學派。但多是以透過聆聽、歌唱、彈奏、敲擊、律動、即興創作等音樂經驗，讓治療師與病患間建立互動，來幫助病患改善肢體、表達溝通、認知理解、社會行為、以及情緒表達等方面問題的健康專業。而不是像有些人誤解的，以為聽聽坊間販賣的治療音樂，就是音樂治療這麼簡單。治療過程必須包括有音樂、被治療者、和經過專門訓練的音樂治療師這三個因素，缺一不可。

音樂治療可以幫助的對象很廣泛，包含有：普通兒童，特殊需要兒童 / 成人（自閉症、亞斯伯格症、腦性麻痺、過動、唐氏症、威廉氏症、發展遲緩...）也包含情緒控管、身心重建、安寧醫療、減緩疼痛，舒壓...等。

特別是針對特殊兒，透過訓練學生能：

1.提升專注力

很多有特殊學習需要 (SEN) 的學生對音樂十分敏感，由於音樂及樂器本身已有吸引他們注意的作用，運用於特別設計的遊戲中能引起學童主動參與，令專注力訓練更有效。

2.提升社交能力/社交意識

對一些社交意識較弱的學生，特別對於一些自閉症的學童，他們缺乏眼神接觸，甚至不會與人溝通，治療師可透過輪流打樂器的過程去訓練學生用一個非言語的途徑達到社交互動，然後再因應學生的進度而調較訓練模式。

3.加強自信心

由於SEN學生在學習方面較弱，其自信心會受影響，音樂治療可幫助學生透過學習樂器及表演機會，使學童自我價值得以提升。

4.提高自我表達能力/給予情緒抒發的機會/空間

對一些語言能力較弱或不會表達的學童，治療師會於治療過程中給學童表達自己的機會，例如引導學童用聲音/樂器表達自己的感受或情緒，或透過填寫歌詞的過程去幫助學童達到自我表達。

5.改善行為問題

有些學童可能因為各種問題，如家庭問題或因某方面的能力較弱，而衍生出其他行為問題，如暴力、反叛、刻意地引人注意等。治療師可以用音樂活動去吸引這些學童，從活動中教導他們適當的行為，以減少他們的各種行為問題。

結論：以音樂為媒介做為治療和訓練，其目的不是要孩子能夠學會唱歌、使用樂器、甚至讀樂譜，而是要讓他們能藉由音樂來表達、平穩他們的情緒或行為，增加溝通、表達能力，提高自信、社交意識以及參與社交活動等等。音樂治療師，透過不斷觀察孩子的行為反應，重複「有成效和意義」的活動，從活動中尋找適合孩子的介入方法，以培養適應行為，達成治療目標。（資料來源參考：wiki；）

基於光鹽社為特殊兒家庭提供最好服務的精神，特殊需要關懷中心將於六月份開始在每個周六設立兩班，各一個小時的音樂治療課程。每班只收七位學員。報名內容請參考以下資料：

音樂治療课程與時間

第一組（5-7人）

第二組（5-7人）

时间：每周六上午11-12点

时间：每周六下午1-2点

对象：18岁以下未成年兒童

对象：18岁以下未成年兒童

目标：提高交流能力，提升注意力

提高社交、感情交流，改善语音

暑期收费优惠办法：

1. 预付 \$ 100. 保证金。（全程参加者可在最后一堂课拿回 \$100. 保证金；等于免费）

2. 每缺一堂课者，扣除 \$15. 直到扣除完 \$ 100. 保证金为止。为不影响治疗 品质请鼓励学生全程参与。（优惠办法只适用暑期课程，九月之后恢复一般收费。请大家把握机会。）

报名方式：

1. 填写报名表

2. 填写能力评检表

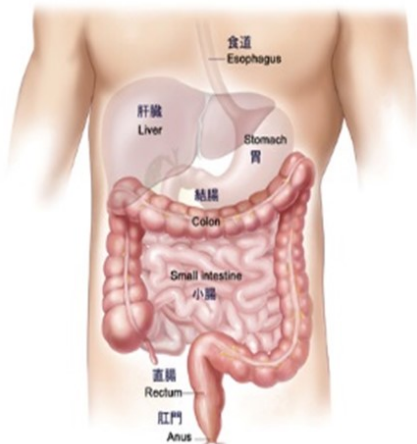
3. 签署音乐治疗合同保证书

4. 预付 \$100. 保证金支票（支票抬头：Light and Salt Association; 底下注明：Music Therapy）

索取報名表請電（713）—988—4724

肠道健康教育和大便隱血篩檢

什麼是結腸和直腸？



什麼是結腸直腸癌？

在結腸或直腸內發展的癌症。

哪些人有風險？

- 50 歲及以上的男性和女性
- 有結腸直腸息肉病史的人
- 有結腸直腸癌家族病史的人
- 吃高脂肪、低纖維飲食的人
- 抽煙和飲酒
- 有炎性腸道病史的人

結腸直腸癌的症狀是什麼？

- 腹部疼痛
- 大便習慣改變
- 直腸出血
- 體重下降和胃口不佳
- 無症狀

從 50 歲開始，無論男女都應該做以下這些檢查計畫中的一種：

發現息肉和癌症的檢查

- 每 5 年進行一次可屈性乙狀結腸鏡檢查 (Flexible sigmoidoscopy) *，或
- 每 10 年進行一次結腸鏡檢查 (Colonoscopy)，或
- 每 5 年進行一次雙重對比鋇灌腸檢查 (Double-contrast barium enema) *，或
- 每 5 年進行一次 CT 結腸成像檢查 (模擬結腸鏡檢查) (CT colonography) *

主要用於發現癌症的檢查

- 每年進行一次愈創木脂大便隱血檢查 (gFOBT) **, 或
- 每年進行一次大便免疫化學檢查 (FIT) **, 或
- 每 3 年進行一次大便去氧核糖核酸檢測 (sDNA) *

*如果檢測結果呈陽性，您就應該做結腸鏡檢查。

**應該使用在家取得的多個大便樣本進行檢測。在醫院做的一個檢測是遠遠不夠的。如果檢測結果呈陽性，您就應該做結腸鏡檢查。

以上資料來源：美國癌症協會對癌症的早期檢測指南，<http://www.cancer.org/acs/groups/content/documents/document/acspc-046806.pdf>

免費FOBT腸癌檢驗

光鹽社即日起免費提供(FOBT)糞便潛血篩檢。需要做篩檢的民眾請前往光鹽社辦公室領取(FOBT)大腸癌篩檢包，並定期由專業護理師解讀檢驗結果，歡迎踴躍參加。

fppt.com

就医时，基督徒你可以这样做

约翰派博 转自微信公众号 每日箴言 chinesetoday

近几年来，我国的医患关系日趋紧张，医疗纠纷日益增加。作为基督徒，其实我们也可以做到一些力所能及的事。那么，我们在就医时可用做些什么？来看看约翰派博牧师的经历吧。

最近我住院三十个小时，我不想用细节挑起你的好奇心，但你读了这篇文章，就知道我还活着。事实上我感觉良好，我得到很好照顾，经诊断没有发现问题，接受了一些新的药物治疗，医生让我像平常一样生活。

我不想浪费这次经历，一直在思考学到的功课和领受的益处。也许我把当中一些列出来，当你自己住院的时候来到，你也可以得到帮助。

这里列出的一切，都是我需要神帮助的事。我很吃惊地发现，要集中注意力关注任何事，这是多么困难，所以我灵里感到非常软弱。我习惯了把思想关注在神的真理，特别是祂的应许上，以此抗击惧怕和愤怒的试探。但是当集中注意力变得困难，信靠也变得困难。所以不要自以为是认定，你读这篇文章的时候，这些功课都来得很容易，情况并非如此。

1不要对医院里的拖延和低效率发怨言。

你能得到医疗方面的照顾，这已经超过了世界上90%的人口能得到帮助的百倍。

与其抓住你的护士没有回应，或者隔壁病床的病人打呼噜，或者静脉注射管搅在一起，或者冰块用完了这些事情不放，请你思想这事实，就是在150年前，你可能早已经死掉了。如果没有吗啡帮助，你会因着无法舒缓的痛苦呻吟不已。你也不会知道你的身体出了什么问题，你是要死还是不会死。

“凡所行的，都不要发怨言。”（腓2:14）保罗说不发怨言带来的果效，就是我们要在一个弯曲悖谬的世代好像明光照耀，这包括了充满需要的医院的世界。

2不要让你因着在医院中包围着你，那无休止的各种声音、噪音、电视上的声音、闲聊声的狂轰滥炸，使你的灵命变得麻木。

住院的时候，我对无休止的声音感到吃惊。也许其他人和我的感受不一样，但对我来说，这几乎是没有终止，即使半夜的时候也是如此。护士在聊天，护工进来服侍我的同室病友，在凌晨三点钟的时候交谈，仿佛是在中午一样。电视不断发出声音，奇怪的嘟嘟声或蜂鸣声几乎不断。我盼望要得到安静。

这对我的灵来说是一种试炼，就在我需要安静，知道神是神的这一刻，我的心因受干扰而失去平衡。这令我吃惊，让我措手不及。我要祷告，集中注意力，对自己背经，重新得到我灵的平衡。“求祢保护我的性命，搭救我！”（诗25:20）

3不要被电视自动控制。

住院会让这成为你最容易做的事。每一张病床都可以看到电视，举手就可以控制电视。我家里没有电视，我做这选择，提出这忠告的原因，并不是电视充满性方面的罪和暴力，而是大部分电视节目都充满那种更令人不知不觉，漫布一切，使人失去人性的平庸陈腐。

当我听旁边病友正在看的电视节目，让我震惊的，并不是那种放纵情欲的事情，而是它根本没有感情可言，有的是那种琐碎、愚蠢和幼稚的肤浅。成人的举止表现，仿佛人生只不过是一场杂耍表演。所有这一切，都与我隔壁病床这位病友的可怕病情形成强烈对比，但更糟的是，它与人的灵魂，这灵魂与创造世界的主之间关系的尊贵、伟大和奇妙形成强烈对比。

所以不要看电视，而是要让你自己专注于听和读，或者思考那使你的灵魂变得崇高的事。让你的灵魂与它的荣耀，它被造要服侍的神的荣耀保持联系。

就医时，基督徒你可以这样做

5要认识到身体的痛苦，会让你关注神的应许变得更困难，要求你要有更强的专注力。

不仅各样声音的连番轰炸会使我们的灵魂失去方向，痛苦也会。我不想你因此措手不及。我们痛苦，需要神帮助，但正是这痛苦本身，可以遮蔽我们对神的看见。

在这一点上，非常要紧的，就是你在心中要记住一些非常简单、简短、关于神的圣经真理，你可以用来对自己发出宣告。对神主权和良善非常长篇复杂的论证，在这样的处境中不会起作用，因为痛苦太强烈，让你不能专注。痛苦不让思想发挥完全的作用。

在这种环境下需要的是：“主是我的牧者。”就是这样。“基督为我舍己。”就是这样。“我绝不离弃你。”就是这样。“在主没有难成的事。”就是这样。“万事互相效力，叫人得益处。”就是这样。这些就像写着你名字的白石，在你痛苦呻吟，在你等医生的时候，把这些牢牢抓在你的手里。

6主动找一位朋友或家人来帮助你。

通常病人入院都会很突然，让人不知所措，不能清楚思想正在发生事情的方方面面。对我来说情况肯定是这样的。我需要问问题，但我的思想不能发挥完全的效力。

我需要一位代表，我妻子在现场，问了医生许多好问题。医生也不能想到我们为了了解正在发生的事，为了在今后日子有智慧生活而需要知道的所有问题。我们需要帮助来问各种正确的问题。

不要惧怕求助，授权你的朋友问他们想到的任何问题。
“我们是互相为肢体。”（弗 4:25）

7接受这种降卑的光景，就是你要和所有其他人一样，穿同样的不起眼的病号服。

这对我们所有人来说都是一件好事。大部分时间我们都能控制我们的外表，我们可以穿衣打扮，使我们看起来比实

际更有尊严（或更自给自足）。

请想象一下，约翰派博穿着休闲西装，对上千人讲道，约翰派博穿着他那件蓝白色，背后拉链的医院病号服，穿着那防滑棕色拖鞋，拖着输液架一拐一拐走向洗手间。

这大大让我们清醒，回到现实当中。我们所有人都是软弱、容易受伤、非常普通、有身体的人。随着时间发展变得越来越没有吸引力，但感谢神，“外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。”（林后 4:16）

8让你和你身边人的痛苦和凄惨提醒你，罪在道德方面极其可怕，在灵里极其丑陋。

我的理解，就是罗马书8章18-25节是保罗对创世记3章人类堕落的解释。他在解释，那通过亚当犯罪进入世界的道德邪恶，在物质方面给受造界带来的毁灭性影响。这意味着神让这世界服在物质方面的虚空和悲惨之下，为的是要表明一种道德和灵里的现实。

保罗说，“受造之物服在虚空之下”（罗8:20），他指的这种“虚空”，就是“败坏的辖制”（罗8: :2）。疾病灾难的可怕和动荡，本身并不是要达到的目的，它们“一同叹息、劳苦”（罗 8:22），如生产之痛，这就是说，它们要引入一个新的受造界。

我们都在这些叹息中有份。最可怕的癌症，使人肢体破碎的事故带来的可怕叹息。对于神的儿女而言，这并不是惩罚，基督已经承担了我们的惩罚。这是每一个人的份，要背负起道德邪恶那可怕的身体方面的记号。这身体方面的痛苦，指出罪是何等丑陋。

让你的叹息提醒你，你已经得救脱离了那灾病和畸形，就是罪。

就医时，基督徒你可以这样做

9 耶稣显明祂自己是那良善的大医生，使你的心因此变得甘甜，对你自己传讲，这至轻至暂的痛苦，正在为你成就直到永远极重无比的荣耀。

对于各种处境而言，基督都是全然有能力。在医院里，祂至为明显是一位医生。马太福音4章23节说，祂能“医治百姓各样的病症。”在末日，“神要擦去他们一切的眼泪；不再有死亡，也不再有悲哀、哭号、疼痛。”（启21:4）

我们应当毫不犹豫向祂求医治和解救，我们应当信赖祂会在最好的时间回答我们的祷告。但主要的是，我们应当毫无疑问，带着喜乐认识到，祂已经医治了所有信靠祂的人最深的疾病，就是罪这使人定罪的灾病。“无病的人用不着医生；有病的人才用得着。我来本不是召义人悔改；乃是召罪人悔改。”（路5:31-32）

10 祷告求神让你住院的这些时候，这些痛苦，这些惧怕，这些建立起来的关系，这段改变生命的日子的一切，都不会浪费掉。

撒但要你在医院中所经历的一切变得毫无意义，空虚琐碎。不要容牠得胜。

祷告。你上医院的时候要祷告，办理入院手续的时候要祷告，躺在有轮子的病床上被推着往各处去的时候要祷告，躺在病床上要祷告，在早上、在半夜要祷告，要不住地祷告。

你可能不能做很长，思想得很清楚的祷告。你的思想和身体争战得太厉害。在历史上，你需要做的祷告称为“随时迫切的祷告”——从心而出简短爆发出的祷告。

“主啊，帮助我信靠祂。”“主啊，怜悯我，我需要祂，我几乎无法思想。”“主啊，救我脱离不信和罪。”“主啊，我信，但我信不足。求主帮助。”“感谢祂的怜悯。”“耶稣，我感谢祂已经爱我，为我舍己。”“父，我要感谢祂，在基督耶稣里我已经不被定罪了。”“耶

稣，求祂使用我彰显祂极大的宝贵。”“不管这里发生什么事，求祂都用祂不止息的爱使我满足。”

愿主使用我从住院学到的这十个功课，帮助你在住院的时候多结果子荣耀基督。

活 動 花 絮



5月12日，光鹽社在明湖中國教會舉辦健康日，邀請到陳康元醫生和王琳博士講授腸道健康



現場還向民眾提供了免費大便隱血篩檢FOBT



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
辦公時間：上午 9 時至下午 5 時，週一至週五
光鹽社西北辦事處：13130 Perry Road, Houston, TX 77070 電話：(281) 506-0229
光鹽社東南辦事處：503 N Austin St, Webster, TX 77598 電話：(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 1050)

3. 光鹽健康園地

- **STV 15.3** (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