






光鹽社  
Light and Salt  
Association

 [Like on Facebook](#)

 [Watch on YouTube](#)

 [Visit our Website](#)



---

活動預告



## 光鹽社健康講座

**題目: 健康保險交易市場介紹**

**講員: 鄧福真博士及古 兩女士**

**時間: 2020年11月7日(六), 下午2-4點**

**ZOOM 網上會議室鏈接:**

**<https://us02web.zoom.us/j/87299627556>**

**或撥打: +1 346 248 7799 US (Houston)**

**會議號碼: 872 9962 7556**

**本活動免費，**

**歡迎所有社區人士踴躍參加!**

**(開放現場問答)**



CANCER PREVENTION & RESEARCH  
INSTITUTE OF TEXAS

本活動免費，歡迎所有社區人士踴躍參加! (開放現場問答)。

ZOOM 網上會議室鏈接: **<https://us02web.zoom.us/j/87299627556>**

或撥打: +1 346 248 7799 US (Houston)

會議號碼: 872 9962 7556

很多生活在德州的華人，對於德州可選擇的醫療保險或對於申請政府所提供的醫療保險計劃有很多不同的疑問。如何選擇最適合您的保險計劃，才可以得到定期的，免費的癌症檢測。一般為人熟悉的醫療保險包括奧巴馬保險及白卡。平價醫療法案 (奧巴馬醫療法案) 是由聯邦州政府所提供的醫療保險計劃。這次的講座邀請了鄧福真博士及古 兩女士為大家講解，健康保險交易市場介紹。

鄧福真博士是薩姆休斯頓大學社會學系教授，光鹽社理事會前理事長，積極從事華人社區服務工作，同時也是聯邦政府健康保險市場資深諮詢員，州政府認證 Medicaid / CHIP 導航員。古 兩女士在光鹽社負責健康保險的項目。她是奧巴馬健保諮詢員，德州 Medicaid/CHIP 保險導航員。

活動預告

## 電視節目與廣播預告

2020年11月3日(二), 7:30-8:30PM

主題: 睡眠與免疫

講員: 陳康元醫生及王琳博士

2020年11月17日(二), 7:30-8:30PM

主題: 認識過敏

講員: 林承興醫師

美南電視台 ITV 15.3 或網上重溫: YouTube - lsahouston



粵語飛揚(AM1050)

週一 3:00-3:30PM

[www.CanFlyRadio.Org](http://www.CanFlyRadio.Org)

國際乳癌防治月是每年 10 月 1 日至 31 日，由不同主要乳腺癌慈善機構組織合辦的年度國際衛生活動。目的是提高人們對該疾病的認識並籌集資金用於研究其病因，預防，診斷，治療和治愈。該活動還為受乳腺癌影響的人們提供信息和支持。



乳癌是美國婦女第二最常見的癌症。乳房腫瘤檢查能在癌症徵兆出現之前找出癌細胞。乳房 X 光檢查以低劑量的 X 光線來偵測細小且難以察覺的腫瘤，是診斷早期乳癌最有效的方法之一。美國癌症協會建議女性 **40** 歲開始進行乳房腫瘤檢查。自 **2007** 年起，由於及早診斷及治療，**50** 歲及以上女性的死亡率持續下降。

預防檢查方法：

- **乳房 X 光檢查：** 醫生推薦，可偵測細小且難以感覺的腫瘤
- **臨床乳房檢查：** 由醫護人員檢查腫塊或其他變化
- **自我檢查：** 可發現任何腫塊，大小及形狀或其他變化

請諮詢您的家庭醫生，找出最適合您的檢查方法。

## 光鹽社免費乳房攝影

### ❖ 免費資格：

- 無保險或低收入，並且年滿40歲或以上。
- 必須提供最近30天收入證明。
- 醫生的處方簽。

### ❖ 有保險者也可申請，但需先核對保險資料。

- 時間：2020年12月15日(週二)
- 地點：光鹽社辦公室
- 地址：9800 Town Park Dr, #255, Houston, TX 77036

請於2020年11月30日前向光鹽社完成報名及填表  
詳情請致電光鹽社 713-988-4724或832-206-3429



CANCER PREVENTION & RESEARCH  
INSTITUTE OF TEXAS



光鹽社  
Light and Salt  
Association



# 免費宮頸抹片篩檢

光鹽社現與診所合作，為符合以下資格的民眾提供免費子宮頸抹片篩檢。

需滿足以下條件：

1. 18歲以上
2. 定居在德州
3. 無保險、持有金卡或低收入 (需提供最近30天收入證明)

詳情請致電光鹽社 713-988-4724



CANCER PREVENTION & RESEARCH  
INSTITUTE OF TEXAS

光盐社是个非营利性的服务组织，自 2014 年开始为政府指定的授权的协助民众购买健康保险交易市场个人保险的机构，同时也是德州人事与健康委员会（Texas Human and Health Services）指定的社区合作机构，有多名州政府认证的 Medicaid/CHIP 导航员。

为了更好的服务有需要的朋友，更方便您联络我们，即日起 光盐社增加以下方便您的联络方式：我们会在一个工作日之内回复您。欢迎您联络我们。

- 接受微信服务报名。请扫码填表。



- 光盐社手机号 832-206-3429 可以接收语音和短信。
- 发电子邮件到 [LSAHOUSTON@GMAIL.COM](mailto:LSAHOUSTON@GMAIL.COM)

- 办公室电话 713-988-4724，可留言。

## 2021 年健康保險市場開放期為 11 月 1 日至 12 月 15 日

2021 年健康保險交易市場個人健康保險（奧巴馬健保）市場開放註冊期於 2020 年 11 月 1 日開始，至 12 月 15 日結束。許多人誤以為實行了多年的健保交易市場已經被現政府停止了《平價醫療法案》（Affordable Care Act）（仍然有效，2021 年民眾仍可以通過“健康保險交易市場購買個人健康保險計劃。”如果錯過了市場開放註冊期，需要發生比較重大的家庭）變化，符合特殊註冊期的條件才可以申請購買健康保險。

### 為什麼要購買健康保險？

從 2019 年開始聯邦政府取消罰款制度，不再強迫民眾購買醫療保險！如此，沒有健保也不會被票據！但是都知道美國醫療賬單天價，在美國沒有健康保險是很有風險的事情，所以在一個合適的健康保險是非常有必要的。尤其是在 2020 年 3 月開始，新型冠狀病毒肆虐全球，這個時候為自己和家庭選擇一份健康保險尤為重要。

### 為什麼要通過健康保險交易市場（Health Insurance Marketplace）來購買個人健康保險？

1. 根據患者保護與平價醫療法案，通過健康保險交易市場購買個人健康保險，收入在聯邦貧困線（聯邦貧困水平）的 100%~400% 之間的家庭或個人可以獲得保費稅收優惠（Premium Tax Credit），在 2021 年，稅務補助仍然有效。可以為獲得稅務補助的收入標準。

	聯邦貧困線 100%至 400%		聯邦貧困線 100%至 400%
報稅人數 1	\$ 12,760-\$ 51,040	報稅人數 5	\$ 30,680-\$ 122,720
報稅人數 2	\$ 17,240-\$ 68,960	報稅人數 6	\$ 35,160-\$ 140,640
報稅人數 3	\$ 21,720-\$ 86,880	報稅人數 7	\$ 39,640-\$ 158,560
報稅人數 4	\$ 26,200-\$ 104,800	報稅人數 8	\$ 44,120-\$ 176,480

2. 平價醫療法案規定，合法美國居民都可以申請健康保險交易市場的個人健康保險。（除了原住民，非法移民，B1 / B2 簽證持有者和監獄服刑者以外）
3. 該醫療保險計劃的醫療賠付沒有上限
4. 允許 26 歲的子女留在父母的醫保計劃中（必須要一起報稅）。
5. 該醫療保險計劃接受例如既往症（慢性病），有任何重大疾病，或準備作手術，妊娠等等，保險公司一定要接受。

### ***健康保險交易市場包括哪些服務？***

在交易市場銷售的健康保險方案涵蓋以下 10 項基本福利：

1. 住院以外的病人服務
2. 處方藥
3. 急救治療
4. 康復治療和器材
5. 住院服務
6. 檢查服務
7. 生產和新生兒護理
8. 預防性和健身服務和慢性疾病管理
9. 精神健康，藥物成癮治療服務包括行為矯正
10. 兒科，包括牙齒和視力

### ***什麼時間可以申請？***

2021 年健保的市場開放期為 2020 年 11 月 1 日至 2020 年 12 月 15 日。如果錯過市場開放期，必須在特殊購買期，即發生重大事件的前後 60 天之內申請。

### ***如何申請？***

光鹽社可以協助您申請健康保險交易市場的個人保險。光鹽社今年同時提供面對面服務和遠程服務兩種方式協助大家申請健保，所有服務免費。

光鹽社目前已開放保險申請預約，請與光鹽社聯繫。

### ***申請時請攜帶如下資料：***

1. Healthcare.gov 帳號, 密碼 ( 如果有 )
  2. 社會安全卡
  3. EAD 卡/綠卡/護照/公民紙或其他合法移民身分證明
  4. W-2 稅表或收入證明, 雇主地址和電話號碼
  5. 目前的保險信息
  6. 預測 2021 年收入
-

# 德州兒童白卡醫療補助和保險計劃 (Medicaid/CHIP) 介紹

## 什么是儿童白卡 (Medicaid/CHIP)

儿童 Medicaid/CHIP 计划是向收入有限家庭的 0-18 岁的小孩设计的健康补助和保险计划。儿童 Medicaid/CHIP 由联邦政府和州政府共同出资，在联邦政府的要求下，由州政府实施具体管理。

获得 Medicaid 的小孩，不需要支付任何费用。

获得 CHIP 的小孩，每年支付不超过\$50的年费，有一些服务需要很少一部分自付额。

众所周知，美国的医疗费用昂贵，为小孩子申请一份适合的健康保险，对每个家庭来说是非常重要的。

## 儿童白卡 (Medicaid/CHIP) 可以提供哪些服务

- 年度健康体检
- 看医生，包括眼科和牙医
- 住院
- 配眼镜
- 牙齿检查和补牙
- 处方药
- 医疗器械
- 影像检查，血液和尿液检查
- 疫苗注射
- 心理健康咨询和治疗

## 申请条件：

- 19 岁以下的儿童
- 居住在德州
- 公民或合法美国永久居民



- 符合如下收入标准

家庭人数	Medicaid		CHIP	
	家庭月收入	家庭年收入	家庭月收入	家庭年收入
1*	\$1,385	\$16,612	\$2,093	\$25,105
2	\$1,875	\$22,491	\$2,833	\$33,990
3	\$2,365	\$28,369	\$3,573	\$42,874
4	\$2,854	\$34,248	\$4,314	\$51,758
5	\$3,344	\$40,127	\$5,054	\$60,642
6	\$3,834	\$46,005	\$5,794	\$69,526
7	\$4,324	\$51,884	\$6,535	\$78,411
8	\$4,814	\$57,762	\$7,275	\$87,295

## 如何申请 (请准备以下资料) :

1. 全家人的社会安全卡

2. 全家人的身份证明文件 (以下任何一种)

- 美国护照
- 出生纸
- 公民纸
- 绿卡 (I-551)

3. 地址证明文件 (以下任何一种)

- 驾照
- 水费、电费等账单
- 银行对账单
- 租约或者购房合约

4. 全家人最近 90 天的收入证明 (以下任何一种)

- 最近一年的税表
- W2 或者 1099
- 薪水支票
- 如靠储蓄生活, 请提供最近三个月的银行对账单
- 如靠他人资助, 需资助人提供证明信

## 是否算做公共负担

儿童的医疗保险不算做是公共负担，以下截图来源于移民局网站。

- Federally funded Medicaid (with certain exclusions).

#### Benefits Not Considered

DHS will not consider:

- Emergency medical assistance;
- Disaster relief;
- National school lunch programs;
- The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children ;
- The Children's Health Insurance Program;
- Subsidies for foster care and adoption;
- Government-subsidized student and mortgage loans;
  
- Energy assistance;
- Food pantries and homeless shelters; and
- Head Start.

#### Q. Which benefits are not considered?

A. The list of public benefits in the rule is exhaustive with respect to non-cash benefits. However, cash benefits for income maintenance may include a variety of general purpose means-tested cash benefits provided by federal, state, local or tribal benefit granting agencies. Any non-cash benefits not listed in the rule are excluded from consideration.

The rule does not include consideration of emergency medical assistance, disaster relief, national school lunch programs, foster care and adoption, student and mortgage loans, energy assistance, food pantries and homeless shelters and Head Start.

In addition, DHS will not consider, as part of a public charge inadmissibility determination, or as part of applications and petitions for extension of stay and change of status, public benefits received by members of the U.S. armed forces serving in active duty or in any of the Ready Reserve components, and by the service member's spouse and the service member's children.

Similarly, DHS will not consider:

- The receipt of Medicaid for the treatment of an emergency medical condition;
- Services or benefits funded by Medicaid but provided under the Individuals with Disabilities Education Act;
- School-based services or benefits provided to individuals who are at or below the oldest age eligible for secondary education as determined under state or local law;
- Medicaid benefits received by an alien under 21 years of age; or
- Medicaid benefits received by a woman during pregnancy and during the 60-day period beginning on the last day of the pregnancy.

## 德州孕妇白卡医疗补助和保险计划 ( Medicaid/CHIP ) 介绍

### 什么是孕妇白卡 ( Medicaid/CHIP )

孕妇医疗白卡 ( Medicaid/CHIP ) 计划是为收入有限家庭的怀孕女性设计的健康补助和保险计划。孕妇 Medicaid/CHIP 由联邦政府和州政府共同出资，在联邦政府的要求下，由州政府实施具体管理。

孕妇医疗白卡 ( Medicaid/CHIP ) 可以支付怀孕和分娩相关的医疗检查费用。

众所周知，美国的医疗费用昂贵，孕妇医疗白卡不仅为产妇，同时也为即将出生的婴儿提供了医疗保障。

### 孕妇白卡 (Medicaid/CHIP) 提供哪些服务

Medicaid提供的服务	CHIP提供的服务
怀孕期间以及婴儿出生后两个月内的健保服务，包括： <ul style="list-style-type: none"><li>• 看医生</li><li>• 医生开具处方的药物</li><li>• 分娩</li><li>• 实验室检查和X射线</li><li>• 医院护理</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 产检</li><li>• 医生开具处方的药物</li><li>• 产前维生素。</li><li>• 分娩。</li><li>• 出院后对婴儿的检查等</li></ul>

孕妇白卡还有以下几点好处：

- 婴儿出生后自动获得Medicaid/CHIP。
- 不受健保市场开放期限限制，只要家庭收入符合，可以随时申请

### 申请条件：

符合以下条件的怀孕女性：

1. 定居在德州
2. 符合如下收入标准

家庭成员人数	Medicaid (月收入)	CHIP (月收入)
1	\$2,106	\$2148
2	\$2,875	\$2933
3	\$3,584	\$3657
4	\$4,323	\$4411
5	\$5,063	\$5165
每增加 1 人	\$740	\$755

### 如何申请:

光盐社可以协助申请, 请准备以下资料

1. 全家人的社会安全卡
2. 全家人的身份证明文件 (可以是以下任何一种)
  - 美国护照
  - 出生纸
  - 公民纸
  - 绿卡 (I-551)
3. 地址证明文件 (可以是以下任何一种)
  - 驾照
  - 水费、电费等账单
  - 银行对账单
  - 租约或者购房合约
4. 全家人最近90天的收入证明 (可以是以下任何一种)
  - 最近一年的税表
  - W2或者1099
  - 薪水支票
  - 如靠储蓄生活, 请提供最近三个月的银行对账单
  - 如靠他人资助, 需资助人提供证明信
5. 怀孕证明

### 是否算做公共负担

孕妇的医疗保险不算做是公共负担, 以下截图来源于移民局网站。

Certain Medicaid benefits. DHS will not consider the Medicaid benefits received:

- For the treatment of an “emergency medical condition;”
- As services or benefits provided in connection with the Individuals with Disabilities Education Act;
- As school-based services or benefits provided to individuals who are at or below the oldest age eligible for secondary education as determined under state or local law;
- By aliens under the age of 21; and
- By pregnant women and by women within the 60-day period beginning on the last day of the pregnancy.

Last Reviewed/Updated: 07/31/2020

## 疫情期间关于食物券 *SNAP Food* 的新规定

德州食物券 (SNAP Food Benefit) 是为资源有限家庭提供的可以用来购买食物的补

助。

**須滿足以下條件：**

符合以下收入标准：

家庭人数	月收入
1	\$1718
2	\$2326
3	\$2933
4	\$3541
5	\$4149

每增加人，收入增加\$608

大部分 18 至 49 岁的没有小孩的成年人，在 3 年内只能在获得 3 个月的食物券。如果申请人每周至少工作 20 个小时，或者处于工作或培训的状态中，则食物券的受益期可能会长一些。一些特定人群不收此限制，例如有残障或孕妇。

**需要准备以下文件：**

- 全家人的社會安全卡
- 全家人的身份證明(身分證明文件可以是以下任一種)：美國護照，出生紙，公民紙，綠卡 (I-551)，等
- 地址證明(地址證明文件可以是以下任何一種)：德州駕照或 ID 卡，水費、電費、等各種帳單，銀行對帳單，租約或購屋合約
- 全家人最近 90 天的收入證明(收入證明可以是以下任何一種)：最近一年的報稅表，W2 or 1099，如靠儲蓄生活，請提供最近 3 個月的銀行對帳單，如靠他人資助，需資助人提供證明信(光鹽社備有模板)
- 物业费账单，包括水，电，瓦斯，网络等

**疫情期間，食物券使用有如下新規定：**

1. 疫情期間，食物券 (SNAP) 可以自動更新，德州健康人事委員會 (HHSC) 會在需要再次更新時，寄信給您。
2. 食物券可以在線購買食物，在線使用食物券僅限於 **Amazon 和 Walmart**。
3. 在線購買食物的要求與在實體店購買食物的要求相同，可以購買身體健康所需的食物，**不能購買烟，含酒精的飲料，以及非食品和飲品。**

4. 已经享有食物券福利的家庭，无论之前批准的食物券金额是多少，在 6 月会获得与其家庭人数对应的最高金额。以下表格为不同家庭人数对应的食物券福利的每月最高金额。

**Maximum Monthly SNAP Amount**

<b>Family size</b>	<b>Monthly SNAP amount</b>
1	\$194
2	\$355
3	\$509
4	\$646
5	\$768
6	\$921
7	\$1,018
8	\$1,164
For each additional person, add:	\$146



**CHRIS HOLLINS**  
 COUNTY CLERK  
*Recording the Major Events of Your Life and Protecting Your Right to Vote*



各位鄉親朋友們，11月的總統大選即將來臨，你是否想多了解在疫情期間如何保護自己及家人安全同時又能方便的執行投票呢？Harris 縣為了保障選民的投票權，特別延長了親自提前投票期間至三星期、還有提供路邊及免下車投票的措施。當然郵遞投票是最安全又方便的投票方式、鼓勵有資格的選民申請郵遞選票。如果你不放心郵寄方式寄出、您也可以至我們的辦公室親自遞交郵遞選票。

**如何使用投票機 How to use the eSlate voting machine**

<https://www.youtube.com/watch?v=v2GAHVtxFeY>

**Harris 縣鼓勵老年人通過郵遞投票 Harris County seniors are encouraged to vote by mail**

<https://www.youtube.com/watch?v=M7OpgDV0G1c>

郵遞選票處理過程 A look at the vote by mail process

<https://www.youtube.com/watch?v=rk66rhRCUT0>

申請郵遞投票的資格 Eligibility to Vote by Mail in Harris County

<https://www.youtube.com/watch?v=1t8mDRsEmo0&t=7s>

免下車投票方式 Drive-Thru Voting

<https://www.youtube.com/watch?v=3m27Q8F6PM4>

## 2020年秋季選舉時間

**10月13日，星期二-10月17日，星期六：上午7點至下午7點**

**10月18日，星期日：下午12點-晚上7點**

**10月19日星期一至10月24日星期六：上午7點至下午7點**

**10月25日，星期日：下午12點-晚上7點**

**10月26日，星期一：上午7點至下午7點**

**10月27日，星期二-10月29日，星期四：上午7點-晚上10點**

**10月29日，星期四：在七個地點進行24小時投票**

**10月30日，星期五：上午7點至下午7點**

**選舉日：11月3日，星期二：上午7點至下午7點。**



**HarrisVotes.com**



# 如果沒有註冊投票怎麼辦？

11月3日選舉日 選民註冊截止日10月5日

註冊資格

- 美國公民
- Harris 縣居民
- 滿 17 歲 10 個月

註冊方法

- 登錄 Register2Vote.org 或 lvvhouston.org 為您提供空白、已付郵資的選民登記卡
- HCTAX.net/Voter/Registration 官方網站下載申請表格

## 2020 美國總統大選

Harris 縣投票資格：  
必須是 Harris 縣註冊選民

投票狀態查看：  
HCTAX.net/Voter/VoterIntro  
或 Vote411.org

# 郵遞投票

申請截止日 10月23日

### TEXAS 郵遞投票資格

- 在選舉日當天 2020 年 11 月 3 日年滿 65 歲或 65 歲以上
- 在選舉日 (11 月 3 日) 和提前投票期間 (10 月 13 日至 10 月 30 日, 您都不在本縣境內)
- 在監服刑, 但具有投票權
- 生病或殘障 (包括孕婦, 有癌症或慢性疾病者)

具有殘障的資格以及在冠狀病毒時期 (COVID-19) 依以下條件:

- \* Texas 州最高法院裁定, 可考慮以對 COVID 缺乏免疫力而造成對選民健康威脅的可能性為理由之一, 來決定是否參與親自投票, 但不可是唯一的因素。
- \* 如果您擔心感染 COVID-19, 但身體健康, 則沒有資格以“殘障”的資格申請郵遞投票。
- \* 如果您不符合“殘障”的條件, 但符合其他類別之一 (上述前三條郵遞投票資格), 您仍可能有資格申請。



HarrisVotes.com  
保持安全 · 提前投票

Chris Hollins, Office of Harris County Clerk 行政書記官辦公室, 選民宣導服務處



JOANNE RAY  
華裔選務專員

BENJAMIN CHOU  
華裔選務專員

華語選務人員 服務華裔選民



# Drive Thru Voting Locations



**Votación Auto-servicio**

**BẦU CỬ TỪ TRÊN XE**

**無須下車投票**

**1** NRG Arena  
Hall D  
1 NRG Parkway  
Houston, 77054

**2** Toyota Center  
VIP A and B  
1510 Polk Street  
Houston, 77002

**3** Houston Food Bank  
Community Room  
535 Portwall Street  
Houston, 77029

**4** HCC West Loop South  
Auditorium  
5601 West Loop South  
Houston, 77081

**5** Resurrection Metropolitan  
Community Church  
Classrooms 106 & 108  
2025 West 11th Street  
Houston, 77008

**6** Kingdom Builders Center  
Great Room  
6011 West Orem Drive  
Houston, 77085

**7** Fallbrook Church  
12512 Walters Road  
Houston, TX 77014

**8** HCC Alief Bissonnet  
13803 Bissonnet Street  
Houston, TX 77083

**9** John Phelps Harris County  
Courthouse Annex  
101 S Richey Street  
Pasadena, TX 77506

**10** Humble Civic Center  
8233 Will Clayton Pkwy.  
Humble, TX 77338



 [www.HarrisVotes.com](http://www.HarrisVotes.com)



★ 11月3日美國總統大選 ★

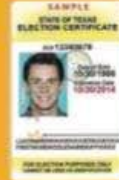
# 選民必備識別證件

若持有下列其中一項帶有照片的識別證件，  
在親自投票時，必須出示該證件\*

\* 美國公民證除外，年滿 18 至 69 歲的選民在投票時的選民資格證明所出示的識別證明，必須是現行或已過期但不超過 4 年。年滿 70 歲及以上的選民則可出示上列其中一項合格證明，若該識別證已過期仍舊視為有效證件。



由 Texas 州公共安全部 (DPS) 所開立的 Texas 州駕駛執照



由 Texas 州公共安全部 (DPS) 所開立的 Texas 州選舉個人識別證



包含個人照片的美國公民證



由 Texas 州公共安全部 (DPS) 所開立的 Texas 州個人識別證



附個人照片的美國軍人識別證



美國護照 ( 護照正本或護照卡 )



由 Texas 州公共安全部 (DPS) 所開立的 Texas 州檢核執照

未持有，且有合理理由無法取得其中一項識別證件的人，必須在投票所填寫具結書說明理由，並出示下列一項所需文件的正本或影印本：

- 一份附有姓名與地址的政府文件，包括您的選民登記證
- 現行的水電費帳單
- 銀行明細表
- 由政府單位開立的支票
- 薪資單
- (a) 已認證的國內 ( 於美國國內或轄區 ) 出生證明或 (b) 由法院受理確認選民身份的一項文件 ( 可附上國外出生證明文件 )

選民若無法出示任何一項合格的照片識別證或輔助文件，可投臨時選票。該選民必須簽署臨時選票具結書，並在選舉日後 6 天內至選民登記官處出示合格照片識別證明，以確保其選票被納入計票。

豁免：特殊選民可向該縣市的選民登記官申請永久豁免出示合格照片識別證或於投票所簽署無識別證明合理理由具結書。選民如因宗教真摯而不得被拍照，或選民未出示一張合格照片識別證，或因某些自然災害而簽署無識別證明合理理由具結書的選民，可以申請暫時豁免出示合格照片識別證，或於投票所簽署無識別證明合理理由具結書。詳情請聯絡當地的選民登記官。



**HarrisVotes.com**  
保持安全 · 提前投票

請注意：出示 Texas 州駕駛執照或 Texas 州個人識別證可加速選民登記核對的流程。  
Chris Hollins, Office of Harris County Clerk 行政書記官辦公室，選民宣導服務處

未持有合格投票的照片識別證件之選民可免費向 Texas 州公共安全部 (DPS) 申請選舉個人識別證 (EIC)。詳情請致電 (512) 424-2600 或上網查詢 <http://www.txdps.state.tx.us/DriverLicense/electionID.htm>



## 如何注册参加 All of Us 研究计划?



### 1. 建立帐户

若您决定加入「All of Us 研究计划」，您首先需要建立一个帐户。您可以透过 [JoinAllofUs.org](http://JoinAllofUs.org) 网站或前往我们的合作伙伴中心来建立账户。您需要提供您的姓名、电邮地址或行动电话号码才能注册。

### 2. 给予您的同意授权

当您完成帐户建立，您将被要求给予同意授权。同意授权内容包括观看一连串有关计划的视频。视频中会提及到您需要提供的资料。当你明白所有内容后,并且愿意给予同意授权，您将以电子方式在同意的书上签名。您可以从电脑、平板电脑或手机上完成。或到合作伙伴中心完成这些操作。

### 3. 同意分享您的电子 医疗记录 (EHR)

作为同意授权流程的一部分，我们将会要求您同意分享您的电子医疗记录 (EHR)。您可决定是否分享您的 EHR。若您决定不分享您的 EHR，您仍然可以透过回答健康问卷调查来参与。但您不会被要求参加此计划的其他部份。

### 4. 回答健康问卷调查

您将被要求回答几份健康问卷调查。这些健康问卷调查可在您的帐户里完成。您可以在任何时候使用电脑、平板电脑或手机填写问卷。您的姓名绝不会出现在问卷上。您的答案将有助于 All of Us 研究计划建立资料库。只有经批准的研究人员可以采用该资料库的资料进行研究。

### 5. 进行您的相关身体测量

您可能会被邀请至我们的一个合作伙伴中心进行身体测量 (身高、体重、血压等) 并提供血液及尿液样本。您可选择地理位置对您最便利的合作伙伴中心。

欲了解有关详细信息，您可以

访问: [JoinAllofUs.org/LSA](http://JoinAllofUs.org/LSA)

致电: (713) 988-4724

电子邮件: [Isahouston@gmail.com](mailto:Isahouston@gmail.com)

T

## 光鹽社的 YouTube 頻道

歡迎點開下面的鏈結，到光鹽社的 YouTube 頻道去觀看或重溫。如果有興趣收到最新的影片通知，請按下"訂閱"或"Subscribe"。

[2020年6月6日: 新冠病毒的疫情發展及防治，休士頓加護病房經驗](#)

[2020年8月1日: 當心歧視言論,以免招致惹事生非](#)

[2020年9月5日: Telemedicine - 遠程醫療](#)

[2020年10月3日: 維持好骨力的關鍵點](#)

[2020年10月10日: 年長者紅藍卡\(Medicare\),白卡\(Medicaid\)和紅藍卡輔助計劃\(QMB\)的申請和使用介紹](#)

[2020年7月7日: 新冠病毒和身體健康](#)

[2020年8月4日: 認識 2020 人口普查](#)

[2020年9月1日: 認識與預防自殺](#)

[2020年10月6日: 新冠疫情與眼睛保護](#)



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

[Donate Now](#)

在 AmazonSmile 網上購，他們捐出 0.5% 給光鹽社。  
自成立以來，在義工們的付出及社會 善心人士的支持與捐助下，  
每年有超過 20,000 人 受惠于光鹽社的各項服務。  
如果你有任何問題，請與我們聯絡。

Shop online at AmazonSmile they donate 0.5% to LSA.  
Since Light & Salt Association's inception, with the support of donors and  
volunteers every year more than 20,000 people benefit from the services of  
Light & Salt Association. If you have any questions, please contact us.

如果你願意捐獻支持光鹽社，  
可以寄支票或網上捐獻(QuickPay with Zelle)  
QuickPay account with Chase: LSAHOUSTON@GMAIL.COM  
支票或網上捐獻抬頭請寫

"Light and Salt Association"，捐款可抵稅。

請將奉獻支票寄到以下地址：

If you are willing to donate to support Light & Salt Association, please send  
your check or make the donation online (QuickPay will Zelle).  
QuickPay account with Chase: LSAHOUSTON@GMAIL.COM.  
Check payable to "Light and Salt Association"，  
Donations tax deductible. Please send your check to the following address:

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

PayPal Giving Fund donation · [paypal.com/us/fundraiser/charity/2305673](https://paypal.com/us/fundraiser/charity/2305673)

**Contact Us:**

Light and Salt Association · 9800 Town Park Drive, #255 · Houston, Texas 77036 · USA  
(713) 988-4724

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

