



记参加 SWE 志愿服务

By: Grace Yan

So What Else (SWE) 是一家 501(c)(3) 非营利组织, 致力于为巴尔的摩-华盛顿地区的弱势群体提供食品救助、家庭物资和青少年项目。通过阅读、体育和艺术等课外活动, SWE 不仅改善了儿童和家庭的生活, 也鼓励更多青少年参与志愿服务, 带动社区形成良性循环。

自 2022 年以来, 华府青年 (CYOC) 与 SWE 一直保持合作, 持续开展衣物、礼物、物资募捐以及食品发放等公益行动。在 2024 年感恩节和 2025 年夏季的两次大型捐赠活动中, 共发放了超过 1.5 万件生活必需品, 帮助了数千个家庭。我为能够成为其中的一份子而感到自豪。

CYOC 定期参与 SWE 的食品发放服务。我在此过程中, 遇见了许多需要帮助的人, 也看到了他们领到食物时真诚感激的笑容。这种从服务他人中收获的快乐, 是我坚持参与的动力。

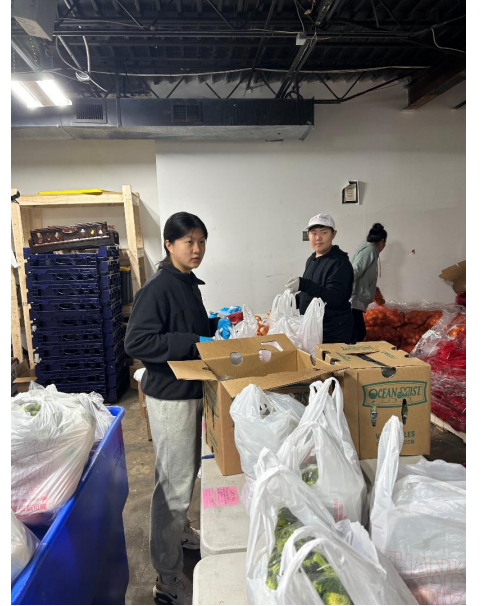
SWE 是大华盛顿地区最大的食品救助机构之一, 每周通过 150 多个地点分发约 30 万磅食品和数千件生活必需品。我服务的地点在 North Bethesda, 每次承担的工作都不一样——有时在仓库里打包蔬菜、水果, 有时在户外把装满面包、水果和蔬菜的箱子搬到一辆辆车的后备箱, 最近一次则是负责指挥交通。

指挥交通时, 我手拿着“STOP / SLOW”

的牌子, 前一批车离开后, 示意下一批车辆缓缓开到装载区。食物装好后, 人们接过食物, 脸上总会露出轻松而满足的笑容, 并向我们连声道谢。看着他们的笑容, 我也会在心里默默祝他们有美好的一天。

我喜欢在这里做义工, 因为这个经历让我接触到不同的人, 感受到人与人之间的温暖和互助的力量。许多食品商店和工厂源源不断地捐赠物资, 司机们开着大卡车一趟趟运送, 即使在寒冷的冬天或炎热的夏天, 大家依然坚持服务在一线。

我很荣幸能够成为其中的一份子, 也为每一次小小的付出而感到快乐。



国税局为即将到来的报税季招募志愿者提供免费报税服务

美国国税局及其社区合作伙伴正在招募志愿者, 以支持免费报税服务(VITA) 或老年人税务辅导(TCE) 项目。

免费报税服务(VITA) 或老年人税务辅导(TCE) 站点通常面向符合低收入家庭福利优惠(EITC) 资格的个人和家庭开放, 并为残疾人、英语水平有限的人士、老年人等群体提供帮助。50 多年来, 这些免费报税项目在当地志愿者的帮助下, 准备了数百万份报表。

志愿者的队伍通常从高中生到退休人

员不等。我们鼓励任何希望在服务社区的同时获得宝贵专业经验的人士报名参加。成为 VITA 或 TCE 志愿者可享受以下优势:

- 无需经验。国税局为志愿者提供免费的专业培训。
- 灵活的工作时间和地点。VITA/TCE 站点遍布全国, 提供线下和线上服务机会。通常可在晚上和周末提供服务。
- 志愿者职位种类繁多。志愿者职位不仅限于报税, 还包括接待员、市场专员、IT 故障排除员等等(英文)。

• 税务专业人士可以获得继续专业教育学分(CPE 学分)。VITA/TCE 项目已获批准为以下人员提供国税局 CPE 学分:

- 注册报税代理人(EA)
 - 无专业资质的报税员
 - 加州税务教育委员会(CTEC) 和注册报税员(CRTP)
 - 贡献力量。帮助全国各地服务匮乏的社区履行纳税义务并节省开支。
- 国税局鼓励有兴趣的个人从 10 月到 1 月报名参加当地 VITA/TCE 站点当前报税

季的志愿者活动。1 月之后报名的志愿者信息将被存档至下一个报税季。过去两个月内报名的志愿者无需再次报名, 除非他们的联系方式发生变化。

要了解更多关于成为 VITA/TCE 志愿者的信息, 请访问 IRS.gov/volunteers 或立即使用 VITA/TCE 志愿者和合作伙伴注册页面(英文)进行注册。报名后约 14 天, 国税局将提供一份可用的当地 VITA/TCE 站点列表, 并邀请您参加线上培训。

时薪、罚款及税率等华府多项新法上路

10 月 1 日起, 华府地区将有数百项新法正式上路, 这批新法涵盖民生、交通、司法、住房等层面, 势必影响华府及马里兰居民的日常生活。

华府一宠物友善住房:「宠物住房修正案」禁止房东及租赁公司因犬只体型或品种而拒租, 并限制额外收取宠物费用。

一小费工资: 根据 2022 年通过的第 82 号公提案, 10 月 1 日起小费员工最低时薪将由 10 元提高至 12 元。

一销售税: 依「财政年度预算支持法」, 有形财产及特定服务的销售税率将提升至 6.5%, 2026 年还会再增至 7%。

马里兰州一大麻法: 21 岁以上成年人可在私人住所制作供自用或与他人分享的少量大麻制品, 前提是不得使用挥发性溶剂。大规模贩售仍属重罪, 且刑责门槛提高。

一刑事法改革: 包括「有组织零售犯罪法」明确定义「组织性零售犯罪」, 允许跨郡汇整窃案数据, 堵住长期遭滥用的漏洞。此

外, 新法缩短申请清除前科的等待时间, 并扩大可申请清除的轻罪种类。州长赦免的大麻持有罪名不再显示于司法查询系统。

一交通新规: 自动测速摄影机将依超速幅度寄出分级罚单。时速超限 30 哩以上列为「鲁莽驾驶」, 记六点、罚款 1000 元, 甚至可判监禁。过失驾驶则记两点, 罚款提高至 750 元。

一「Eric 身分证法」: 允许驾驶在驾照或州身分证上登记「非显性身心障碍」, 以蝴蝶

标志显示, 例如听障、自闭症或心理健康问题。

一「药物回收」: 「处方药回收计画」扩大至跨州合作, 并纳入非处方药, 且更清楚界定符合获赠条件的患者。

一房东与租户规范: 逾期罚金不得超过应缴租金的 5%。某些合作住宅不得禁止或限制家庭托育中心的设立与经营。房东若欲进入出租单位, 须提前至少 24 小时书面通知租户, 紧急状况除外。

华盛顿特区食品银行准备长期关闭

政府关门已经好几年了, 但最近的狗狗币(DOGE) 削减已经对首都地区食品银行造成了影响。长期关门只会加剧那里的压力。

就在上周, 该食品银行发布了《2025 年饥饿报告》, 显示该地区超过 40% 的下岗联邦工作人员和承包商面临粮食短缺。该银行面临着每年可能被要求协助提供数百万份餐食的可能性。

现在, 需求可能会更快地飙升。

“政府关门时, 许多联邦政府工作人员

的收入水平有限, 如果他们要养家糊口, 政府无法提供那么多的经济缓冲。”首都地区食品银行首席执行官拉达·穆提亚说。“所以我们知道, 突然失去收入也可能意味着突然无力维持生计。”

2018 年政府关门时, 地方联邦政府工作人员停薪停薪了一个多月。在他们拖欠第一笔工资后, 求助电话开始涌入, 随着第二周变成了长达五周的停薪, 食品援助的需求也随之增加。

穆提亚说: “我们在该地区设立了不同的临时援助点……重点关注联邦政府工作人员密度较高的地区, 我们每周两次在该地区的五六个不同地点提供食物, 为有需要的人提供食物。”

“我记得第一周我们进行特别的弹出式分发时, 排队的人大概有 100 人左右,” 她补充道。“但到了第二、第三次分发时, 排队人数就增加到数百人了。”

穆提亚表示, 现在许多人猜测此次停工

期会持续很长时间, 他们正在为再次出现这种情况做准备。目标是现在就开始准备, 这样即使工资发放不及时, 他们也能再次举办类似的快闪赠品活动。

“我们的理念是, 要做好准备, 就必须时刻准备着, 因此我们持续监测可能影响我们地区的事件, 以便快速响应,” 她说。“我们的合作伙伴已经知道他们是谁, 我们计划在大约两周内将额外的食物送到他们手中, 并持续供应到政府重新开放为止。”

华府区 4 大学, 名列全国 50 佳

「美国新闻与世界报导」(U.S. News & World Report) 最新公布的 2026 年全美最佳大学排名与去年相比变动不大, 华府地区的周边学校, 包括约翰霍普金斯大学(Johns Hopkins University)、乔治城大学(Georgetown University)、维吉尼亚大学(University of Virginia) 及学院公园马里兰大学(University of Maryland, College Park) 仍位列全美前 50 名。其中约翰霍普金斯大学排名第七, 较去年下滑一名。

在此同时, 位于维吉尼亚州普赛尔维尔的小型派翠克亨利学院(Patrick Henry College) 表现惊人, 较去年大幅上升 29 个名次, 与其他学校并列第 107 名, 该基督教文理学院距离华府约 45 哩。学院公园马里兰大学较去年上升两名至 22

名; 维吉尼亚大学则下滑两名, 位列第 26 名。

在文理学院排名中, 维吉尼亚州的威廉斯学院(Williams College) 仍居首位, 位于马州的美国海军学院(U.S. Naval Academy, Annapolis) 则上升一名, 位列第三。

今年是「美国新闻与世界报导」发布该排名的第 41 个年度版本, 研究人员综合约 17 项因素, 包括大学如何培养学生能力、毕业后就业表现、学生负债状况, 以及入学学生的标准化考试成绩。

华府的乔治华盛顿大学(George Washington University) 排名上升四位, 居全国 59 名。同样位于华府的美国大学(American University) 列第 88 名, 较去年上升三名。维州的乔治梅森大学(George Mason University) 全国排名 117。

华府地区失业率攀升, 房市也受波及

从今年 1 月至今, 华府及周边地区的失业率, 以明显高于全国平均的速度上升。

布鲁金斯研究所(Brookings Institution) 近期报告指出, 华府地区的联邦政府职位流失速度超过全国平均, 而私人部门的就业成长也已趋于停滞。

报告指出, 由于川普政府大规模裁减联邦人员, 该地区已出现经济压力的早期迹象。

失业率上升最明显的地区集中在维州郊区, 包括亚历山卓市(Alexandria)、阿灵顿(Arlington)、费尔法克斯(Fairfax) 及劳登(Loudoun) 等郡。

不过, 比较起来, 华府本身仍是该地区失业率最高的行政区。

布鲁金斯都市研究员哈登·罗(Tracy Hadden Loh) 说, 「这是一个正在变化的景象, 也是一个不断变化的经济图像。」

她还指出, 新研究显示, 一些失去联邦工作的人可能不得不在华府地区以外寻找新工作, 这也直接导致当地失业率显著上升。

失业率攀升也对房地产市场造成影响。报告显示, 华府地区待售房屋数量自去年 6 月以来已增加 64%。

布鲁金斯都市资深研究员刘爱咪(Amy Liu) 表示, 如果就业与收入放缓, 不论是个人收入还是私人部门收入, 都会对房地产及房屋入住率产生连锁影响。」