



感谢CLAIM 为该手册修改提供资金。CLAIM （社会工作者代表帮助投保人）提供免费信息来帮助联邦医疗保险受益人做出已知的联邦医疗保险计划选择。本中心的顾问接受了CLAIM 的培训，因此能帮助大家解答有关联邦医疗保险有关问题。

**目录**

**简介...............................................................................1**

**1.医疗与健康服务...................................................................3**

**2.公共政策.........................................................................4**

**医疗辅助..........................................................................4**

**妇女，儿童和儿童营养补助（Women, Infants and Children, WIC）（俗称WIC票）...........5**

**联邦医疗保险......................................................................6**

**密苏里 Rx 计划 Missouri Rx Plan (MoRx)................................................8**

**联邦医疗保险缺口保险 （Medigap）..................................................9**

**收入补助..........................................................................9**

**食物补助.........................................................................10**

**社会安全号的用途.................................................................11**

**3.常见问题解答................................................................... 16**

**4.突发事件的预防和处理............................................................23**

**5.公共交通及私家车................................................................43**

**6.购房知识........................................................................45**

**7.教育............................................................................48**

**附录..............................................................................51**

**简介**

聖路易基督之光華人社區服務中心

St. Louis Chinese Christian Community Service Center

基督之光是圣路易地区一家专为讲中文的华人家庭所设立的基督教教会。教会相信《圣经》用上帝神圣的话语来教导,耶稣基督是神的儿子。耶稣基督道成肉身,是为了担当世人的罪，而被钉死在十字架上。三天后他战胜了死亡，从死里复活。因着耶稣基督的复活，使所有信靠他的人罪得赦免,并且脱离死亡和魔鬼的捆绑,在天国有永恒的生命。耶稣基督赐恩惠，平安，希望和新生命给所有相信他的人。

基督之光路德教会有主日崇拜和为不同年龄组设立的查经班，主日崇拜采用双语形式。 为了更好的服务广大圣路易的华人群体，查经分为中文和英文。教会的工作人员包括一名全职的牧师和全职的牧师助理。如要了解更详细资料，可以通过lightofchristmission.org 在互联网上查找更多最新的信息。

基督之光华人社区服务中心隶属基督之光路德教会。圣路易基督教华人社区服务中心最早创立于2003年，是由本地区的教会和机构共同支持， 经过几年的运作，这一机构开始面临财政方面的挑战。 董事会认识到中心所提供的服务非常重要，经过商讨决定由基督之光路德教会来继续承担中心的运作。 在2013年1月1日,基督之光教会通过一些调整接管了中心的工作。

华服中心的服务项目主要有两部分构成， 一部分是来访或电话咨询服务,中心配备一名兼职顾问来解答有关社区服务的问题。 这名经过培训的顾问可以帮助申请和解答有关医疗保险方面的问题, 预约、以及解答和申请社会安全号和食物券, 信件的翻译，有关公用设施账单的解答和支付问题，财政援助申请,移民或签证问题等等。

另一部分是为年长者提供长者活动。每周一，周二，周三，周四和周六的课程。课程包括：英文班，绘画班，手工班，公民考试班，唱歌跳舞班，电脑班等等。来参加的长者是因为他们有兴趣学习新的东西和结交新朋友。 另外，中心的活动还包括每月一次的外游,每季度一次的生日会，和随机安排的专题讨论。

志愿者的老师们来统筹安排不同的课程和活动。 一位兼职的中心主任负责所有中心的服务。 虽然华服中心所有活动和服务都是免费提供的,但要维持中心所有的活动和服务的继续运作，取决于参与者，以及他们的家人和朋友们的捐款。另外， 所有参与中心活动和咨询的客户，个人活动费用由自己来承担。

有关路德会基督之光华服中心更多信息，请查询lightofchristmission.org 或致电 314-991-8804。

1. **医疗与健康服务**

## **医疗服务：**

美国的医疗服务体系健全，主要的医疗服务机构包括医院（Hospital)、诊所(Clinic)，专科医生、家庭医生(Primary Care)、康复中心 (Rehabilitation)、养老院 (Nursing Home)、精神病院(Psychiatry)、临终关怀医院 (Hospice)、药品与医疗保健品供应商 (Pharmacy)等。

**美国实行三级医疗过程：**

初级诊疗是病人获得医疗服务的基础，它由家庭全科医生提供一些基本的常规检查和治疗，费用较低，並根据病情将病人转给专科医生。病人看专科医生並要求保险公司支付费用 一般要经过家庭医生的转诊。

二级诊疗提供病人常规住院治疗、常规外科处置、专科或专家门诊，这是一些较高级和复杂的短期治疗。

三级诊疗是具有高精尖技术的机构才能提供的疑难复杂疾病的诊疗，主要由大学的教学医院或附属医院承担，如器官移植、冠状动脉搭桥手术等，其病人主要来自完成初级或二级诊疗过程的病人。

在以上三级诊疗过程中，病人根据病情的转归在各级医疗机构之间双向流动。

看急诊其实只有很少数的情況才是真正紧急的。例如,胸痛伴随气短,很可能是由心脏病发作引起的;不可控制的大量出血;中风症状等。大多数時候，都是非紧急情況。很多時候,你感觉特別不舒服,想要尽快得到诊治,这时候你不知道如果再等一会儿的話,可能还会发生什么更坏的事情。反之,有些问题看上去不大,但是如果忽略了,可能会造成大碍。特別是小孩病了的時候,更是让人不知所措。建议您先給家庭医生的办公室或者护士热线打电话,他們会告訴你是否需要去急诊室。在美国，看急诊的费用远比去看家庭医生或一般诊所的费用高得多。一般来说,只有在你认为是真正紧急的情况下才应该去急诊室，否则应当給你的医生辦公室打电话,或者去非预约诊所。如果病人遇到紧急情況, 比如心脏病发作，来不及赶赴急诊室，应该马上打电话给 911，等待救护车的救援。

**2.公共政策**

美国的社会福利主要是提供给那些生活上有困难的社会成员的资金补助合社会成員的支持，主要包括 低收入和失业人群，残障人士，以及儿童和未成年人，让他們能够更好地生活。所以申请条件 中要包括身份证明和收入情況。

在圣路易，处理申请和提供服务的机构主要有密苏里社会福利部下面的家庭支持部门和密苏里社会安全局（地址及联系方式见附录 A）。如果您要申请食物券和密苏里健康网（MO HealthNet 或 Medicaid），请联系家庭支持部门 Family Support Division (FSD) offices；如果您要申请其他福利， 比如联邦医疗保险（Medicare），请联系社会安全局 Social Security Office。

以下信息是一些简要的资源来帮助您更好的了解美国社会福利体系。如果您需要更多信息，请 电话咨询具体的政府服务机构，联系方式都列在附录中。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **医疗辅助**

密苏里健康网或州医疗辅助（MO HealthNet or Medicaid）（俗称白卡） 州医疗辅助在密苏里州称为密苏里健康网。密苏里健康网是联邦政府和州政府共同为低收入人 群提供的公共医疗利。

**申请资格**

* 密苏里健康网为收入不足一定标准的密苏里州居民提供福利（美国公民或者绿卡满五年）
* 申请有不同的申请标准(见附录B)：

• 对于孕妇及儿童（一岁以下），需要家庭收入不足联邦贫困线的185%。

• 对于一岁到五岁的儿童，家庭收入要低于联邦贫困线的133%；6到18岁的儿童，家庭收入要低于联邦贫困线的100%。如果家庭收入不达普通健康网的标准但少于联邦贫困线的300%，可以申请密苏里州儿童健康保险（Missouri Children’s Health Insurance Program, SCHIP），也叫儿童健康网。

• 对于老年人，盲人以及残障人士，家庭收入低于联邦贫困线85%的，也可申请。

• 如果您的收入虽然不低于健康网限定的标准，但是您的医疗费用已经等于或超出您的收入，您也可以申请。

• 如果您因残障已通过社会安全生活辅助金領取现金补助，您即符合密苏里健康网的条件。

• 如果您有联邦医疗保险，而且家庭收入低于联邦贫困线100%，密苏里健康网还可以帮助 您支付联邦医疗保险金。

**如何申请**

您可以上网在线申请 <http://dss.mo.gov/mhk/accept.htm> 。或者您可以在以下网址 <http://dss.mo.gov/mhk/appl.htm> 下载，您还可以在当地的医院，公共医疗机构或者华服中心拿到表格，填写好后寄到或者亲自送到当地家庭支持中心 （具体地址及联系方式见附录 A）。如果您有疑问或需要其他帮助来完成表格填写及申请，请打免费电话咨询 1-888-275-5908。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **妇女，儿童和儿童营养补助（Women, Infants and Children, WIC）（俗称WIC票）**

妇女，儿童和儿童营养补助WIC是为怀孕妇女，产后妈妈，儿童以及五岁以下儿童提供的服务。通过评估营养和收入水平来决定您是否符合标准。主要的服务有健康检查，风险评估，营养教育和咨询，推广母乳喂养，以及医疗推介。所有的补助食物都是免费的。

**申请资格**

申请者需滿足以下标准之一：

您要属于：

* 怀孕妇女，产后哺乳期妇女 （产后一年），产后非母乳喂养妇女（产后或孕期结束后 6个月）
* 1 岁以内的婴儿
* 1 到 5 岁的儿童

家庭收入要低于联邦贫困线的 185% (联邦贫困线见附录，每年都有变动)。怀孕妇女计为两名家庭成員。

申请者要参加营养评估，服务会优先提供给营养不良的申请者。

**如何申请**

申请妇女、婴儿和婴儿营养辅助（WIC），您需要到当地 WIC 机构 （地址及联系方式见B）。或者请电话联系 1-800-TELLINK or 1-800-835-5465 咨询最近的 WIC 机构。如果您有疑问或需要其他帮助来完成表格填写及申请，请打免费电话咨询：1-888-275-5908。如果您不讲英語，请寻求翻译服务。网址：<http://health.mo.gov/living/families/wic/index.php>

## **联邦医疗保险：**

联邦医疗保险 Medicare（俗称红蓝卡）是国家为65岁或以上老年人所设置的医疗保险计划，某些65岁以下的老年人也可以符合资格得到联邦医疗保险Medicare，其中包括残障者，永久性肾腎衰竭以及肌萎缩性脊髓侧索硬化症（路葛雷克氏症）患者。这个计划协助支付医疗保健的费用，但不包括所有的医疗费用或者多数的长期护理费用。

联邦医疗保险 Medicare部分的资金来源于工作者及其雇主缴纳的稅金，另一部分则来自每月从社会安全福利中扣除的保险费。

**联邦医疗保险 Medicare有四个部分**

**医院保险（A 部分）**负责支付住院病人医院的，或专业护理疗养院（结束住院之后）的，某些 家居医疗照料以及末期病人照护所的费用。

**医疗保险（B 部分）**负责支付医生服务以及不属于医院保险范围的其它許多医疗服务及用品。

**联邦医疗保险的优势计划（C部分）**在许多地区都提供这些计划，以前叫做联邦保险加选择计划。同时具有联邦保险的A与B部分的人士可以参加C部分並在其中选择任何一个提供医疗健康服的医疗机构或医疗网。

**处方药的保险（D部分）**帮助支付医生为治疗病症而开具的处方药物。这些机构是由私人医疗机构经营。 联邦医疗保险A部分是免費的，B、C、D部分需要自己负担一定保费。

**如何申请 我应该何时提出申请？**

如果已经在领取社会安全退休、残障或铁路退休福利時，在得到联邦医疗保险 Medicare 资格的几个月之前，会被联邦联络並提供一些联邦医疗保险的需知。您的联邦保险 Medicare A 和 B 部分将会自动生效。但是，由于必须支付 B 部分的保险费，您有权拒绝这项保险。

如果您尚未领取退休福利，应该在 65 岁生日之前三个月与我們联络以申请联邦医疗保险Medicare。即使不打算在 65 岁时退休，也可以在 65 岁时申请联邦医疗保险 Medicare。

一旦获得联邦医疗保险 Medicare，您将会收到一张红、白、蓝色的兰邦医疗保险 Medicare 卡，表明您具有 A 部分，B 部分或同时具有两个部分的保险。请将保险卡放在安全的地方，以 便随时在需要时用到。如果卡片不慎遗失或被盜，您可以在 www.socialsecurity.gov 网址或拨打社会安全局的免费电话申请补发卡。您也会收到《您与联邦医疗保险》Medicare & You（出版编号CMS-10050）。这份手册详细解释您的联邦医疗保险 Medicare 各项福利和联邦医疗保Medicare 各项计划的选择項。

**特殊情況时提出申请** 如果符合以下情況，应当与社会安全局联络并申请联邦医疗保险 Medicare：

* 由于已经获得另一种社会安全福利而没有申请残障福利的，年龄介于 50-65 岁之间丧偶，残障人士；
* 65 岁之前伤残的政府员工；
* 您本人、您的配偶或被抚养的子女患有永久性肾衰竭；
* 过去曾经有过联邦医疗保险 Medicare 的，但又已经放弃此保险；或在得到医疗保险（A 部分）时拒绝申请联邦医疗保险 Medicare 的医疗保险的。

**注意事项**

如果您获得了联邦医疗保险 Medicare，您将每3个月收到一份联邦医疗保险概况通知 Medicare Summary Notice (MSN)，主要显示您这3个月中在医疗机构使用服务的情况和寄到 Medicare 的账单情況，Medicare 付了多少钱，您还欠医疗机构多少钱。但这个通知单并不是账单。请仔细阅读

以下信息：

* 如果您有其他保险，请咨询您的保险公司看他们是否覆盖所有联邦医疗保险 Medicare不覆盖的部分
* 保存好您的医疗单据和账单，並与联邦医疗保险概况通知单 Medicare Summary Notice (MSN)进行对照，确保所有的项目都准确地列在通知单中。
* 如果您在收到通知单之前付了账单，请对照账单以及通知单，确保您支付的費用准确无误。 如果联邦医疗保险Medicare拒绝承担您的某项医疗服务，请电话咨询您的医生或医疗机构，請看他们的表格和信息是否正确，如果有误，有请他们重新提交。如果您还有疑问，请致电1-800- MEDICARE or 1-800-633-4227。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **密苏里 Rx 计划 Missouri Rx Plan (MoRx)**

如果您支付联邦医疗保险 Medicare 有困难，您可以申请密苏里Rx计划

**Missouri Rx Plan (MoRx)**

帮助您助您支付医生处方类药物。您需要符合以下条件来申请密苏里Rx 计划：

* 密苏里州居民
* 参与了联邦医疗保险Medicare D部份
* 单身，每年家庭收入不超过 $21,660，或者已婚，每年家庭收入不超过$29,140。

**MoRx 的福利包括：**

* 支付 50%的自付额 deductible
* 支付 50%的共付额 co-pay
* 支付 50%的保险缺口 coverage gap

更多信息请致电1-800-375-1406进行咨询 。您可能还可以获得其他辅助来帮您支付处方药开支，具体情况请致电社会安全局1-800-772-1213。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **联邦医疗保险缺口保险 （Medigap）**

联邦医疗保险缺口保险Medigap，也叫联邦医疗保险补充保险，是一种支付普通联邦医疗保险 中自付额部份的私人保险，由私人保险公司运营。更多信息请致电1-800-390-3330进行咨询 。

如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **收入补助**

社会安全生活补助金（SSI）

社会安全生活补助金每月都会付钱给低收入人士。你即使沒有工作过也可以获得辅助金。

**申请资格**

* 65岁及以上，或失明、残疾人士
* 收入（工作收入，其他来源例如社会安全福利，工人辅助，失业辅助，亲戚朋友，以及其它免费食物或福利中心）
* 资源（现金，银行账户，股票，美国基金，土地，汽车，个人财产，保险，以及其他任何可 以用来兑换现金以购买食物和住房的财产）
* 是美国公民或是绿卡持有者（绿卡持有满五年）。

您能获得的辅助金额度收入取决于您的收入，资源和您的所在州。请咨询您当地社会安全局关于您所在州的辅助金额度。通常，能获得社会安全生活辅助金的人也能获得州医疗辅助，食物券，以及其他帮助。

**如何申请**

请打热线电话1-800-772-1213 预约申请辅助金。您可以通过电话申请，或者通过您当地的社 会安全局。联系方式请见附录 A。

如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **食物补助**

食物券（Food Stamps）/营养补充计划（SNAP） 食物券帮助低收入人士购买食物。尽管这是一项联邦政府专案，通常都是由州或当地机构运作。

**申请资格**

请用网上“资格检测工具”检验您能否有资格申请

<https://dssapp3.dss.mo.gov/fsEligibilityTool/Household_Info.aspx>

绿卡持有者满五年（密苏里州永久居民）和美国公民都能申请食物券。 资产和收入

* 接受食物券的家庭不能有超过2000 元现金或存款，或价值超过4，600 的汽車。老人或残障人士可以拥有不多于3000 元的资产。
* 家庭总收入不能超过联邦贫困线130%。 每年的贫困线都不同。其它请详见附录 A。

**如何申请**

* 您需要填写食物券申请表：<http://www.dss.mo.gov/fsd/fstamp/pdf/fs1_1006.pdf>, 並交到当地家庭支持办事处（FSD）。地址请见附录 A。申请表可亲自递交，邮寄，或传真。传真号：573-522-6220。
* 您必须通过社工的面试（当面面试或电话）以检验您能否有资格申请食物券。社工根据您家庭成员的社会安全卡以及收入证明、住房开销（例如水电费及房租或贷款）、幼儿看护、和其他财产证明来決定您是否符合资格。
* 面试需要准备的材料：

• 个人证件：例如驾照、州证件、出生证明或外籍人士卡

• 收入证明：例如薪水存根、社会安全金、社会安全生活补助金或每个家庭成員的补助收入

• 照顾儿童的开销

• 房租收据或还贷证明

• 水电费证明

• 60岁以上家庭成员，或接受社会安全金、残障人士补助的家庭成員的医疗账单。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

**社会安全号**

用于向政府汇报个人收入，以及決定是否符合申请社会安全福利的要求。你需要社会安全号去找工作、领取社会安全福利、或接受其他政府服务。

如果你只是短期在美国工作，你的雇主会要求你提供社会安全号。通常，通过国土安全局批准 的非美国公民可以获得社会安全号。

**其他机构**

例如銀行也会要求你提供社会安全号，但你可以选择不提供。沒有社会安全号你也 可以使用很多服务，例如获取驾照。

在您的孩子出生后您应尽快为他們申请社会安全号。您需要提供他们的社会安全号以便在报稅 的時候证明他们在财务方面依靠于您。

## **社会安全号的用途**

* **社会安全稅**

如果你是受雇于他人，你的雇主会从你的薪水中扣除社会安全金和联邦医疗保险的金额，並将这些税款交到美国国税局（IRS）。

如果你是个体经营者，你在报稅的时候需要支付社会养老金和联邦医疗保险，並将收入包给社会安全局。

* **赚取社会安全基点**

在你工作並纳稅的同时，你在赚取用于社会养老金的“基点”（每年最多4点($4640)，每个点 $1160）。大多数人需要工作十年（40点）以满足领取社会安全金的资格。

你缴的社会安全稅将用于以下三种福利：退休金，残障金，和孤寡人士生活补助金。

* **社会安全福利**

如果你符合退休或残障福利的要求，你的其他家庭成员可能也能受到资助。这些包括：如果您的配偶年龄高于62岁，或低于62岁但在看护一个低于16岁的儿童，或16岁以上但残障的儿童；以及您的未婚孩子如果他们小于19岁，或是在上小学或中学，或是大于18岁但身有残疾；如果您离婚了，你的前配偶也有可能享受這些福利。

**如何申请**

* 申请社会安全号是免费的。
* 从网上获取申请表 <http://www.ssa.gov/online/ss-5.pdf>
* 将填好的表格及原文件递交到您当地的社会安全办事处。
* 原文件包括：本人身份证明；移民身份；工作许可的证明；年龄证明。
* 如果您是一名在美国出生的美国公民，您需要提供：美国出生证明或美国护照、美国驾照或州政府颁发的非驾照身份证明。
* 如果您是一名在外国出生的美国公民，您需要提供：美国护照、公民证书、美国驾照或州政府颁发的非驾照身份证明。
* 如果您不是美国公民，你需要递交移民身份证明、工作证明、年龄和身份证明。
* 更多信息请见 <http://www.ssa.gov/ssnumber/ss5doc.htm#o-a-us-documents>
* 所有文件都要求是原文件，或是通过颁发布部门的认证。复印件将不被接受。更多信息请致电社会安全局 1-800-772-1213。如果您不讲英语，请寻求翻译服务。

## **密苏里健康保险市场（奥巴马保险）**

密苏里健康保险市场是一个您可以比较和购买适合您的健康保险的市场。任何无法通过工作负担健康保险的个人或者家人都可以使用健康保险市场。

密苏里健康保险市场给密苏里人提供了购买健康保险新的途径。您可以通过以下方式得到您所需要的帮助。

**网上咨询**：网址：[www.healthcare.gov](http://www.healthcare.gov)

**电话咨询**：每周七天，每天24小时开放的免费电话：1-800-318-2596，（TTY 1-855-889-4325）

**面 谈：**保险向导和有执照的申请咨询师是可以为您答疑填表的专业人士。法律要求他们提供公证的信息。在www.covermissouri.org 可以找到离您家最近的专业人士。

**和保险代理人面谈**：保险代理人也可以帮您找到，选择和购买保险。密苏里法律要求他们有合适的注册证明才能营业。您应该知道保险代理人是通过卖保险从保险公司获得佣金的。

在2014年，法律要求大多数美国人购买健康保险，否则受罚。国税局（IRS）会根据您的纳税表决定您是否缴纳罚款。税表会要求您出示健康保险的证明。假如您需要缴纳罚款，罚款数量将会从您的退税中扣除。2015年的罚款是以下两种算法取更高的数额：

您的收入的2%，或者是固定的美元数：每个成人$325 ,加上每个小孩$162.50, 每个家庭不超过 $975美元。

## **谁可以不买保险？**

假如您没有保险，以下任何一种情况下您无需付罚款：

•您所属的宗教经联邦批准允许不购买保险，比如您是Amish宗教成员。

•您属于一个经联邦批准的分摊健康费用的宗教团体。

•您是无证移民。

•您正在监狱服刑。

•您的收入低于联邦收入税的报税门槛。

•您负担不起健康保险。这就意味着：个人健康保险将花去您收入的8%。

假如密苏里选择扩张州医疗保险（Medicaid)的话，您有资格享有州医疗保险。例如：假如州增加医疗保险覆盖面，那么收入低于 $16,105 的个人和低于$32,913 的四口之家将有资格享有州医疗保险。

## **选择保险计划**

您在密苏里健康市场可以选择四种类型的保险计划（铜牌计划，银牌计划，金牌计划和白金计划）。所有的保险都覆盖相同的基本健康需要。

一般来说，您愿意为每项健康服务付的钱越多，您的保费也就越低。

## **健康保险计划税收抵免和政府补助**

**您有资格申请税收抵免假如您：**

•无法通过工作负担健康保险。

•没有联邦全民医保。

•使用密苏里市场购买保险者。

•家庭收入在联邦贫困线的100% 到 400%之间。

**您有资格降低您的现付医疗费假如您：**

•您接受社会收抵免。

•您选择通过密苏里市场购买银牌计划。

•您的收入位于或者低于联邦贫困线的 250%。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 符合财政部补助收入范围 | | |
| 家庭大小 | 100%-400% | 250% |
| 1 | $11,670 到 $46,680之间 | $29,175 及以下 |
| 2 | $15,730 到 $62,920之间 | $39,325 及以下 |
| 3 | $19,790 到 $79,160之间 | $49,475 及以下 |
| 4 | $23,850 到 $95,400之间 | $59,625 及以下 |

**3.常见问题解答**

## **联邦医疗保险和州医疗保险**

联邦医疗保险（Medicare）和州医疗保险(Medicaid)之间有什么区别？

联邦医疗保险由联邦政府负责，州医疗保险由各个州负责。他们之间主要的区別有：

**州医疗保险**主要服务于低收入人群：

* 怀孕妇女
* 19岁以下未成年人
* 65岁以上人群
* 盲人
* 残疾人
* 需要长期护理的人群

**州医疗保险**通常在当地的医疗保险办公室申请。 联邦医疗保险主要服务于以下这些人群：

* 65岁以上老人
* 任何年龄患有肾脏疾病的人群
* 永久残疾不能工作的人群

**联邦医疗保险**可以在当地的社会保障部门申请（social security office）。

**问：**联邦医疗保险负责牙医吗？

**答：**州医疗保险通常不涵盖常规牙科检查服务，比如，洗牙，补牙，以及其他常规牙科服务。在个別情況下，联邦医疗保险第一部分（Part A） 或者第二部分（Part B）会支付部分牙科费用。一些联邦医疗保险种类会涵盖牙科的支付福利。你需要检查你所拥有的保险类型。

**问：**联邦医疗保险负责支付眼科费用吗？

**答：**通常来说，联邦医疗保险不负责支付眼科费用。

联邦医疗保险对眼科方面的医疗费用有非常详細的规定。请访问网站了解更多信息(<https://questions.medicare.gov/app/answers/detail/a_id/840>)。

**问：**如果我未滿65岁就退休了，我可以享受联邦医疗保险吗？

**答：**不行。联邦医疗保险从65岁开始生效。如果你65岁以前退休，你也许可以通过你的雇主继续享受医疗保险。如果不可以的話，你就得购买私人医疗保险。你也可以咨询所在州的健康保险救助项目来寻求帮助。他们的网站是：

<http://www.medicare.gov/Contacts/default.aspx?AspxAutoDetectCookieSupport=1>

**问：**如果我享受联邦医疗保险的福利，我的配偶及子女可以享受联邦医疗保险吗？

**答：**不享受。邦医疗保险不提供家庭的福利。每個人都需要满足邦医疗保险的条件，才能得到 保险福利。比如，一個人到了65岁並不会由于配偶享受邦医疗保险的福利而自动得到福利。 每个人都需要单独申請。此外，当父母得到邦医疗保险時候，他们的子女並不享受该保险。

## **密苏里健康网或州医疗补助常见问题解答:**

**问：**密苏里健康网或州医疗补助可以支付哪些方面的医疗费用？

**答：**密苏里健康网或州医疗补助有很多种，有些种类的补助不包括一些服务。比如：牙科，视力或者听力援助，全面的日间康复服务，以及一些长期性的医疗器械服务，康复服务，糖尿病自我管理训练，脚部护理，以及因医疗所产生的交通费用。具体的支付费用条目可以参考《密苏里健康网》使用者手册。该手册可以在<http://www.dss.mo.gov/mhd/participants/pdf/hndbk_ffs.pdf> 下载。也可以打电话给 1-800-392-2161 或者 573-751-6527。如果您参加的是密苏里州健康网的管理式医疗保健计划，您应该联系您的管 理式医疗健康保险卡服务热线。

**问：**我怎样才能找到一位在密苏里州健康网络里的医生？

**答：**可以使用 MO 健康网提供的搜索寻找需要的医生，网址如下：

（<https://dssapp.dss.mo.gov/ProviderList>）

并不是所有的参加的医疗服务都接收新的患者。您需要打电话确认他们是否接受新的患者。如果您参加的是密苏里州健康网的管理式医疗保健计划，您应该联系您的管理式医疗健康保险卡服务热线。

## **什么是合作医疗支付？**

您可能要付出您收到的服务范围从五十美分（0.50 美元）到 10 美元（10.00 美元），剩下的费用将有密苏里州健康网为您支付。医疗服务机构会在服务开始前收取您所需要支付的数额数。下表将告诉您一些常见的服务及您所需要支付的相应的部分。

## **牙医保险个人支付表**

|  |  |
| --- | --- |
| **密苏里医疗网支付范围** | **个人支付范围** |
| $0-$10.00 | $0.50 |
| $10.01 - $25.00 | $1.00 |
| $25.01 - $50.00 | $2.00 |
| $50.01+ | $3.00 |

## **我可以得到非紧急医疗交通方面的帮助吗？**

您可以得到非紧急医疗运输（NEMT）的援助在以下情況下：

* 您沒有其它任何交通方式到达您的预约地点。
* 您符合健康网络的援助资格，您预约的健康服务机构在州的健康网络服务单位里。
* 您需要提前至少五天致电 NEMT 的 24 小时服务热线 1-866-269-5927，预约安排看医生预约日当天的交通。

如果您参加的是密苏里州健康网的管理式医疗保健计划，您应该联系您的管理式医疗健康保险服务热线。

**问：**我可以在其他州使用我的密苏里州健康网？

**答：**在美国以外的地区不能够使用密苏里州健康网，包括哥伦比亚特区，和下面的领土以外的地区：北马里亞亚群岛、美属萨摩亚、关岛、波多黎各和维尔京群岛。

紧急情況下，在提供治疗的其他州（不包括上面提到的地区）的医疗服务机构同意的情況下，密苏里州的健康网支付相应的医疗费用。紧急情況是突然或不可预見的情況或发生或突然发作 的医疗条件，具有足够的严重性（包括严重疼痛）的急性症状，立即就医的情況下，可以合理地预期会导致当有需要的服务：

1．病情严重危及患者的健康;

2．严重损害身体机能;

3．任何身体器官或部位的严重功能障碍。

其他的非紧急状况，只要医疗服务机构所在地区“沒有在密苏里州的物理边界或者任何 州边界密苏里州”，都必须在提供服务前获得批准，才能享受密苏里州医疗服务网的医疗支付 福利。批准材料必须送往：

MO HealthNet Division Participant Services Unit

Attn: Supervisor

P.O. Box 6500

Jefferson City, MO 65102

申请也可以通过递交或传真至 573-526-2471。书面申请必须包括一個简短的既往病史， 在密苏里州的求医历史，以及相关的原因解释为什么不能在密苏里州继续治疗。医疗服务机构必须统一参加必須密苏里州健康网，並接受相应医疗支付数额。

如果您参加的是密苏里州健康网的管理式医疗保健计划，您应该联系您的管理式医疗保险卡会员服务热线。

**问：**我已经有联邦医疗保险，我也可以同时接收密苏里州健康网吗？

**答：**是的，您可以同时享受联邦医疗保险和密苏里健康网的福利。联邦医疗保险主要由联邦政府负担，密苏里州健康网由州政府负担。您的医疗费用将主要由联邦医疗保险支付，密苏里州健康网将做最后结算和支付剩余的医疗保险覆盖服务的可抵扣金额，但是两项服务不会重复支付。

如果您选择了一家健康维护组织（HMO）保险服务，您将不需要负责共同保险或扣减项款，然而，您将负责共同支付的部分，密苏里州健康网将不承担当部分费用，除非您参加了 Qualified Medicare Beneficiary Program 项目。医疗服务提供商可能会收取您相应的费用。

**问：**如果我住址变更，该怎么办？

**答：**报告地址变更是非常重要的，因为有关您的资格或服务的重要通知会通过邮件寄至您的住址。 每一次您的住址变更，都需要报告给当地的家庭支持部门（FSD）。（网址：<http://www.dss.mo.gov/fsd/office/> ）。

## **其他常见问题**

**问：**我需要为我的社会福利缴税吗？

**答：**如果您的年收入超过$25,000，则您需要为社会保障福利（Social Security Benefits）给联邦政府交稅，或者您和您的配偶总年收入超过$32,000。你可以使用在 Social Security Benefit Statement（SSA Form 1099）背面的 Internal Revenue Service Notice 703 来看你是否需要付费。

社会保障部门沒有权利撤销你在缴稅方面的利益以及减免福利。很多州对于社会福利收入都不 收稅。然而，你需要参考你所在州的具体规定。

**问：**我可以同时接受社会保障福利和失业保险金吗？

**答：**失业保险金不计入社会保障全年盈利测试，因此不会影响您的社会保障福利金的收入。然而，个人的失业补助金的数额，可减少收到的退休金或其他退休后的收入，包括社会保障和铁路退 休福利。

关于如何申请失业保险金，您需要联系您所在的州的失业办公室。你可以在这里找到失业办公 室的网站（<https://www.servicelocator.org/OWSLinks.asp>。

**问：**如果我改变了我的公民身份，怎么更改相应的社会保障？

**答：**要改变我們的记录上显示为公民：

步骤一：收集您的身份和美国国籍的证明文件。

步骤二：完成社会保障卡的应用。

步骤三：邮寄您完成的申请材料给您当地的社会保障办事处或者社会保障卡中心。 所有文件必须是由发证机关颁发的原件或核证副本。社会保障办公室或者社保卡中心会在十个工作日内寄给您信用卡。社保卡号将不变，维持旧卡卡号。

常见问题解答均翻译自以下网站：

<http://www.dss.mo.gov>

https://questions.medicare.gov

http://ssa-custhelp.ssa.gov

## **政府健康圣路易斯辅助健康器材借用项目**

圣路易斯辅助健康项目给个人提供流动性，给残障人士获得免费的家用医疗设备。他们的循环再利用项目使得人们生活得尽可能的独立。圣路易斯辅助项目可以提供给任何需要的人，包括：

那些医疗保险不包括他们的器械的人。

那些等待保险公司批准同意的人。

看护人介绍给朋友或亲戚来使用这些器械。

到圣路易斯访问的，但是不能把器械带来的人。

临时有病，不确定能使用这些器械多久的人。

买这些器械之前有兴趣的人。

**下面是圣路易斯辅助项目免费提供的器械**：

手动轮椅、电动轮椅、小轮摩托、手推助行架、手杖、拐杖、淋浴椅、浴室椅、手扶杆、 助臂夹 、高架马桶、手提洁具、提升椅子、弹性坐垫、后背支架、楼梯升降机、电动病床、床栏杆和霍耶升降机。

循环和再次使用家庭医疗器械意义很大，如果捐献这些器械会给予抵税。像获得更多信息或捐赠，请联系：

St Louis HELP Collections & Distributions

9709 Dielman Rock Island Drive

Olivette, MO 63132

(314)567-4700 [www.stlhelp.org](http://www.stlhelp.org)

**水电费补助：**如果您是低收入，享受政府的食品券或者州医保或者老年公寓。您很可能有资格申请政府提供的水电费补助。以下三个机构可以申请：

Salvation Army Tel: 314-535-0057

St. Vincent De Paul Tel: 513-562-8841

Urban League Tel: 314-615-3600

**4.突发事件的预防和处理**

## **为突发事件做准备：三步走**

突发事件，可能是龙卷风、房屋火灾、洪水或恐怖袭击。没人想去思考这些事件或灾害，但是为紧急事件做准备可保护你的家庭。预备突发事件的着眼点在于突发事件发生前尽可能多的做准备。一起来，我们可以准备好并挽救生命！

在突发事件中最重要的需要记住的事情是保持冷静。通常我们会依赖电视、网络、收音机等获取信息，但是突发事件到来时往往会断电，这就是为什么要有一部带电池的收音机在手边。

**做准备分三步：**分三步来准备应对突发事件

•为你、你的家庭、工作单位制定一个方案

•在家，车里，单位都准备一个应急箱

•在真的有突发事件时收听消息，知道做什么，去哪里

**1.为你，你的家庭，工作单位制定一个方案**

为你和你的家庭制定一个突发事件方案。突发事件发生时，你的家人不一定在一起，所以要有一个方案。整个家庭要获知和了解这个方案。可考虑全部家人联系同一个外地的亲友，以便突发事件时这个人可以联系每个家庭成员。

设定两种状况-在家或不在家

你可以准备待在一个地方（你的房子里）或逃离。决定是否逃离，要依据突发事件的类型。政府会告知你需要怎么做。

在一些情况下，有限的沟通和信息将需要你决定怎样做对你和家人最好:

•看电视或听广播以尽量获取更多信息

•使用常识

•尝试保持冷静和保持全家冷静

•在家准备一个避难所

在突发事件之前，如果你必须待在家里，要确定你房子里的哪个房间是最安全的。选择一个相对少门少窗的房间。有些事情需要记住：

•这个房间里应该有足够的空间容纳全家人和宠物

•通向房子的门应该可以锁住

**涉及到空气的突发事件中，你应该必须尽你所能封闭房间，这包括：**

•关上窗户，通风口和壁炉封板

•关闭空调和强制通风系统

•如果有指示，使用强力塑料板或胶带封闭门和通风口

•储存应对突发事件的储备

•收看电视或收听带电池的收音机获取信息

**如果你必须要离开，要知道去哪里**

有时候待在家里不一定安全。做好方案全家人在哪里碰面。知道你们要去哪儿、怎么去。

•做出不同方向，不同路线的方案

•如果你开车，保持车窗和风口关闭，并且关闭空调或暖气

•携带一个应急箱

•如果可能，就带上你的宠物。然而，很多公共避难所不容留宠物。在一旦你不能带上它的时候，做一个能照料你的宠物的方案。

**2. 准备一个应急箱**

如果突发事件来临，你不太可能获取食物或水，并且你的电器也不能使用。

做方案时尽量为每个人准备三天的食物和新鲜的水。你应该为每人每天准备1加仑的水。如果你已经有了一个避难的房间，请为每人准备两周的饮用水。但是食物和水不是唯一的你需要预备的东西。以下这些应该也是应急箱里的一部分。应急箱应该在你离家的时候容易携带。你可以用一个大袋子、塑料盒、或垃圾桶。详细的应急物品将附一个列表在最后面。

**基本储备**

水和罐头或风干食品,电池电源收音机,应急灯,为收音机和应急灯准备的电池,处方药,急救箱

**车里的储备**

1加仑水,若干罐头食品和手动开罐器,睡袋和若干的毯子,现金,急救箱

**3. 聆听讯息**

在遇突发事件时保持冷静很重要。尽可能多的获取现状信息。要准备一个电池电源的收音机收听最新消息。

**特殊情况预备：**如果你有一个学龄孩子所应做的应急准备

许多学校有其自己的应急方案。相关机构在孩子的学校应该有与你的或其他家庭成员的现有联系信息。确保他们及时更新你家里，单位和手机电话。如果有，请提供你的电子邮件地址。

询问孩子的老师和校长如何在紧急情况下联系家长很重要。你应该知道哪些步骤将被采取来保护你的孩子。

**有些问题你应该想到要询问：**

•在突发事件发生时，你们将如何联系我

•你们是否有常规的火灾，地震，火山和恐怖袭击的演习

•学校是否有为所有学生准备充足的水和食物

•学校有什么急救物品

•教师和管理人员是否准备了一个“避难所”

•当学生们暴露在来自他人的化学品，细菌或病毒中时，你们是否有分离学生的方案

•如果学生们必须要逃离学校时，将会把他们带到何处

**在单位的应急准备**

单位是否有建筑物逃离通道方案。许多公司有常规的紧急逃离演习。在建筑物外应该有一个每个人汇聚的场所。

但是不要什么都依赖于雇主。自己可以在桌子下和柜子里预备些新鲜的水和罐头食品。应急灯和电池电源收音机也会有所帮助。每个人都应该考虑在单位放置换洗衣服，也包括一双结实，实用的鞋子或靴子。

**为宠物的应急准备**

保证宠物有识别身份的牌子并定期打防御针。如果你必须要离开家，如果可能，要尽量带上宠物。你可以在已经预备好的应急箱中为宠物准备额外的食物，水，药品。一个提箱和系绳也会很重要。对于猫，记得要额外包括一个窝。

对于特殊人群的应急需求

生活在特护机构的老年人和残疾人应该反复看建筑物应急方案。知道你们的药品和特殊护械在哪里，以防在撤离时你需要让别人帮你去拿。例如轮椅，拐杖，拐棍等器械应该标注你的名字。

住在家里但有残障或特别医疗护理需求的人，应该识别在突发事件时能够帮助你的人，确保这些人知道你储存应急物品的地方。给别人一把你房子或公寓的钥匙。

当你需要医疗护理时，医疗警示挂牌或手腕环会有助于别人识别你的残障。如果你需要透析或其他维持生命的治疗，要对提供这些医疗服务的地方所知更多。一个为特需人群准备的急救箱应当包括以下物品：

•处方药和非处方药清单，包括剂量

•过敏清单

•必须的额外的眼镜，助听器电池和其他特殊装备

•有关医疗装备的品牌/样式/序列号的列表

•医疗保险单的复印件,

•医生的列表

•紧急联系人和家人的联系方式

•附近能提供帮助的邻居的电话号码

**大功告成-并且保持警惕**

最后一步是保持警惕，并定期温习你的方案。确保检查你的食物，水和医疗物品保持新鲜。

记住-突发事件可影响任何人。但是进行了三步走的准备，你已经为你的安全和你所爱的人的安全做出了决定，去担任一个积极的角色。

**应急箱列表**

水:每人每天1加仑水，至少三天的量。如果你有一个房间，你应该为每人储存两周的饮用水。记住每半年更换一下存水。

罐头和风干食品:包括不会腐坏的罐头和风干食品。

可现吃的罐头肉类，水果和蔬菜,蛋白质或水果棒,干燕麦,花生酱,水果干,坚果,干,罐头果酱,防腐巴氏杀菌牛奶,维他命,“安慰”食品，例如巧克力和糖果

**基本储备**

为每人准备清洁衣物和结实的鞋子,雨具,外套，帽子和手套,睡袋和毯子,额外的信用卡和现金,你的房子和车的预备钥匙,电池电源收音机,应急灯,为收音机和应急灯准备的电池,膳食用品，例如：纸盘、塑料叉子和勺子、纸巾,帐篷,强力胶带,剪刀,结实的垃圾袋和塑料布,储存在防水器皿里的火柴,笔和铅笔,针线,厕纸和湿纸巾,洗涤剂,香皂、除味剂、牙膏,带带的垃圾袋,家用氯水,带盖密封塑料盒,消毒剂,预付的长途电话卡,用于呼救的哨子

**汽车物品储备清单：**

地图,轮胎修理箱和气泵,跨接电缆,指示灯,应急灯,电池收音机,为收音机和应急灯准备的电池,灭火器,1加仑水,若干罐头食品和手动开罐器,睡袋和若干毯子,现金

**丧偶后处理程序和事项**

**申请条件**

（一）申请人必须为居住在美国的中国公民。临时出国的中国公民（如持美国B1/B2类签证）申办公证，仅限在美国境内处理死亡案件等紧急事项。

（二）申请人应根据本人的居住地，按驻美使领馆[领区划分](http://www.china-embassy.org/chn/zmzlglj/t84176.htm)，向相应的使领馆提出公证申请。如未能按照领区划分递交申请，该申请可能会被拒绝受理。

（三）使领馆可以受理的公证种类：委托书；声明书；文书上印鉴签名、日期属实公证；指纹公证。

（四）申请人应当具有完全民事行为能力。申请人系无民事行为能力人或限制民事行为能力人的，应由法定代理人（即监护人）代理并陪同申请人本人前来使领馆办理。

**请注意**：

（一）使领馆不予办理公证的情形

1、申请公证的事项不真实、不合法的，申请人提供的材料不充分，虚构事实或者提供虚假文书申办公证的，以及有不按规定支付公证费等情形。

2、不办理合同、协议类公证。不动产公证以及公司 章程、注册文件、招标投标、票据、贷款等公司、金融事务公证上述类别的文书应在中国国内或美国当地公证机构办理；不动产公证应当在不动产所在地公证机构办 理，公司、金融事务公证涉及我国或驻在国金融、公司法律事务，应在中国国内或美国当地公证机构办理。

3、不办理出生、死亡、无违法犯罪记录等公证。事实发生在中国的，应向国内公证机关申办；事实发生在美国的，应向美国政府部门申办证明，需拿回中国使用的，须按认证程序办理。

4、不为中国国内出具的证书办理公证。如，中国国内出具的学历学位证书、职业资格证书、驾驶证、出生证、结婚证等。

（二）对使领馆不能办理的公证种类，当事人一般可 在美国当地办理公证，然后按照认证程序向大使馆或总领事馆提出认证申请；需在国内公证机构办理公证的，如当事人身在国外、不便回国办理，可以委托他人（国 内亲友、律师等）到国内公证机构办理；如国内公证机构要求，当事人可在使领馆办理委托国内亲友代为办理有关事项的委托书公证。

**申请各类公证所需材料**

(一）填妥的[《中华人民共和国驻外使领馆公证认证申请表》](http://newyork.china-consulate.org/eng/lsyw/lszjx/sbgzrz/df/P020120430801985144600.pdf)1份；

(二）申请人有效中国护照原件及带照片资料页复印件（或法人资格证明及其法定代表人的身份证明，其他组织的资格证明及其负责人的身份证明）；以及中国身份证原件及复印件（如适用）；

(三）申请人有效的在美合法居留证件原件和复印件（如绿卡、工卡、I-20表等）；

(四）根据申请公证种类，提交其他材料（请参见以下“其他材料要求一览表”）；

(五）涉及重要财产权利转让、变更等与申请人有重大利益关系的事项，应根据领事官员要求谈话，并在《房产事务公证接谈笔录》上签名或捺指印。一般公证事项，需填写普通《接谈笔录》并签名；

(六）申请人自行按国内文书使用机构要求，并参照使领馆网站提供的参考模版（请点此处查看文书参考格式），准备好委托书或声明书等文本，不可事先签名或填写日期。

**请注意**

(一）申请人草拟委托书、声明书、诉讼文书等时，需打印或清晰书写，不得涂改。

(二）申请人应仔细检查文书各项内容，如有遗漏或错误，责任自负。

(三）公证文书须在使领馆可受理的公证范围（见申请条件）。

**其他材料要求一览表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 种**类** | **应提交的其他材料** | **具体要求** |
| 委托书公证 | 1、委托书文本；  2、与委托事项相关的权利证明原件或复印件（如存折、股票开户凭证、银行贷款合同、户口本、身份证等）；  3、涉及夫妻共同财产的，还应提交结婚证等相关文书原件及复印件。 | 1、当事人亲自申请并在领事官员面前在委托书上签字；  2、委托书的内容应当真实、完备；  3、违反法律及社会公德的事项不能办理；  4、夫妻共有财产的，双方应共同办理；其中一方不能到场的，应有其本人签署的书面意见书。 |
| 房产委托书公证 | 1、委托书文本；  2、涉及房产转让的，应提交房产证原件或复印件；若房产为二人及以上共有，还需提供共有人的结婚状况证明（如结婚证或离婚证）复印件。 | 1、当事人亲自申请并在领事官员面前在委托书签字；  2、转让房产但没有房产证的，可先办理委托他人领取房产证的公证；  3、房产证登记为二人及以上共有的，应当所有产权人共同办理；不能到场的应有本人签署的书面意见书。 |
| 寄养委托书公证 | 1、委托书文本；  2、被寄养人的身份证件；  3、亲属关系证明等（证明父母和子女关系，如儿童出生证）。 | 应由被寄养儿童父母双方提出，并同时到场，在领事官员面前签字。 （父母一方为中国籍即可办理） |
| 声明书公证 | 1、声明书文本；  2、与声明事项有关的权利证明等。  3、办理放弃继承权声明书公证的，应提交被继承人死亡证明和申请人与被继承人亲属关系证明，以及所放弃房产或财产证明。 | 1、当事人亲自申请并在领事官员面前在声明书上签字；  2、声明书的内容由声明人自己承担相应法律后果；  3、违反法律及社会公德的事项不能办理。 |
| 无配偶声明书公证 | 1、声明书文本；  2、离婚的，应提交离婚证或离婚调解书或离婚判决书原件及复印件；丧偶的，请提供原配偶死亡证明原件及复印件。 | 1、当事人亲自申请并在领事官员面前在声明书上签字；  2、无配偶声明书公证的有效期一般为六个月；  3、未婚人士如处理房产、办理户口等事项需申办无配偶声明书公证，应在声明书中说明此证明仅限用于在国内办理相关事宜；  4、有特殊情形的，应根据使领馆要求办理。 |
| 国籍公证 | 1、有效护照和居留证明原件及复印件；  2、其他能证明身份的材料。 | 1、国籍公证是对当事人具有中国国籍事实的证明；  2、如证明材料充分，可为拟申请加入外国国籍的中国公民出具自动丧失中国国籍证明书。 |
| 居留公证 | 有效护照和居留证明原件及复印件 | 居留公证主要用于到中国国内办理华侨身份认定等。 |
| 指纹公证 | 1、有效护照和居留证明；  2、其他能证明身份的材料。 | 当事人应当亲自申请，在领事官员面前捺指印并签名。 |
| 在固定格式文书上的签名属实公证 | 1、有效护照和居留证明；  2、其他能证明身份的材料；  3、有关文书原件。 | 1、有关固定格式文书一般指国内法院要求的诉讼授权委托书、民事起诉状、答辩状、送达回证等司法文书，或国内金融机构提供的表格、单据等（文书上不得出现国内单位或个人的公章或签署）；  2、当事人亲自申请并在领事官员面前在有关文书上签字。 |

**申请方式**

（一）申请人应根据本人的居住地，按照中国驻美国大使馆、总领事馆[领区划分](http://www.china-embassy.org/chn/zmzlglj/t84176.htm)，向相应的使领馆递交公证申请，在领事官员面前，在有关文书上签名或捺指印。一般不可由他人代办。如未能按照领区划分递交申请，该申请可能会被拒绝受理。

（二）递交申请和领取公证均无需预约，申请人可在使领馆的对外办公时间前往办理。

（三）使领馆不接受其他方式（如邮寄、传真）的公证申请。

（四）申请人或代理人最早可于取证单上标注的日期前往使领馆领取办妥的公证。使领馆不提供邮寄证件服务。

（五）公证申请一经批准，申请人需支付相关费用。

**请注意**：申办健在证明除外，请点此处查看详细信息

**办理时间**

（一）普通件： 4个工作日

（二）加急件： 2—3个工作日

（三）特急件：1个工作日

**请注意**：

（一）以上办理时间为一般情况，某些申请可能需要更长时间来处理，因此办理时间不确定。遇此类情况，申请人需等候使领馆通知。

（二）申办健在证明，受理当日可以领取。

**取证及费用**

（一）普通件：25美元/份

（二）加急件：每份加收20美元

（三）特急件：每份加收30美元

**注**：健在证明免费办理。

**付款方式**

（一）领取公证书时，需支付申请费用。

（二）请选择以下方式支付申请费用：

1、信用卡，仅限Master Card或Visa卡。

2、现金支票（Money Order, Cashier’s Check）或公司支票。

（三）支票的收款人：

1、在大使馆递交的申请，收款人应为Chinese Embassy。

2、在XXX领事馆递交的申请，收款人应为Chinese Consulate in XXX。

（四）支票付款金额务必准确，金额如有任何差错，恕不接受。

（五）恕不接受现金、个人支票、网银转帐,也不接受American Express等其他种类的信用卡。

**遭遇枪击案怎么办？（街上，家里，学校）**

911及其他紧急电话(911 and other Emergency Telephone Numbers)：

这是美国大部分地区通用的紧急电话，只要遇到对生命、财产造成威胁、需要立即处理的状况都可拨这个号码，只要按9-1-1，不需区域或其他号码。打电话时要跟接线生说你在哪里、你的电话号码和紧急事故状况。如果不会说英语，你只需要用英语说“Chinese”，如果连“Chinese”也无法表达，你也可以说中文，911接线员会想办法找懂其他语言的接线员来接听电话。警察、消防队、救护车等事故皆适用本紧急电话。

多数电话簿的【黄页】和【白页】前面还会列印其他紧急电话和地址，这几页通常包含很重要的当地资料，对你了解你现在居住的城市和社区很有帮助，应该仔细研读。

**老人跌倒，突然疾病发作怎么办？**

危机援助电话（Crisis Intervention Numbers）

美国有许多能协助个人与家庭的机构，以下是全国性协助系统的电话号码，他们会告诉你有关资讯，并把你转到可对你提供直接帮助的地方办公室。不过，若是遇到人命关天的紧急事件还是应该打，每个城市都一样的**911**紧急电话！

注意：就算你英语不流利，这些协助机构大多可以联络到翻译帮忙，所以需打电话求助时，不要犹豫，电话接通后，告诉他们你说什么语言，他们会找人帮你翻译。

1-800-672-2296 怀孕协助电话 (Pregnancy Helpline)

1-800-799-7233 家庭暴力热线 (Domestic Violence Hot Line)

1-800-422-4453儿童受虐与忽视 (Child Abuse & Neglect)

1-800-422-4453失踪与受剥削儿童中心 (Center for Missing & Exploited Children)

1-800-686-1431老人照顾协助电话 (Senior/Elderly Care Helpline)

1-800-458-5231艾滋病协助电话 (HIV-AIDS Helpline)

1-800-342-2437酗酒防范与治疗 (Alcohol Prevention & Treatment)

1-800-729-6686戒毒辅导 (Drug Treatment Referrals)

1-800-662-4357预防疫苗咨询热线 (Immunization Information Hotline)1-800-232-4636 疾病防御控制中心 (CDC Info Specialists)

**行车前小检查可避免大麻煩**

汽车制造技术越来越进步,有的新型汽车号称有「超级精灵」,走十万里才要调校。但「汽车俱乐部」汽车专家麦佐说,汽车技术进步的确大幅减少维修次数,但忽略基本保养,仍会被汽车故障所困。

汽车引擎可能为一系列征处理器所控制,但如果没有注意水箱缺水而把引擎烧坏,那么这些处理器是不会 带动车子前进的。事实上,如果车主稍征注意一些预防性维护,汽车俱乐部接获的路边协助请求,有四分之三是可以避免的,这些事故包括爆胎和起动毛病。因此每 次只要十分钟,简单的检查一下,将有助避免花费多、让人心急和可能的危险故障。

首先要将车子停在平地上,关掉引擎,打开引擎盖。你能找到引擎吗?斜放在车头内的引擎,车厂还在四 周装上各式各样的零组件。现在要找出油尺,通常位于引擎靠近车头之处。如果对各部位有疑问,最好的办法是查看手册,特别是要加润滑油的时候。机油公司的专 家做过调查,发现车主乱加润滑油,如将机油加到水箱、传动轴油加到曲轴箱,水加得到处都是,这是不行的。

然后把油尺拿出来,擦干净,放回去插到底。再将油尺拿出来看尺标处有没有油渍。如果没有,就要加油(手册中注有品牌),再查油表。如果需要加一夸特以上,就要将车拿到修理厂查为何漏油。

* 等到引擎冷却,找到塑料制的水箱溢流槽(overflow tank),如果是透明的,则可看到其中的液体冷却剂。如果不能从旁边看到,则可将盖打开观察。如果没有液体,就要加一点水箱冷却剂(coolant)。 很多溢流槽边上有冷却剂高度指标,可以知道要加多少。如果没有,则要参考手册(可掺一点水在冷却剂中)。
* 加水的同时,则可检查一下水管,有没有裂痕或易碎的样子?有没有鼓出部分或特别柔软的感觉?如有这些情形,就要换新管子,因为如果出城旅行,可能在小镇上找不到同样的水管
* 检查带动发电机、冷气压缩机和风扇的皮带是否有裂痕或者磨损。找出自动变速箱油尺,依照手册检查其油量。未污染的油应该为红色或粉红色。如果呈黑色或闻起来有焦味,最好换掉。检查刹车油槽是否到适当高度。

现在再看电池,要确保电线接头很稳固,如果看来像长苔藓,可用旧牙刷加一点苏打水刷一刷。如果是可 以加水的电池,可将所有六个盖子打开,确保电池水高度距离顶部为八分之一吋(可加蒸馏水)。检查电池时应戴面罩,而且不得吸烟。下一步便是发动引擎,看看 车头盖下面水箱前的皮带是否有呼呼的声音?引擎在热身以后转动是否平稳?有没有听到任何不好的声音,如果有这些现象,则要找技师查个明白。

**驾驶安全十三诀**

（一）**遵守速度限制:**「十次车祸九次快」。检视重大车祸报告结果显示,由于开快车而肇事占极大比例,开快车易肇事的原因简单,速度快则车辆动力大,撞击时的力量也大。加上速度快,有状况发生时,驾驶人反应的时间短,较易因措手不及而发生车祸。 速度慢则容许反应时间长,较能从容采取紧急对策。

（**二**）**注意弯道:**弯道加上速度快是造成死亡的必然原因。虽然交通标示上多会提供预警,但驾驶人若疏忽,该转弯而未转弯则会冲出路外,该减速而未减速,则打算转弯也无法转弯,这种弯道车祸是常见的。永远记住,在弯度较大的弯路必须预先减速,以免车辆因离心力太大而冲

（**三**）**换道须回头看:**无论是单边或双边有车外后视镜,尽管藉车内后视镜补 助,驾驶人的视界仍有死角,大约在后座车窗附近,若换道时不回头看就任意换道,可能会造成车祸,因为此时在死角内的车辆不易看见你的方向灯,即使看见也无 法有足够的时间回避,这种情况在高速公

（四）**避免路边停车:**平时在一般公路上若须临时停车,必须将紧急闪光灯打 开,以提醒其他开车人注意,人若离开车子须留意来车。在高速公路上,应尽量避免在路肩停车,数据显示,即使车子明显停在路边,还是有人会撞上,每年因此丧 命的人,亦不在少数,永远记住,路肩不是安全的地方,尤其是高速公路。

（五）**、专心开车:**开车分心是车祸发生的重要原因之一。数据显示,有些人因 开车时赶飞进车内的蜜蜂,有些人因一边开车一边看地图,有些人因一边开车一边找录音带而造成车子失去控制,或有突发状况时来不及反应而发生车祸。报告也指 出,驾车时讲电话,会影响判断力及反应力,因为它会使驾驶人分心。永远记住,开车分心亦导致车祸。

（六）**车子高速时勿猛打方向盘:**这一点较难做到,有些人在高速驾驶时,因 打瞌睡或其他原因,导致车子偏离车道,一般人的反应是猛打方向盘,力图驶回路面,这种动作的结果就是「过度修正」。会使车子又偏离另一边,驾驶人的接续反 应就是又将方向盘猛打回反方向,这些连续动作的结果亦导致翻车。几乎所有高速公路的翻车,若起因为打瞌睡或分心,大多是因为「过度修正」所引起;因此必须 记住,高速行车时不能猛转方向盘,若路边状况许可,则让车子驶出路外将是较安全的对策。

（七）**在交叉路口须提高警觉:**在交叉路口的车祸有些是由于有人闯红灯或闯 「stop」sign 而导致车祸。因此必须记住,勿认为别人在红灯时停车是理所当然,而必须在你通过交叉路口时注意,横向道路有无车辆闯红灯,或对向车辆 有人突然在你前面左转,即必须有随时应变的准备。年老的驾驶人疏忽 stop sign 或闯红灯是相当常见的案例。

（八）**天色不佳时最好开灯:**在阴天里打开车灯好让别的车子注意到你,可减少很多追撞或对撞的车祸;在加拿大已强制实施白天开灯的规定,评估结果交通安全大为提高。

（九）**随时注意路况:**养成随时看后视镜的习惯,以掌握路况与其他车的动态。举例来说,若发现后面车辆跟得太近,应换道让它先行或加速远离;有时前方有紧急刹车而你来不及踩刹车时,可根据后方车况而做出适当的响应。

（十）**注意酒后驾车人:**全美死亡性车祸有 50%与喝酒有关,为了确保自身安全,遇有这类驾驶人,应及早闪避,若发现前后方车子忽左忽右,路径不规则,除了提高警觉外,亦应找机会报告交通警察,以确保其他驾驶人的安全。当然,自己也应绝对做到酒后不开车的禁令。

（十一）**、下雪天减速并保持距离:**下雪天开车是驾驶人的梦魇。首先,最要注 意的是车速,车速太快会打滑或刹刹不住车,减速慢行并与前车保持适当距离是非常必要的。时速最好保持二十左右,与前车保持至少 1500 呎的刹车安全距离。踩 刹车时要缓慢,切勿紧急刹车。方向盘也要把稳,万一车子打滑,不要踩刹车,手排档的车子,则踩离合器,自动排档的车子,则放到空档,可以阻断引擎的动力。 此时,方向盘稳住,车子就会稳住了。另外,应特别注意的是,当一般路面尚未开始结冰时,桥梁、高架桥、高架道路常常先结冰。行经这些路段,要特别小心。

（十二）**、有意外事故,一定要停车:**hit and run 是极严重的过失行为。万一不幸涉及意外事件的话,千万不可心存逃逸的念头。一定要先停下来察看对方有无受伤,及车子损毁情形。并尽可能留下车祸现场 目击者的电话、姓名,因为他们都可能做为证人。同时,也要打电话通知警察并描述现场情形,如此,警方可依需要决定是否派救护车或医生。在车祸现场,不要和 对方争论是非,亦不要承认自己的错失,把善后的事交给你的保险公司来处理,在美国,无论发生什么事故,那怕是小小的擦撞,也要通知保险公司来处理。

（十三）**、夜间及雨天开车:**最重要的保持安全速度,这个安全速度是在你视线内能看清楚景物以及能立即作出反应并刹车的距离之速度。雨天开车也尽量开车灯,在车多的情形下切勿使用远光灯,以促使对面来车驾驶人太过刺眼而易产生事故。

**预防身份盗用**

**如何防范身份盗用**

* 将您的私人资料存放在隐秘安全的地方。若他人要求提供私人资料,务必查明其身份和用意,撕碎或用碎纸机撕毁不再使用的私人资料。
* 设定信用卡、银行和电话帐户的密码,避免使用出生日期、社会安全号码或电话号码做密码
* 不要在电话、邮件或在网际网路中提供个人资料,除非个人主动联络或确定知道对方的身份
* 将要寄出的信件投入邮局的邮筒内。如果计划出游,无法按时取信,请致电邮政局(800) 275‐8777 申请邮件暂不发送。
* 不法分子会从垃圾或回收桶取个人资讯,务必撕毁或使用碎纸机销私人资料,如果不想收到信用卡申请等邮件,请致电(888)5‐OPTPUT(888)567‐8688。
* 出门只携带您所需要的信用卡及证件。

**如何处理身份盗用**

* 在信用报告上设定“警示”可以防止盗用身份者使用您的名字开设账户,此外,需关闭所有可能已被或将被盗用账户。
* 向当地警局登记身份盗用报告,提供详细情形包括发生的日期、时间、地点以及可能被盗用的账户等。
* 向联邦商业委员会投诉,可上网 [www.ftc.gov/idtheft](http://www.ftc.gov/idtheft) 或拨免费电话(877)IDTHEFT(438‐4338)

您有权利查阅个人的信用记录和投诉诈骗行为。免费索取个人信用报告请上网参阅

www.annualcreditreport.com,或致电 877‐322‐8228。

欲了解更多相关资讯,请联络一下信用机构:

Equifax:(800)525‐6285 or [www.equifax.com](http://www.equifax.com)

Experian:(888)397‐3742 or [www.experian.com](http://www.experian.com)

TransUnion:(800)680‐7289 or [www.transunion.com](http://www.transunion.com)

**火灾逃生的状况及方法**

一般而言,逃生状况可区分为三种,一是逃生避难时,二是室内待救时,三则是在无法期待获救时。其方法叙述如下:

**逃生避难时**

* 不可搭乘电梯,因为火灾时往往电源会中断,会被困于电梯中。
* 循着避难方向指标,由安全梯进入安全梯逃生。
* 以毛巾或手帕掩口:利用毛巾或手帕沾湿以后,掩住口鼻,可避免浓烟的侵袭。
* 浓烟中采低姿势爬行:火场中产生的浓烟将弥漫整个空间,由于热空气上升的作用,大量的浓烟将飘浮在上层,因此在火场中离地面 30 公分以下的地方应还有空气存在,尤其愈靠近地面空气愈新鲜,因此在烟中避难时尽量采取低姿势爬行,头部愈贴近地面愈佳。但仍应注意爬行的便利及速度。
* 浓烟中戴透明塑料袋逃生:在烟中避难逃生,人体如防护不当,易吸进浓烟导致晕厥或窒息, 同时眼精亦会因烟的刺激,产生刺痛感而导致睁不开。因此如有简易的装备能使人们在烟中逃生时,能提供足量的新鲜空气,并隔离烟对眼精的侵袭最佳。此时即可利 用透明塑料袋。透明塑料袋无分大小均可利用,使用大型的塑料袋可将整个头罩住,并提供足量的空气供给逃生之用,如无大型塑料袋,小的塑料袋亦可,虽不足完 全罩住头部,但亦可将其掩护口鼻部分,供给逃生所需空气。 使用塑料袋时,一定要充分将其张开后,两手抓住袋口两边,将塑料袋上下或左右抖动,让里面能充满新鲜空气,然后迅速将其罩在头部到颈项的地方,同时两手将 袋口按在颈项部位抓紧,以防止袋内空气外漏,或浓烟跑进去。同时要注意在抖动塑料带装空气时,不得用口将气吹进袋内,因为吹进去之气体是二氧化碳,效果会 适得其反。
* 沿墙面逃生:在火场中,人常常会表现惊惶失措,尤其在烟中逃生,伸手不见五指,逃生时往往会迷失方向或错失了逃生门。因此在逃生时,如能沿着墙面,则当走到安全门时,即可进入,而不会发生走过头的现象。

**在室内待救时**

* **用避难器具逃生 :**

避难器具包括绳索、软梯、缓降机、救助袋等。通常这些器具都要事先准备,平时亦要能训练,熟悉使用,以便突发状况发生时,能从容不迫的加以利用。

* **塞住门缝,防止烟流进来 :**

一般而言,房间的门不论是铜门、铁门、钢门,都会具有半小时至二小时的防火时效。因此在室 内待救时,只要将门关紧,火是不会马上侵袭进来的。但烟是无孔不入的,烟会从门缝间渗透进来,所以必须设法将门缝塞住。此时可以利用胶布或沾湿毛巾、床 单、衣服等,塞住门缝,防止烟进来,此时记住,潮湿能使布料增加气密性,加强防烟效果,因此经常保持塞住门缝的布料于潮湿状态是必需的。另外如房间内有大 楼中央空调使用的通风口,亦应一并塞住,以防

* **设法告知外面的人 :**

在室内待救时,设法告知外面的人知道你待救的位置,让消防队能设法救你是非常重要的。如果你待救的房间有阳台或窗户开口时,即应立即跑向阳台或窗户之明显位置,大声呼救,并挥舞明显颜色的衣服或手帕,以突显目标,夜间如有手电筒,则以手电筒为 佳。如所在的房间刚好没有阳台或窗户,则可利用电话打“119”告知消防队,你等待救助的位置。

* **至易于获救处待命 :**

在室内待救时,如可安全抵达安全门,进入安全梯间或跑至顶楼顶平台,均是容易获救的地点。如不幸地,受困在房间内,则应跑至靠阳台或窗户旁等待救援。

* **要避免吸入浓烟 :**

浓烟是火灾中致命的杀手,大量的浓烟吸入体内会造成死亡,吸入微量的浓烟则可能导致昏厥,影响逃生。因此务必记住,逃生过程中,尽量避免吸入浓烟。

**无法期待获救时**

当无法期待获救时,绝对不要放弃求生的意愿,此时当力求镇静,利用现场之物品或地形地物,自求多福,设法逃生。

* **以床单或窗帘做成逃生绳 :**

利用房间内之床单或窗帘卷成绳条状,首尾互相打结衔接成逃生绳。将绳头绑在房间内之柱子或固定物上,绳尾抛出阳台或窗外,沿着逃生绳往下攀爬逃生。

* **沿屋外排水管逃生 :**

如屋外有排水管可供攀爬往下至安全楼层或地面,可利用屋外排水管逃生。

* **绝不可跳楼**

在火灾中,常会发生逃生无门,被迫跳楼的状况,非到万不得已,绝不可跳楼,因为跳楼非死即重伤,最好能静静待在房间内,设法防止火及烟的侵袭,等待消防人员的救援。

**备注**： 安全部分内容节选于 Planning for Emergencies : Three Steps to be Prepared by Missouri Department of Health And Senior Services.

**5.公共交通及私家车**

圣路易市是一座交通发达，公路建全的城市。计有：轻轨、火车、公交车、出租车和私家车。

**1.城市轻轨：** 可以从Arch-Laclede's Landing 上车，至Forest Park 转车至Lambert Airport(林柏机场）或至Shrewsbury。(见附图）

**2.火车 ：**圣路易市有开往芝加哥和堪莎斯的火车，每天一趟，在市区火车站。（Amtrak)

**3.城市公交车：**几乎在圣路易市的主要街道都有公交车行驶，方便乘客，票价合理并设有各种不同优惠。

（1）65岁以上老人。

（2）残疾人。

（3）拥有Medicare ID 的人士。

**4.申请减免费用机构：**

（1）Metro.

（2) St Clair County Transit District.

（3) Madison County Transit

**5.鼓励考取驾驶执照**

（1）学习安全驾车中文笔试题（圣路易华人电话黃页内有中文考试题）

（2）有笔试合格证即可练习路面行驶私家车。

（3）参加路面考试以取得驾驶执照。

（4）笔试和路面考试资料，亦可在圣路易华人服务中心索取或查看圣路易华人电话黃页。

**6.如何买私家车**

（1）买新车：只需有驾驶执照、保险证明文件，到车行挑选喜爱的车，付首期款项并签订贷款条列手续（也可以一次性付全额车款），把车开走，把车行做好的资料帶上，到政府领车牌的办公室交税、领车号，你就拥有自己的私家车。（新车Title 一星期能收到）

（2）在车行买二手车：首先弄清楚车的来历、状况。然后试开车，一切均感满意，开始交易。手续和买新车大致相同。

（3）向私人购买二手车：首先弄清楚车的来历、性能、安全程度等，试车满意后进行交易。谈好成交价、原车主必须有一星期内的车检安全证明、车的Title, 在Title 后面写上卖方的姓名和成交价钱（请注意弄清楚此车是否车主姓名还是从属银行或貸款公司、是否仍欠款）付款后把车开走，到政府领车牌处交税、转换Title、领新车编号，这车就是自己的。

（4）领取车牌的地址可向圣路易华人服务中心索取或翻看圣路易华人电话黄页。

**6.购房知识**

**购房流程**

**1 确定购房目的**

决定买房，首先要确定这套房子是用来自住还是投资？买房目的不同，挑选房产的标准也不同。如果是自住，需要慎重考察房产的现有状况，包括所处社区、周围环境、配套设施、学校教育等问题；如果是投资，更多考虑的是未来升值。尽量选择一个性价比高、投资成本小、未来发展前景良好并且便于出租的房产。

**2 选择房产经纪人**

买方和卖方经纪人的佣金都是由卖方支付的，所以对于不了解当地情况的买家来说，通过专业的经纪人进行交易更为放心一些。“由于美国的房源系统是共通的，经纪人可以在系统中查看所有房源信息，再加上美国对于房产经纪人有严格的法律约束，很少会出现欺诈的现象。”买家只需要通过专业机构找到一个交流无障碍、合眼缘的经纪人即可。

**3 锁定购买区域**

买房并不是离市中心越近越好，而是要看房产所在的社区情况。同一片区域也会有不同的社区，可能只有一条街的间隔，房价却相差几十万美元的情况。在购房前，不妨要求房产经纪人为你介绍社区的相关数据，如果有条件的话去社区走一走，能够更加直观地了解。

**4 签署购房合同**

经过一段时间的选房、看房之后，当你遇到心仪的房子，经纪人会根据房产状况和市场表现给出一个参考价。买家根据参考价和卖方报价确定一个初步的购买价。随后，经纪人会向卖方经纪人发出购房意向书（offer）。如果价格达成一致，则可以签署正式的购房合同。此时，买家需要支付房款的20% 作为首付款，这笔资金会存入第三方监管账户中（Title company 房产证管理部门）。

**5 房屋检查**

房屋的维修成本是持有美国房产的重要开支之一。如果购买二手房，在签订购房合同之后，一定要请专业的房屋检查机构进行全面检查，并且出具房屋检测报告。如果发现问题可以与卖家协商解决，要求卖家负责维修，或者降低房款等。如果发现特别严重的房屋问题，买家也可以选择取消房屋交易。

**6 产权过户调查**

在签署购房合同大约两周后，美国专业的产权过户机构会进行过户调查，主要调查卖方的产权是否清晰，确认没有问题之后会出具产权过户文件。因为有专业机构把关，在美国一般不会出现一房两卖、产权不清晰等情况。

**7 申请贷款**

买方向贷款机构提出贷款申请后，第三方评估机构会对房屋进行估价，如果估价低于房屋成交价格，买家可以与卖家协商降低房价或者直接取消合同。如果买家临时申请不到贷款，也可以要求取消合同。取消合同是否需要支付违约金，主要看买卖双方签订购房合同时的具体规定。

**9 购买房屋保险**

在美国购买房产的同时，一般都会购买房屋保险。如果是贷款买房，贷款机构会要求买方在过户之前购买房屋保险。除了基本的保险项目，在自然灾害频发的地区，还需要投保一份自然灾害险，例如美国南部地区要加保飓风险，加州要加保地震险等。

**10 产权过户**

在拿到产权过户文件后，买方会将尾款打到第三方监管账户中，之后进行产权过户。大概两周左右的时间，买方就可以拿到地契。地方政府的网站半年左右会更新一次，购房者登录当地购房网站输入姓名就可查询到自己名下的房产。

**11 注意事项**

确定搬家日期以后，不要忘记更改户主姓名

1.去邮局更改地址。

2 .联合电力公司： Tel： 314-342-1000

3．煤气公司： Tel： 314-621-6960

4．自来水公司（St. Louis County）Tel：1-866-430-0820

**7.教育**

## **美国的中小学、幼儿园、老年公寓和英语（ESL）培训机构**

**学校**

美国的学校按照其支持和附属的对象分为私立学校和公立学校。公立中学、小学和幼儿园都是采取就近入学的原则。美国的法律规定，任何居住在这个学区内的孩子，都享有免费教育的权利。在18岁上大学之前美国全部中小学实行义务教育，即零学费（私立学校除外）。私立学校由宗教组织和个人开设，收费较高，所就读的学校与居住的区域无关。优质私立学校每年学费约两三万美元。

那么如何选择学校和学区？一般学区内的高中成绩是衡量一个学区是否优秀的主要考核指标，同时还可以参考该学校的SAT/ACT的成绩，这些信息都可以通过互联网查到。

此外，学校的历史背景、家长的教育程度，学区是否有特色教育科目，学校的家长联合会的活跃程度，学生及家长的自豪感等等。这些指标也很主要。因为对于强调孩子综合能力的美国价值观而言，一个只会念书考高分而没有社会活动能力的学生往往不会被好大学录取。所以，选择学区时 ，中国家长应该是以分数以及综合指标来考察学校是否优秀。

SAT是Scholastic Aptitude Test，美国高中生的所谓高考，但能否读四年制大学并不取决于一个SAT分数。SAT由美国的College Board举办，在美国领土上每年举办七次，其它地方每年六次。考试用英语。分为阅读、数学、写作三项测试，每一项800分，总分2400分。

通过以下网站输入你所在的区就可以列出该区的学校以供选择：<http://www.greatschools.org>

**老年公寓**

美国的老年公寓按物业为老年人提供陪助、护理和医药服务类型与数量的不同可分为三类：

**自住型（Independent-living）**

老年公寓不为老年居住者提供任何与日常生活、药物服务有关的协助，只是提供一个环境优美、舒适的居住社区，包括所有的生活配套设施，甚至可以完全容纳一个高尔夫球场。

**陪助型（Assisted-living）**

老年公寓向居民提供与日常生活有关的各种服务，包括做饭、帮助洗澡、喂饭、洗衣、体检、喂药和其它个人生活方面的需求。

**特护型（acute-care）**

老年公寓除了上面两种类型所到的服务外，还提供全面的医疗服务，包括从传统的医护房间带特别为老年癌症患者提供治疗的房间。

各州以及每一个老年公寓的入住条件和标准各有不同。年龄、收入、有无私人住房和身份等是主要考虑的问题，一般情况下去老年公寓的办公室申请需要证明身份和收入/财产的资料就可以了。

**英语（ESL）培训机构**

ESL是English as a Second Language, 以英语为第二语言，是针对母语非英语的并把英语作为第二语言的语言学习者的专业英文课程。美国政府为新移民提供免费的英语学习。下面是免费英文班的分布及时间。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Location | Address | City | Days | Times | Registration | Class Info |
| Clayton High School | 1 Mark Twain Circle | Clayton, MO 63105 | T/W/Th | 6:00pm -  9:00 | T 6 pm | ESL (3 Levels)  Room 10 |
| Faith Baptist Church | 12061 Natural Bridge Road | Bridgeton, MO 63044 | M/T/W/TH | 9:00am- 12:00 | M 9 am | ESL (2 Levels) |
| Fern Ridge   High School  (Morning) | 13157     N. Olive Spur  Rd. | Creve Coeur 63141 | M/T/W/TH | 9:00am -  12:00pm | T 9 am or 1 pm | ESL (6 Levels) |
| Fern Ridge   High School  (Afternoon) | 13157     N. Olive  Spur Rd. | Creve Coeur 63141 | M/T/W/TH | 1:00pm-  4:00pm | T 9 am  or 1 pm | ESL (3 Levels) |
| Fern Ridge   High School  (Evening) | 13157     N. Olive  Spur Rd. | Creve Coeur 63141 | M/T/W/TH | 4:00pm-6:00pm | T 4 pm | Citizenship, English and Conversation |
| Fern Ridge  High School  (Night) | 13157    N. Olive Spur Rd. | Creve Coeur 63141 | M/T/W | 6:00pm-  9:00pm | T 9 am, 1 pm or 6 pm | ESL (4 Levels) |
| Manchester United Methodist Church | 129  WoodsMill Rd | Manchester, MO 63011 | M/T/W/TH | 9:00am - 12:00pm | W 9 am | ESL (4 Levels) |
| Manchester United Methodist Church | 129 WoodsMill Rd | Manchester, MO 63011 | M/T/W/TH | 12:30pm - 3:30pm | W 9 am | Citizenship,  English and Conversation  (2 Levels) |
| MERS Goodwill Lippmann Center ESL Class | 2545       S. Hanley Road | Brentwood 63144 | M/T/W/TH | 12:30pm - 3:30 | M 12:30pm | ESL (2 Levels) |

**附录**

1. **家庭支持部门（FSD）**

**St. Louis City**

|  |  |
| --- | --- |
| **Chouteau Midtown**  3101 Chouteau  St. Louis, MO 63103-2926  Phone: 314-256-7000/314-887-2400  Fax: 314-933-7035 | **Prince Hall Family**  4411 N Newstead Ave, Third Floor  St. Louis, MO 63115-2547  Phone: 314-877-2000  Income Maintenance: 314-877-2400  Fax: 314-877-2444 |

**St. Louis County**

|  |  |
| --- | --- |
| **Page Avenue Service Center**  9900 Page Avenue  St. Louis, MIO 63132  Phone: 314-493-6800/314-426-9600  Fax: 314-877-4162 | **Jennings Service Center**  850-1 Lucas & Hunt  St. Louis, MO 63136  Phone: 314-877-2470 Fax: 314-877-2471 |
| **North County Center**  4040 Seven Hills Drive  Florissant, MO 63033  Phone: 314-475-7880 Fax: 314-877-3227 | **South Lindbergh Service Center**  7545 S. Lindbergh Blvd, Suite 110  St. Louis, MO 63125  Phone: 314-416-2700 Fax: 314-416-2934 |

**圣路易社会安全局办事处**

717 N 16th Street, St. Louis, MO, 63103, Call: 1-800-772-1213 Fax: 1-800-325-0778;

5669 Delmar , St. Louis, MO, 63112, Phone: 1-800-772-1213 Fax: 1-800-325-0778;或使用 <https://secure.ssa.gov/apps6z/FOLO/fo001.jsp> ， 用邮政编码寻找离您最近的办事处。

**美国联邦贫困线(FPL), 2015**

|  |  |
| --- | --- |
| 家庭人数 | 联邦贫困线 |
| 1 | $ 11,770 |
| 2 | $ 15,930 |
| 3 | $ 20，090 |
| 每多一人，增加 | $ 5，080 |

**密苏里州健康网申请要求**

|  |  |
| --- | --- |
| 符合要求的类别 | 收入 |
| 儿童（低于 19 岁） | < 300% FPL（贫困线） |
| 父母 | < 19% FPL |
| 孕妇 | < 185% FPL |
| 残障人士 | < 85% FPL |
| 65 岁以上老人 | < 85% FPL |
| 失明人士 | < 100% FPL |
| 联邦医疗保险受益者 | < 100% FPL |

1. **妇女、婴儿和儿童营养补助（WIC）机构表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Agency** | **Address** | **City** | **Phone** | **Hours operation** |
| Grace Hill-St. Mary’s Health | 6420 Clayton Rd | St. Louis, MO 63117 | 314-814-8651 | 8:30-5:00 M,T,W,F For patients only |
| People’s Maplewood | 7200 Manchester | St Louis, MO 63143 | 314-781-6945 | 8:30-4:00 M,T,W,F  11:30-7:00 Th |
| People’s West Florissant Clinic | 11642 West  Florissant | Florissant, MO 63033 | 314-831-3517 | 8:30-5:30 M,T,Th,F  8:00am-8:30 pm W |
| Family Care Forest Park Southeast | 4352 Manchester Ave | St. Louis. MO 63110 | 314-531-5444 | 8:15-4:00 M-F; 8:15-11:45 1st Sat Call for appt |
| Familiy Care Health Center | 401 Holly Hills Ave | St. Louis, MO 63111 | 314-353-5190 | 8:15-4:00 M,W,Th,F8:15-6:30 T; 8:15-11:45 3rd Sat call |
| Grace Hill-Barnes Hospital | #1 Barnes Plaza | St. Louis, Mo 63110 | 314-814-8651 | 8:30-5:00 T,W,Th,F; 8:30-12:00 M |
| Grace Hill Compr Health Center | 5471 Dr. Martin Luther King Dr | St. Louis, MO 63112 | 314-367-5820 |  |
| Grace Hill Murphy-O’Fallon | 1717 Biddle St | St. Louis, MO 63106 | 314-814-8567 | 8:30-5:00 M,T,Th,F; 9:30-6:00 W |
| Grace Hill Soulard-Benton | 2220 Lemp Ave | St. Louis, MO 63104 | 314-814-8666 | 8:30-5:00 M,T,Th; 9:30-6:00 W; 9:00am-1:00 pm 1st & 3rd Saturday |
| Grace Hill Water Tower | 4414 Florissant Ave | St. Louis, MO 63107 | 314-898-1730 | 8:30-5:00 M.T,Th,F; 9:30-6:00 W |
| Grace Hill Florence Hill | 5541 Riverview Blvd | St. Louis, MO 63120 | 314-367-5820 | 8:30-5:00 T,W,Th,F; 9:30-6:00 M |
| Grace Hill South Health Center | 3930 So Broadway | St. Louis, MO 63118 | 314-898-1754 | 8:30-5:00 M,T,Th,F 9:30-6:00 W |
| People’s Health Centers, Inc | 5701 Delmar | St. Louis, MO 63112 | 314-361-5728 | 8:30-4:00 M,Th,F; 11:30-7:00 T; 1:30-4:00 W call for appt |