

# 蒙郡2020人口普查自行回复率提升 线上庆祝圆满结束



全美2020人口普查工作已于10月31日落下帷幕。这场历经7个多月的全民工作，虽受COVID-19疫情的影响而不得不更新进度，但经过各级政府和组织的努力宣传、推广和跟进，目前已经顺利地完成了。

蒙郡2020人口普查工作也在全部社区居民的共同努力参与下完美收官。10月29日晚，蒙郡举行2020人口普查线上庆祝会议。与会人员有马里兰州众议员Jheanelle Wilkins、蒙郡郡长 Marc Elrich、蒙郡首席执行官 Richard Madaleno、蒙郡议会主席 Sidney Katz、蒙郡议会副议长 Gabe Albornoz、盖瑟斯堡市议会副主席 Laurie - Anne Sayles。美国国会议员 Jamie Raskin 特别出席致词，感谢蒙郡政府在2020人口普查工作中所做出的努力。

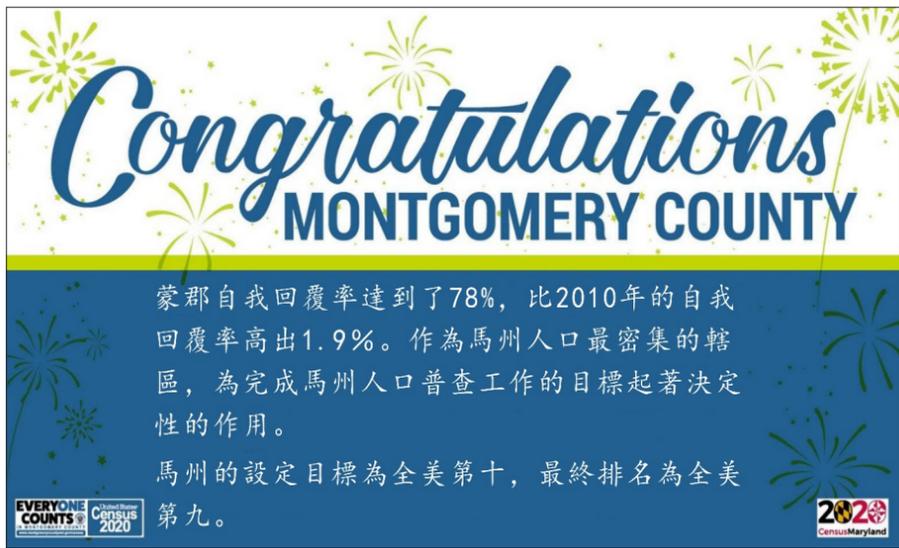
会议还邀请了蒙郡内各个为蒙郡2020人口普查工作做出突出贡献的个人和组织。美京华人活动中心(CCACC)常务副会长张丽芳女士也受邀参加。CCACC自3月起加入2020人口普查大使的行列以来，中心的义工及工作小组成员一直致力于推广工作，包括通过各类媒体广发新闻信息、专线电话服务、举办线上说明会等，积极的利用各种渠道以推广10年一次人口普查的重要性，并为需要的民众提供协助填表等多项服

务。在2020人口普查最后阶段，秉持服务社区的理念，借着本地媒体资源，通过网络电视、广播节目等渠道，继续积极地介绍、说明并倡导，敦促未完成普查的民众在最后阶段，把握时间，履行义务，并且与蒙郡人口普查团队合作，动员员工和义工，组织多场外展宣传活动，帮助民众现场完成填表。CCACC人口普查小组更戴着口罩，深入回复率不高的盖城小区，挨家挨户发送传单，务必将每一位民众统计在内。

会议同时分享了蒙郡2020人口普查工作的相关重要数据，马州的自我回复率为71.2%，位居全美第九，高于全美第十的设定目标。其中蒙郡的自我回复率为78%，比2010年的自我回复率高出1.9%，位居马州各辖区第五。蒙郡是马里兰州人口最多的辖区，因此，蒙郡对圆满完成马州人口普查工作的目标起着决定性的作用。

纵观全美，超过99%的家庭已统计在内，其中32.5%是通过人口普查员走访完成66.5%的家庭是通过网络、电话和邮寄方式完成普查统计的。

(美京华人活动中心新闻小组整理供稿)



## 重塑蒙郡公共安全 社区意见调查 需要您的声音

蒙郡目前正在发起一项“重塑蒙郡公共安全”社区意见的问卷调查，以了解蒙郡民众的心声和建议，特别是来自华裔美国人的声音。

近几个月来，全美各地和蒙郡地区都有发生过许多涉及警察使用武力的冲突事件。为改善蒙郡治安和维护公众安全，蒙郡政府成立“重塑蒙郡公共安全”项目小组，以确定社区的需求，优先分配可用资金来实现目标，投资和改善社区的公共安全。

美京华人活动中心(CCACC)作为联系社区与政府的桥梁，义不容辞加入推广该问卷调查的社区合作伙伴行列。CCACC恳

请蒙郡华裔居民，于2020年11月14日之前完成以下问卷，您可以选择英文或中文链接来完成调查。

请点击以下链接或者扫二维码来登入：

英文问卷调查链接：  
<https://montgomerycountymd.seamlessdocs.com/ll/rpssurvey>  
中文问卷调查链接：  
<https://montgomerycountymd.seamlessdocs.com/ll/rpssurveych>

(美京华人活动中心新闻小组整理节录)

# CCACC 健康月服务：疫情期间的健康讲座

~ 请关注11月6日之“2021 奥氏保险简介”~

疫情期间，美京华人活动中心(CCACC)泛亚义务门诊坚持为民众提供必要的基础医疗服务。受蒙郡资金的支持，我们也继续向全社区提供以下服务：

医疗服务：我们接受 Medicaid/Medicare, Care first, Aetna, Cigna 等医疗保险；我们也继续协助没有保险的蒙郡居民登记 Montgomery Care (蒙郡基础医疗联盟) 项目，以获得持续有效的医疗照顾；

新冠服务：我们的中文新冠与医疗信息专线(301-798-6001)继续开放，医护人员将为您解答新冠的问题以及本地的医疗资讯。我们也将为泛亚的登记病人提供现场新冠感染测试；

其他的社区医疗服务：我们继续提供乙型肝炎与丙型肝炎的免费检测以及乙型肝炎疫苗注射服务；

心理健康服务：我们定期举办心理健康相关的讲座。另外，我们的心理咨询师与精神科医生将为有需要的居民提供心理健康的个人服务。

从8月底起，我们借CCACC常青社的网上会议平台，每周向大家提供关心的健康话题讲座。每周五，下午3:30 pm，欢迎大家登陆Zoom，参加我们的网上讲座。

CCACC 疫情系列讲座于每周五下午3:30-5:00 举行  
链接：<https://us02web.zoom.us/j/85365528713>

会议号 Meeting ID: 853 6552 8713  
11月份的第一个话题是2021 奥氏保险简介 (Obamacare Plan 2021)

一年一度的 Obama Care 申请将从11月1日到12月15日之间开放。目前马州的居民已经可以在马州的医疗保险官网开放登记的网址：<https://www.marylandhealthconnection.gov/>，浏览并选定明年的医疗保险计划。马里兰州的居民除了和往年一样，可以于11月1日后申请下一年的保险之外，额外有一个疫情期间的

特别登记期，允许居民购买今年11月至12月的健康保险。

秋冬来临，百病丛生，在新冠确诊人数节节攀高的情况下，给自己和家人多一份保障还是很重要的。

2021年的奥氏保险计划和之前相比较有几个变化：

- 第一个是保费的降低，是自2016年以来最低的一年；

- 第二个是在州政府的要求下，推出了超值医疗计划。在计划的名字里有 value 字样的，可以在满足自付额之前，只支付 Copay 看医生和做化验等，民众可以适当留意。

更多详情，请参与我们在11月6日下午3:30关于 Obama Care 医保的 Zoom 讲座。

CCACC 健康月服务之11月份话题如下：

11.6.2020 2021 奥氏保险简介  
Obamacare Plan 2021

嘉宾：张凌博士(医保顾问)

11.13.2020 社会局服务介绍 (1)  
Overview on Social Security (1)

嘉宾：Ms. Diana Varela, Public Affairs Specialist, Social Security Administration

11/20/2020 社会局服务介绍 (2)  
Overview on Social Security (2)

嘉宾：Ms. Diana Varela, Public Affairs Specialist, Social Security Administration

11/27/2020 阿尔兹海默症简介  
Discussion on Dementia

嘉宾：邵晓平(精神科医生)

如果您需要重温以往讲座，请点击以下链接或扫二维码登入。

重温以往讲座链接：<https://www.ccacc-dc.org/OnePage.aspx?tid=209&id=2197>

## CCACC 与乐龄星球推出 11月网络课程 欢迎参加

您如果想要学习各种网上流行的应用工具，美京华人活动中心(CCACC)与乐龄星球合作的网络课程是对各种应用工具的概谈。如果您有使用或操作上的问题，可以与我们一对一的计算机技术协助计划的专员们预约询问，预约链接为 [https://montgomerycountymd.gov/obp/technical\\_support\\_obp.html](https://montgomerycountymd.gov/obp/technical_support_obp.html)。千万不要错过了！

CCACC 与乐龄星球推出11月网络课程如下：

主题：智能手机(Smartphones)  
日期：11/4/2020 12:00 - 13:00

如果您对智能手机的功能和普及性有兴趣，参加这堂课您会学到市场上知名智能手机和它们的优缺点，并对比两个最常用的操作系统：Android 和苹果的 iOS。

主题：视频对话 (Video Call)  
日期：11/11/2020 12:00 - 13:00

视频交谈的应用程序是一种可以跟家人、朋友、在国内或国外，或在旅行时的一种联系方式。您可以用这些程序看到对方。在这个讲座里，可学习到一些常用的免费或低价的视频交谈应用程序，学习它们的各个特色，以及研究一些视频交谈的技巧，让您在视频时都可以随时展现自己最美的一面。

主题：远距医疗 (Telehealth)  
日期：11/18/2020 12:00 - 13:00

您会想与您的医生在线上看诊吗？或者想学习现在有哪些类型的远距医疗吗？讲座里会介绍远距医疗选项的简介，然后

专注探索如何与您的医生在线看诊。也会示范线上看病的例子，且教您在线上看诊的时候的注意事项。这次的讲座也会给您一些如何准备在线看诊的建议，从跟医生问哪些问题，到您对连接的稳定度，以及在线看诊的隐私和安全使用。

主题：油管 (YouTube)

日期：11/25/2020 12:00 - 13:00

想到 YouTube 也许会让您联想到猫咪的视频。不过，油管还有比那更丰富的内容。每天，全球超过十亿小时的影片，包括经典电影、教学影片、新闻报道等等。这课程会概述在 YouTube 上的免费内容，以及教您如何在网站上轻易的浏览视频。也会教您如何观看收到的视频，分享别人的视频和学习如何上传自己制作的视频。

上课链接：<https://seniorplanet.zoom.us/j/91592600938>

Meeting ID: 915 9260 0938

打电话进教室 +1 301 715 8592 (德国镇)

建议使用设备：台式电脑、笔记本电脑、平板电脑，较大屏幕上课，和一台手机。

任何课程问题或使用 Zoom 上线有困难，请提前拨打 CCACC 乐龄网课服务专线 301-620-1517，或电邮 [seniorplanet@ccacc-dc.org](mailto:seniorplanet@ccacc-dc.org) 询问。

