



生活手册

纽奥良华人浸信会编印

2015 年编制

目录

欢迎致辞	1
1 教会介绍	2
1.1 纽奥良华人浸信会	2
1.2 TULANE 团契	3
1.3 UNO 团契	3
1.4 活水团契	4
1.5 粤语团契	4
1.6 SLIDELL 团契	4
1.7 英文团契	5
1.8 祷告会	5
1.9 餐馆团契	5
2 新奥尔良城市介绍	6
2.1 气候条件	6
2.2 历史	7
2.3 地理	8
2.4 建筑	8
2.5 人口	9
2.6 文化	9
2.7 旅游	9
2.8 体育	9
2.8.1 NFL 的新奥尔良圣徒	9
2.8.2 NBA 的新奥尔良鹈鹕	10
3 新奥尔良城市生活	11
3.1 实用电话	11
3.2 住宿	13
3.2.1 校内:	13
3.2.2 校外	14
3.3 健康和医疗	15
3.3.1 健康保险	15

3.3.2	健康服务	16
3.4	安全须知:	19
3.4.1	治安介绍	19
3.4.2	安全须知	19
3.4.3	交通安全	19
3.4.4	旅行安全	20
3.4.5	特别提醒	20
3.5	移民身份	20
3.5.1	Maintaining Lawful Status.....	20
3.5.2	F-1 学生签证须知.....	20
3.5.3	J-1 访问学者签证须知.....	21
3.6	交通	22
3.6.1	驾照.....	22
3.6.2	选购车辆 (新车及二手车选购指南)	23
3.6.3	其他交通方式 (出租车公司电话, 公交乘坐 tips, 租车)	24
3.7	商店和服务 (包括名称, 地址, 电话, 网址和可能需要的 TIPS)	25
3.7.1	银行.....	25
3.7.2	购物.....	25
3.7.3	超市.....	27
3.7.4	药店.....	28
3.7.5	餐馆 (新奥尔良特色餐馆, 和中餐馆)	29
4	FQA ABOUT CHURCH.....	32

欢迎致辞

亲爱的朋友：

欢迎您来到没有新奥尔良烤翅的新奥尔良。独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。经过长久的准备，终于踏上梦想已久的旅程。心情激动的同时，也饱含着浓浓的离愁别绪。然而亲爱的朋友，我要告诉您，在万里之遥的美国，纽奥良华人浸信会将会是您在异乡的家，教会的兄弟姐妹将是您在美国的亲人。借着主耶稣基督的爱，我们将会帮助您尽快适应在美国的生活，以及在新奥尔良的工作与学习。

学生事工是纽奥良华人浸信会每年的一项重要工作。从接机，到帮助安家落户。我们希望借着这些工作将主的福音传播出去，让更多的朋友接受主耶稣基督的救赎，跟随主的道路。

本手册涵盖新奥尔良生活的方方面面，旨在帮助新朋友尽快适应新的生活，为新朋友尽可能提供其需要的信息。主耶稣基督借着纽奥良华人浸信会将会伴您度过在这里的每一天。

约 3:16-“神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。”

纽奥良华人浸信会

New Orleans Chinese Baptist Church (NOCBC)



1 教会介绍



1.1 纽奥良华人浸信会

在主的引导下，新奥尔良地区的广东和国语查经班在 1981 年 9 月通过龚仲康牧师（美南浸信会的国内传道部）联合成为一体。1982 年 6 月，纽奥良华人浸信会（NOCBC）成立。星期日的主日崇拜和其他教会的活动均在 Metairie 的纪念浸信会教会举办。1996 年 5 月教会开始兴建会堂。在路易斯安那州浸联会的使命建造者和全体会众的支持下，教堂于 1997 年 1 月开始正式使用。教会先后由郭秉忠牧师、老洪奔牧师和刘宏富牧师服侍。自 2016 年 9 月起，教会将由吴国华牧师担任主任牧师。

- 教会宗旨：
 1. 建立基督的身体，使信徒得到肢体的交通、供应和造就，一同侍奉神。
 2. 宣扬并持有圣经所其实的一切真理。
 3. 传扬主耶稣基督的福音，特别注重引导华人归主工作。
- 教会地址：3413 Continental Drive, Kenner, LA 70065,
- 崇拜：每周日 10:00-11:15，（普通话及粤语翻译）
- 中文主日学：11:30am-12:30pm（慕道班，粤语班，牧师查经班，恩典院查经班，受浸班，新约班，旧约班）
- 网址：<http://chinesebaptist.us> 或 <http://nocbc.org>

1.2 Tulane 团契



杜兰学生查经团契(Tulane Chinese Bible Study Fellowship)是 New Orleans Chinese Baptist Church(纽奥良华人浸信会)面对杜兰大学的中国学生和学者而举办的团契。我们每周星期五六点准时在 1100 Broadway St (Tulane 图书馆对面) 圣灵小教会聚会。成员主要来自中国大陆，职业包括医生，会计师，精算师，工程师，教授，以及律师等。平时通过电话和邮件联络。聚会时我们先一起享受可口的中国饭菜, 然后唱诗敬拜神，然后查经，彼此代祷，借着神的爱把大家紧紧地连系在一起。在这个大家庭里，我们彼此关怀、互相帮助，以生命影响生命，吸引周围更多的华人认识神。我们真心诚意地欢迎您和家人加入我们团契，让我们一起学习上帝的真理、彼此勉励、互相扶持、一同经历神的恩典、一同荣耀神、一同传扬神的福音。

- 时间：每周五 6:00 pm-8:30pm
- 地点：圣灵教堂 (Chapel of the Holy Spirit), 1100 Broad Way, New Orleans, LA 70118
- 联系人：史迪威 livingstoneshidiwei@gmail.com
杨东来 hongyang11@cox.net

1.3 UNO 团契

新奥尔良大学圣经查经班(UNO Bible Study Fellowship)是纽奥良华人浸信会(NOCBC)所属的一个学习圣经小组，查经班成立于1991年，我们的宗旨是传播福音信息，为当地的社区居民和学生提供力所能及的服务。参加查经班的人员主要包括路易斯安娜州立大学健康科学中心（新奥尔良）和新奥尔良大学的华人学生学者、

查经班周边的华人居民和教会基督徒同工。通常的聚会活动包括晚餐、唱圣诗、学习圣经和讨论分享。另外我们会在每年农历新年组织一次迎新春晚会，每年9月组织一次中秋暨迎新生晚会。每周的活动安排我们会以邮件提前通知大家，欢迎大家积极参加我们的查经活动。

- 时间：每周五 6:30pm-8:30pm
- 地点：Baptist Center, 2222 Lakeshore Dr., New Orleans, 70122
- 联系人：石弟兄 unocbsf@gmail.com

1.4 活水团契

- 时间：周六晚（每月两次）
- 地点：NOCBC
- 联系人：汪国顺 GWang@lsuhsc.edu

1.5 粤语团契

广东团契是教会最历史悠久的团契。于教会开创时成立，至今已有三十多年历史。主要对象为对粤语有兴趣的兄弟姐妹。目前成员大部分为成人家庭，当中有各行各业代表，包括专业人仕，餐饮业人仕及退休人仕。经常性聚会每月一次，地点多于教会，时间一般为周日下午五时三十分开始至八时三十分。每月聚会日期不定，于聚会前一周会公布。欢迎有兴趣用粤语交流兄弟姐妹参加。

- 时间：周日晚（每月一次）
- 地点：NOCBC
- 联系人：赵崇国 shung.chiu@gmail.com

1.6 Slidell 团契

- 时间：周五 7:00pm
- 地点：Grace Memorial Baptist Church, 58516 Pearl Acres Rd, Slidell, Louisiana
- 联系人：赵德华 zhaodehua@gmail.com

1.7 英文团契

The English fellowship at NOCBC is geared toward students and young adults ages 13-35. We meet on Wednesday nights to provide tutoring for Chinese-speaking high school students. Our weekly fellowship is on Friday nights at 7:00 PM at NOCBC. On Sundays we have Sunday school at 10:15 AM and English worship at 11:30 AM. The children's ministry at NOCBC is for children ages 3-12. Weekly fellowship for children is every Friday at 7:00 PM at NOCBC. Children's Sunday school and worship begins at 10:00 AM on Sundays.

- 联系人: Kim Lawler, nocbc.youth@gmail.com

1.8 祷告会

- 时间: 每周三 7:30pm
- 地点: NOCBC
- 联系人: 李懋平 David Lee, nocbc@cox.net

1.9 餐馆团契

- 时间: 每周二 10:30pm
- 地点: Imperial Garden Restaurant, 3331 Williams Blvd, Kenner, LA 70065
- 联系人: 余姊妹, (504) 443-5691

2 新奥尔良城市介绍



新奥尔良（New Orleans），它是美国路易斯安那州南部的一座海港城市，同时也是路易斯安那州最大的城市。行政上与奥尔良县同城。2013年，新奥尔良市的GDP超过1800亿美元，是该州经济最发达的城市。新奥尔良市区人口378,715（2013年），都会区人口1,240,977人（2013年）。

新奥尔良曾在2005年8月遭到五级飓风卡特里娜袭击，损失惨重。导致人口急剧下降，上世纪1997年到新世纪的2004年，新奥尔良的市区人口超过79万人，但随着2005年的飓风卡特里娜袭击，导致居民纷纷撤离新奥尔良，现如今该市的人口只有37万多，是美国继底特律之后，第二个市区人口出现大规模下降的大城市。

2.1 气候条件

新奥尔良属典型的副热带湿润气候，大体上终年暖和，雨热同季。冬季温和，微潮，时而偏向温暖，日最高气温低于或等于 10°C (50°F) 的平均日数10.4天，日最低气温低于或等于 0°C (32°F) 的平均日数8.0天；夏季炎热潮湿，日最高气温超过 30°C (86°F) 的日数年均有131天，超过 35°C (95°F) 的有12

天；日低温大于或等于 25 ° C (77 ° F) 的年均日数为 23 天。最冷月 (1 月) 均温 11.9 ° C (53.4 ° F) ， 年均降水量约 1,590 毫米 (62.5 英寸) ； 雪为罕见；1852 年以来，全市有 17 场可测量的雪， 最后一场可测量出现于 2009 年 12 月 4 日。

2.2 历史

新奥尔良是美国南方历史古城，建于 1718 年，为纪念奥尔良公爵菲利浦二世而命名，1762 年，法国将此城市转给西班牙，1800 年西班牙将路易斯安那交还法国，1803 年作为路易斯安那州购地的一部分并入美国。19 世纪初涌入欧洲各地冒险家到此经商创造财富，但这种繁荣的日子受到 1862 年南北战争的重大打击，港口的贸易地位直到 1880 年代才恢复到 1850 年代的水平。2005 年 8 月，五级飓风卡特里娜在新奥尔良造成了严重破坏。

新奥尔良的里程碑包括：

1814 年——在“1812 年战争” (War of 1812) 的最后一次战役中，英军被后来成为美国总统的安德鲁·杰克逊 (Andrew Jackson) 率领的美军在新奥尔良击败。

1838 年——举办首次“狂欢节”游行。

1840 年代——讲法语的非洲裔美国诗人和作家们创办了路易斯安那州第一份文学杂志《文库》 (L'Album Littéraire) 。

1862 年——联邦 (Union) 军队从南部邦联军手中夺取新奥尔良，使这座城市免遭许多其它美国南方城市经历的毁坏。

1901 年——堪称最著名的爵士乐演员路易斯·阿姆斯特朗 (Louis Armstrong) 在新奥尔良出生，他在市内贫困区长大的在那里发展出自己的才华。

1929 年——当地一家餐馆制作了一种为罢工者免费提供的三明治，即后来为人们熟知的穷小子三明治 (a po'boy) 。

1975 年——世界最大的固定球形结构“巨蛋体育馆” (Superdome) 在新奥尔良落成。

2.3 地理

新奥尔良位于 $29^{\circ} 57' 53'' \text{ N } 90^{\circ} 4' 14'' \text{ W}$ 的密西西比河岸边，大致在墨西哥湾上游的 169 千米处。根据美国人口调查局给出的数据，新奥尔良的城市面积为 907 平方千米，其中 51.55%，也就是 467.6 平方千米是陆地。新奥尔良地处密西西比三角洲，同时也毗邻庞恰特雷恩湖。新奥尔良接近河岸的部分是由许多起伏的丘陵组成的。

新奥尔良又称为水中之城，整个城市位于海平面以下十英尺左右，北面是庞恰特雷恩湖，南面密西西比河横穿过市，城中运河渠道众多，地形就如同一只碗，四围以高高的河堤保护起来。每年六月到十月的飓风季节，新奥尔良人都要密切关注飓风登陆的地点。一般飓风云团都是逆时针旋转，如果飓风登陆后风眼移动到庞恰特雷恩湖左边，风向把湖水向湖北方吹走，新奥尔良就安然无事；可如果在湖右边，那湖水就要倒灌进城一片汪洋了。

2.4 建筑



新奥尔良最有特色的建筑大多聚集在法国区（French Quarter）老城，但在西班牙统治时期，两场大火将原本的法式建筑化为灰烬，现存的建筑都是西班牙风格。

城市中最有特色的建筑便是墓地。新奥尔良的墓葬与美国其它地方全然不同，个个都是地上“悬棺”。原因是地表下面就是沼泽，多挖几尺坟墓就要倒灌，为了不将先人泡在水里，才产生了今天的墓地风格。

2.5 人口

新奥尔良人口以非洲黑人后裔为主，也是爵士乐的发源地，更是路易斯安那州第一大城市。在曾经是一个移民城市，除了欧洲的冒险家外，这城市还是当时还有奴隶制度的美国最主要输入黑人奴隶的城市。现时大部分人口皆为黑人奴隶的后裔。

2.6 文化

外来移民为新奥尔良引入丰富多变的文化，以爵士乐发源地和法国区克里奥(Creole)文化闻名，居住人口大多是黑人及欧裔人士为主，法国区克里奥人是早期法国殖民者后代，克里奥人保存祖先的语言与文化，新奥尔良也因此是美国最有异国情调的城市，每年嘉年华会庆典以及融合法式和西班牙式烹饪的海鲜佳肴吸引川流不息的观光客。

2.7 旅游

著名旅游景点包括：二战纪念馆，法国区、波本街，杰克逊广场，哈蕾斯赌场，花园区，城市公园，西西比河游船，沼泽地/湿地游船，橡树园农庄。卡特里娜飓风受灾区，庞查特伦湖，特色墓地游览，详情请参考：

http://www.tripadvisor.com/Attractions-g60864-Activities-New_Orleans_Louisiana.html

2.8 体育

2.8.1 NFL 的新奥尔良圣徒

新奥尔良圣徒（英语：New Orleans Saints）、另译新奥尔良圣人，是一支位于路易斯安那州的新奥尔良职业美式足球球队，他们为国家美式足球联会的南区其中一支球队。球队成立于1967年，但早期成绩并没有特别显著，球队在1987年第一次打进季后赛，直到2000年才在季后赛取得第一场胜利。在2006年，球队首次晋身国联冠军赛。球队在2006年球季成为首队在负多于13场或以上的球队在下一个

球队成功晋身国联冠军赛。在 2009 年球季的超级杯比赛上以 31-17 的比数，打败印第安纳波利斯小马队，并成功取得队史上首次的国家美式足球联盟(NFL)总冠军。

详情请参考：<http://www.nflchina.com/team/Saints>



2.8.2 NBA 的新奥尔良鹈鹕

新奥尔良鹈鹕队 (New Orleans Pelicans)，是一支属于美国的路易斯安那州新奥尔良为基地的职业男子篮球队，是美国男篮职业联赛 (NBA) 西部联盟西南赛区的一部分。

鹈鹕队原为新奥尔良黄蜂队。2002-03 赛季，夏洛特黄蜂队搬到新奥尔良，开启球队在新奥尔良的历史。自克里斯·保罗 (2005 年第一轮第四顺位选中)、大卫·韦斯特等球员的成长，球队成为西部联盟一支劲旅，但在季后赛中始终没有突破，随着其他球队补强、崛起，也逐渐落于下风。2013 年 1 月，新奥尔良黄蜂队正式召开新闻发布会，宣布球队改名为鹈鹕队。2014-15 赛季，球队以西部联盟第八再度杀进季后赛。现在鹈鹕队当家球星是安东尼·戴维斯 (网友戏称“浓眉哥”)。

更多信息请参考：<http://china.nba.com/pelicans/>



3 新奥尔良城市生活

3.1 实用电话

紧急救援电话：911

- Police Department (Non-emergency): (504) 821-2222,
<http://www.nola.gov/nopd/>
- FBI: (504) 816-3000, <https://www.fbi.gov/neworleans>
- Social Security Office: 800-772-1213,
<https://secure.ssa.gov/ICON/ic001.do#officeResults>
- Electricity (Entergy): 800-968-8243, <http://www.entergy-louisiana.com>
- Water: (504)-529-2837, <https://www.swbno.org>
- Sewer/Solid Waste Service: illegal dumping, collection issues – 311,
<http://www.nola.gov/sanitation/about-us/>
- Main Library: 504.596.2570, <http://www.neworleanspubliclibrary.org>
- Department of Motor Vehicle (DMV) :
<http://local.dmv.org/louisiana/jefferson-parish/new-orleans/dmv-office-locations.php>
- Cox Cable: http://www.cox.com/residential/support/contact-us.cox?camcode=escalation_res_product_phone_091412
- Marriage: Orleans Parish Marriage Office, 504-593-5100,
www.oph.dhh.state.la.us
- Birth/Death Certificates:
<http://www.sos.la.gov/HistoricalResources/ResearchHistoricalRecords/Pages/OnlinePublicVitalRecordsIndex.aspx>
- 中国驻休斯顿领事馆：713-520-1462, <http://houston.china-consulate.org/chn/>

美国		001	202-495-2266或 2216	202-6698024（非工 作时间）	202-686-9814	911
	旧金山	001	415-8525924(工作 时间)	415-2168525（非工 作时间）	415-8525920	911
	洛杉矶	001	213-807-8008 （工作时间）	213-798-3368 213-798-3471 （非工作时间）	213-807-8050	911
	纽约	001	212-244-9392（分 机1000或1100）		212-564-9387	911
	休斯敦	001	713-521-9215	713-302-8655（非工 作时间）	713-5210759	911
	芝加哥	001	312-805-9838	312-803-0103	312-803-0104	911

- 中国领事服务：

中国领事服务网：<http://cs.mfa.gov.cn>，

中国领事保护和协助指南：

http://cs.mfa.gov.cn/zggmzhw/lbsh/lbhc_660514/P020150430332905369480.pdf，

3.2 住宿

3.2.1 校内：

- Tulane：



- 本科生：电话咨询 504-865-5724,
<http://tulane.edu/studentaffairs/housing/>
- 研究生和访问学者：
 - Papillon Apartments ,
<http://tulane.edu/studentaffairs/housing/grad/papillon.cfm>
 - Deming Pavilion Student Housing ,
<http://tulane.edu/studentaffairs/housing/grad/deming.cfm>
- LSU Health New Orleans, (504) 568-6260,
<https://www.lsuhs.edu/administration/ae/housing.aspx>
- UNO: <http://www.uno.edu/housing/>

3.2.2 校外

租房主要考虑因素:

- (1) 地理位置和邻里环境.
- (2) 有孩子的要考虑学区和 Daycare.
- (3) 合理的房租,良好的服务和管理.
- (4) 房屋设备,冰箱,碗柜,灶具等.
- (5) 其它:犯罪率,Playground,停车位,宠物等.

校外房源搜寻方式:

- 1) 在 Craigslist 等同城网站上寻找
- 2) 在 orgsync 论坛 和微社区/qq 部落里寻找
- 3) 在 Facebook Page Classifieds 上寻找。
- 4) 找学长学姐帮忙介绍
- 5) 国际学生处(OISS)的 Weekly Digest 的邮件上面也会有一些寻找室友和出租房屋的信息

更多租房攻略请点击网址: <http://www.douban.com/group/topic/57807509/>

常用美国租房网站: <http://parents.tiandaoedu.com/ready/41000.html>

3.3 健康和医疗



3.3.1 健康保险

众所周知，美国的医疗市场发达，医疗水平世界一流，但如果没有合适的医疗保险，昂贵的医疗费用将使您对在美国看病望而却步，或者在发生重病急病时陷入财务困境。并且在学生入学时，大多数学校强制学生购买健康保险。您可以在学校为自己和家属购买此类保险。您也可以在校外的保险公司购买达到学校最低标准要求的医疗保险。

通常大学会要求学生在注册时缴纳保健费，就可以免费使用学校诊所的基本医疗服务。有些学校诊所会要求学生在使用部分医疗项目时付费，但一般收费比校外的普通诊所便宜许多。

当您结束学习参加工作实习（Optional Practical Training, OPT）后，有些学校允许毕业的学生继续参加学校的学生医疗保险计划（一年左右）。有些实习单位可能会向您提供医疗保险。如果您不能获得学校或实习单位的保险，则可以通过商业保险公司购买相关的医疗保险。

要挑选一份称心满意的医疗保险计划，是一件非常复杂的事。保险公司提供各种针对不同个人和家庭需要的医疗保险计划。虽然您有很多的选择，但该选哪种方案却让人伤透脑筋。

选择保险，最重要的是准确评估您和家庭的医疗需求，以及估算医疗保险的费用是否符合您个人的承受能力。

在美国，一般情况下，健康保险是不包含牙科、眼科等服务的，如果您有此类服务的需要，请事先购买相应的保险。

如何选择适合您的健康保险：<http://www.health-insurance-overseas.com/choose-health-insurance.html>

更多关于健康保险的信息，请点击网址：<http://www.health-insurance-overseas.com/health-insurance-united-states.html>

3.3.2 健康服务

在美国超过半数的医生拥有自己的私人诊所。这些诊所可能是综合性的、几位医生组成的家庭式的，也可能是专科诊所（如心脏、内分泌或妇产等专科诊所）。医生诊所通常提供基本的医疗服务，如常见病治疗，病程随访、家庭保健等。

美国人一般都有自己指定的基础保健医生（PCP - primary care physician），许多医疗保险公司也要求投保人指定一个保健医生。美国的基础保健医生大多有一到两个专业资格证书，最常见的是内科，儿科，家庭医学和妇科等。多数人选择内科医生（Internist）或家庭医生（Family Practitioner）做自己的保健医生。

当您身体不适时，首先去看自己的保健医生，通常是家庭医生。保健医生根据病情对症处理，检查，开药。如果您的保健医生不能处理，他会推荐您去相应的专科医生诊所。美国大学一般设有学生健康服务中心（University Health Services），为学生提供门诊、急诊，化验检查，健康咨询，心理辅导，疫苗注射等各项基础医疗服务。普通的常见病和外伤等都可以在这里解决。学校也提供各种免费的健康教育和心理疏导等服务。

美国的医生多数附属于一所或多个医院或医疗保险集团。如果医生觉得病人需要手术或住院治疗，他会将病人收治自己附属的医院进行住院治疗。

您看病时需要与医生预约就诊时间。看病后您可能需要先支付医疗费，然后去保险公司报销。所以一定要保存好收据。

如果您需要住院，最好先向您的保险公司确定您的住院费用是否可以报销。如果您购买的保险可以覆盖住院费用，入院后保险公司一般会直接支付相关的费用，您不用自己支付。

在美国，如果发生有生命危险的急诊，可以打急救电话 911 叫救护车。

一般到达急诊科后先由急诊分诊护士（Triage Nurse）按病情轻重分类，然后才由医生处理。

如果没有生命危险，可以自己去医院急诊中心。美国的急诊服务不是免费的，您需要带好自己的医疗保险证明，或者按照医院的要求支付押金。有保险的病人可能由保险公司支付相关费用。

如果不是十分必要紧急的情况，您最好不要去医院急诊中心看医生。因为看急诊的费用很高。而且保险公司会严格检查您的病情是否有必要使用医院急诊。如果不符合保险公司的要求，它们可以拒绝报销您的急诊费用。

美国的急诊医疗和活跃产程法案（Emergency Medical Treatment and Active Labor Act of 1986）规定医院必须对患有急症的病人进行救治，无论该病人是否有能力支付医疗费用或是否具有合法的身份。但是在医院确定病人是否属于“critical”可以获得急诊法保护时，一般是指有生命危险的情况（life-threatening situation）。如果医院认为病人不属于这种危急情况，也可能会拒收病人。

看病时您最好随身携带医疗保险卡。无论是去医生诊所看病，还是去医院看急诊住院，您首先要出示自己的医疗保险证明。没有保险证明，您必须自费支付医疗费用，尤其在住院时需要交纳数千美元定金才能获得入院许可。

美国的医疗机构一般不要求病人当场付款。您在看病后会收到他们寄来的帐单。如果是政府医疗保险（如 Medicare、Medicaid 等）的受益人，在看病后，病人只需要支付个人自费部分的医疗费，余额由医院直接向相关的政府机构索取。

看病买药后请务必将各种收据证明保存好，以便于向保险公司申请报销。

新奥尔良地区华人诊所和医生：

1. 尤诚， 家庭牙医，
2400 Veterans Blvd, Suite 210, Kenner
504-833-3200
Time: 8:00 am-5:00pm (M-Thur), 8:00am-2:00pm (F)
2. Family Medicine & Acupuncture, LLC, 郭伟， 家庭医生， 中西医
527 W. Esplanade Ave, #100, Kenner, LA 70065
504-464-4144, 504-889-3280
3. 陈慧颖， 家庭牙医，
5037 Veteran Blvd, Suite 1A, Metairie, LA 70006
504-931-7931, 504-887-2428 (English only)
4. 李益群， 儿科医生
318 Harrison Ave, New Orleans, LA 70124
504-667-6993
5. 林经锦， 儿科医生
4209 St. Claude Ave, New Orleans
504-944-0144

更多新奥尔良华人医生信息，请咨询史迪威弟兄，livingstoneshidiwei@gmail.com

3.4 安全须知:

3.4.1 治安介绍

反映美国城镇治安指数的 neighborhood scout 网站，评价治安状况，1 为最危险，100 为最安全。新奥尔良指数为 10，所以按照该网站的逻辑，新奥尔良比美国 90% 的城镇都要危险。具体看治安数据的话，新奥尔良在该网站上列出的每千人口年度谋杀案是 0.53 起，而全美平均是 0.05 起；抢劫案每年发案平均每一千人口约 2.94 起，而美国全国平均是 1.13 起。盗窃案数字 9.46，而全美 6.70。从这些数字来看，各种罪案明显高于全美均值，新奥尔良确实不是一个很安全的地方。

所以请您不要在凌晨单独外出，如必须外出，请结伴或联系出租车（出租车信息请参考后文）。另外 Tulane 为凌晨出入的学生提供 Safe ride，相关信息请参考网站：<http://tulane.edu/police/uptown/escorts.cfm>

3.4.2 安全须知

请妥善保管并备份您的重要身份证件，特别是护照、I-20/DS-2019、I-94 等，外出时尽量不要随身携带。另外，请妥善保管您的信用卡信息，以便将来在信用卡丢失时尽快的挂失和补办。

在外出时，请提高警觉，尽量不要到偏僻荒凉的地方。一旦发现形迹可疑或可能对您产生威胁的情况，请立刻报警（911）。外出时，请不用携带大量现金（携带 20-30 美金为宜）及贵重物品，并尽可能结伴而行。

当您在家时，请锁好房门。如遇到有人敲门，请先行确认来访者身份，再开门。

3.4.3 交通安全

当您乘车时，无论您坐在哪里，首先要做的就是系好安全带。不论您是在车内还是离开车，请您锁好车门，当您离开车时，尽量不要在车内留下贵重物品，特别是不要遗留您的包，犯罪分子可能敲碎车窗，盗取您的物品。

如果您没有私家车，我们建议您天黑之后乘坐出租车，您可向您就近的公共场所，如酒吧和餐馆，要出租车电话，或请求他们为您叫出租车。

3.4.4 旅行安全

我们建议您提前为旅行做好计划，如旅行的目的地，食宿，交通等。旅行时，请将您的贵重物品，名包名表，重要证件留在家中，可携带您护照复印件和或学生卡作为您的 ID。

3.4.5 特别提醒

如果您不幸遇到打劫或持械抢劫，请一定要保持冷静，不要激动犯罪分子，将双手放在犯罪分子看得到的地方，不要有任何突然的动作。尽量放慢语速，发音清楚，告诉他们您要做什么。一般的抢劫只为求现金，请不要在这时太过看重自己的财物，给他现金。事后及时报警。请记住钱只是一个数目，生命只有一次。

3.5 移民身份

请您及时到您所在学校的国际学生办公室进行注册，以便及时收到相关信息。如果您对您的签证有任何问题，请直接联系所在学校的国际学生办公室，他们会为您解答。

如果您还有其他问题，可咨询当地移民律师。

移民律师：

1. 杨东来，504-581-9322，829 Baronne St., New Orleans, LA 70113
2. 樊贵琴，800-883-3653，504-324-2280，www.fbvisa.com
3. 马克·希格斯，504-810-5671，1919 Veterans Memorial Blvd, Suite 302, Kenner, LA 70062

3.5.1 Maintaining Lawful Status

3.5.2 F-1 学生签证须知

1. I-20：这是重要的入境文件，也是在申请F-1学生签证时所需的材料之一。全名为“非移民学生合法身份证明”。
2. I-94：这是在入境美国时得到的一张注明入境时间的白色卡片，也是

证明您合法身份的重要文件之一。

3. 持有F-1签证的学生的合法身份取决于I-20和I-94的有效性，而不是护照上面的签证图章；只有这两样文件同时有效，才可保证身份的合法。
4. 护照上面的F-1签证图章（曾在美国大使馆申请得到的）只在入境美国时起作用；在此之后并无作用。如果签证过期，学生的合法身份不会受到影响，除非学生离开美国再次入境，则需要申请新的签证。
5. 学生可以在I-20表格第五项所标明的“Start Date”提前30天入境美国。
6. 学生必须在 I-20 表格第五项所标明的“End Date”之后的 60 天宽限期内离开美国；在这 60 天宽限期内，您可以在美国境内旅游，但是不可以工作或者注册课程。

3.5.3 J-1 访问学者签证须知

1. DS-2019： 这是重要的入境文件，全名为“交换访问者合法身份证明”。
2. I-94： 这是在进入美国边境是得到的一张注明入境时间的白色卡片，也是证明您合法身份的重要文件之一。
3. 持有J-1签证访问者的合法身份取决于DS-2019和I-94的有效性，而不是护照上面的签证图章。
4. 护照上面的J-1签证图章（曾在美国大使馆申请得到的）只在入境美国时起到作用；在此之后并无作用。
5. 访问者可以在DS-2019表格第三项所标明的“Start Date”提前30天入境美国。
6. 访问者必须在 DS-2019 表格第三项所标明的“End Date”之后 30 天宽限期内离开美国；在这 30 天宽限期内，访问者不可以工作或者注册课程。

3.6 交通

3.6.1 驾照

要获得路易斯安娜州的驾驶执照, 您必须满十六岁才能拿驾照, 满十五岁才能拿学驾照 (Learner's Permit). 先要在驾驶学校 (Driving School) 通过一个约6小时的程训练, 之后携带您的护照, I-94卡, 社会保险号, I-20/DS-2019, student ID, 以及缴学费的凭证到DMV通过一个笔试及视力测试, 便可获得Learner's Permit。通过路考 (Driving test)后便可获正式驾驶照, 。

如果您没有社会保险号, 需要带上护照、学生证、I-20、I-94和开学时在OISS拿到的在读证明信等文件, 到 Poydras St 上的 social security administration 开一份证明, 证明您现在无法申请到社会保险号。再到DMV申请驾照。

若您是从外州搬来 并且已有驾照的话, 您只需带老驾照去申请新驾照。

有关地址, 电话如下

- 当地机动车管理办公室:
 1. Veterans OMV, 100 Veterans Blvd. New Orleans, LA 70124, 504-483-1870
 2. Office of Motor Vehicles, 2150 Westbank Expressway, Harvey, LA 70058, 504-361-6222
 3. Office of Motor Vehicles, 419 Avenue A, Westwego, LA 70094, 504-896-1332
 4. Office of Motor Vehicles, 3002 Jean Lafittle Parkway, Chalmette, LA 70043, 504-278-6513
 5. Kenner Office of Motor Vehicles, 421 Williams Blvd, Kenner, LA 70062, 504-463-5783

更多信息请参考DMV网站, <http://www.dmv.org/la-louisiana/apply-license.php>,

或到国际学生办公室进行咨询。

- 有用的链接

1. Louisiana Office of Motor Vehicles website:: <http://omv.dps.state.la.us/>
2. The Louisiana Driver's Guide, offered at local OMV offices:
<http://dpsweb.dps.louisiana.gov/omvpubs.nsf>
3. Louisiana Office of Motor Vehicles Frequently Asked Questions:
<http://dpsweb.dps.louisiana.gov/omvfaqs.nsf/>

- 驾校

1. Victor Manning Safety Driving Institute
(504) 455-2103
1500 N Causeway Blvd Metairie, LA 70001
2. New Orleans Safe Driving School
(504) 821-5334
217 S Galvez St
New Orleans, LA 70119

3.6.2 选购车辆（新车及二手车选购指南）

1. 新车

请参考网站, http://www.moonbbs.com/thread-3040-1-1.html?sid=US_i_google-D_DC_-_P_139844_1141584220_no_refer

2. 二手车

请参考网站, <http://www.moonbbs.com/thread-3037-1-1.html>

几个有用的网址:www.kbb.com,可以对旧车进行估价。买旧车有几个网站:
www.edmunds.com 是一个买旧车的经典网站; www.autotrader.com 和
bbs.mit.edu 上有很多关于买车和学开车的技巧。

当您需要出售二手车时，请记住 (1) 要买主收据，写明具体交易时间，几分几秒;(2) 注销保险;(3) 一定别忘记拿掉 License Plate

3.6.3 其他交通方式（出租车公司电话，公交乘坐 tips，租车）

1. 出租车

除在街上招出租车外，还可致电出租公司叫车。

当地出租车公司：

- 1) United Cab: 504-522-9771
- 2) Checker Cab: 504-207-7777
- 3) White Fleet Cabs: 504-822-3800

更多资讯，请参考：

<http://www.neworleansonline.com/tools/transportation/gettingaround/cabs.html>

2. 公交车

乘坐公车只需要花费\$1.25,若您需要中途转车,则需要公车路线图或其它信息请d
登陆网站<http://www.norta.com/Maps-Schedules.aspx>

3. 租车

在美国旅行最自由的方式就是自驾车，美国发达的公路网可以带您走遍全美，
飞抵美国，机场提车，凭GPS畅游全美吧。如果您想租车可参考网址：

<http://www.aivxing.com/info-104-21331-0.html>。

如果您是Tulane的学生且未满25周岁，可打开网站

<https://tulane.edu/universityservices/erac.cfm>搜索discount code.

3.7 商店和服务（包括名称，地址，电话，网址和可能需要的 tips）

3.7.1 银行

如果您需要在银行开账户，需要准备好您的 photo ID（护照或驾驶执照）和 OISS 为您开具的 bank letter，或者社会保险号。新奥尔良的银行相当多，您可以选择离您工作或家里比较近的银行。

新奥尔良的银行有：

1. Chase (www.chase.com),
 - 5001 Prytania Street, (504) 552-5720
 - 2200 St. Charles Ave. (504) 613-1030
 - 2331 S. Carrollton Ave (504) 552-2570
 - Customer Service 1-800-336-6675

2. Capital One (www.capitalonebank.com) 🏦
 - 1100 S. Carrollton Ave. (504) 533-2440
 - 4401 St. Charles Ave. (504)533-5304
 - 2700 S. Claiborne Ave. Suite 100 (504) 533-3360
 - Customer Service: 1-800-655-2265

3. Whitney National Bank (www.whitneybank.com)
 - 1324 S. Carrollton Ave (504) 586-7390
 - 1320 St. Charles Ave. (504) 586-7171
 - Customer Service: 1-800-844-4450

3.7.2 购物

- Uptown

1. Oak & Maple Streets

Many small shops, specialty boutiques, restaurants & bars.

2. Riverbend Area

St. Charles Avenue at S. Carrollton. Rite Aid, Walgreen's, St. Charles Vision, specialty boutiques, restaurants & bars

3. Magazine Street

Small shops, second-hand stores, antique shops, coffee shops, art galleries, boutiques, restaurants & bars

4. Riverside Shopping Center at Tchoupitoulas & Jefferson Aves

Winn-Dixie Supermarket, Steinmart, Pier One Imports, TCBY Frozen Yogurt, Walgreens Drug Store, Kinko's Copy Center, PJ's Coffee, McAlister Deli

• **Downtown**

1. Canal Street

Shoe stores, small clothing stores, bookstores

2. Canal Place Shopping Center (Mall)

333 Canal Street. Saks Fifth Avenue, Brooks Brothers, Laura Ashley, Cinema, etc.

3. The Outlet Collection at Riverwalk

500 Port of New Orleans, New Orleans, LA 70130.

<http://www.riverwalkneworleans.com>

• **Jefferson Parish (Metairie and Kenner)**

1. Lakeside Shopping Center

3301 Veterans Memorial Blvd, Suite #1, Metairie, LA 70002,

Hours: M-Sat. 10 a.m.-9 p.m. Sun. 12 p.m. - 6p.m

<http://www.lakesideshopping.com>

2. Clearview Mall

Clearview Parkway at Veterans Memorial Blvd. in Metairie. Small shops and a Sears Department Store, AMC Theaters, Target, Bed, Bath & Beyond and restaurants. Hours: M-Sat. 10 a.m.-9 p.m. Sun. 12 p.m. - 6p.m.

3. Elmwood Shopping Center
1200 S Clearview Pkwy, New Orleans, LA 70123
Home Depot, AMC Movie Theater and many small stores.
4. Esplanade Mall
1401 W Esplanade Ave, Kenner, LA 70065
Hours: M-Sat. 10 a.m.-9 p.m. Sun. 12 p.m. -6 pm.

3.7.3 超市

- 当地超市
 1. Wal-Mart
 2. Whole Foods Market
 3. Winn-Dixie
 4. The Fresh Market
- 亚洲超市
 1. 金城发超市 (Near Whole Foods Metairie)
2712 N Arnoult Rd, Metairie, LA 70002
 2. 香港超市 Hong Kong Food Market
925 Behrman HWY, Suite 3, Gretna, LA 70056
<http://hongkongmarketnola.com>
 3. 坚江食品市场 Kien Giang Supermarket
1900 Layayette #10, Gretna, LA 70053
 4. Sal's Meat Market
1112 Stumpf Blvd
 5. Asia Gourmet Market
3239 Williams Blvd Kenner, LA 70065

纽奥良华人浸信会

6. Dong Khanh Market

3709 Westbank Expy Harvey, LA 70058

7. Oriental Market

3324 Transcontinental Dr , Metairie, LA 70006

• 其他超市

1. Central Grocery

923 Decatur St, New Orleans, LA 70116

2. International Market

3940 Barron St, Metairie, LA 70002

3. Alberto Latin Grocery (Latin American market)

8104 W Metairie Ave, Metairie, LA 70003

4. Union Supermarket (Latin American market)

2105 W Esplanade Ave #A, Kenner, LA 70065

5. Big Fisherman Seafood (website: bigfishermanseafood.com)

3301 Magazine St, New Orleans, LA 70115

6. Deanie's Seafood (website: deanies.com)

841 Iberville St, New Orleans, LA 70112

7. Jefferson Seafood Shack

2801 Jefferson Hwy, Jefferson, LA 70121

我们在这里只列出了部分超市的信息，如果想获取更多信息，请上网搜索。

3.7.4 药店

1. Walgreens

2. Rite Aid

3. CVS

4. Castellon

3.7.5 餐馆（新奥尔良特色餐馆，和中餐馆）

- 新奥尔良特色餐厅



新奥尔良号称是美国的美食之都，全市将近有 3000 家餐厅，汇集了世界各地的美食，除了有来自法国，西班牙，意大利，墨西哥，希腊，中东，日本，越南，中国外，我们更可以在新奥尔良品尝到独具特色的美国南方食物 Cajun 与 Creole。下面为您推荐 10 家美国本地人评价最高的餐厅，他们不仅食物美味，就餐环境优雅，服务也是超一流的。如果您想搜索更多的餐厅，可以登录 Yelp 和 Tripadvisor 进行搜索。或者花时间拜读一下艾小柯的美食攻略

(<http://www.tulane.edu/~tcssa/life/Food%20in%20NOLA.pdf>)

1. Acme Oyster House (Seafood)
724 Iberville St, New Orleans, LA 70130
(504) 522-5973
2. Mother's Restaurant (Cajun/Creole, American (New), Soul Food, Southern)
401 Poydras St, New Orleans, LA 70130
(504) 523-9656
3. Lüke (Seafood, Breakfast & Brunch, French)
333 St. Charles Ave, New Orleans, LA 70130
(504) 378-2840
4. Cochon (Cajun/Creole, Seafood)
930 Tchoupitoulas St, New Orleans, LA 70130

纽奥良华人浸信会

(504) 588-2123

5. Commander's Palace (Cajun/Creole)

1403 Washington Ave, New Orleans, LA 70130

(504) 899-8221

6. Coop's Place (Cajun/Creole)

1109 Decatur St, New Orleans, LA 70116

(504) 525-9053

7. Cochon Butcher (Sandwiches, Butcher)

930 Tchoupitoulas St, New Orleans, LA 70130

(504) 588-7675

8. Royal House (Cajun/Creole, Seafood, Sandwiches)

441 Royal St, New Orleans, LA 70130

(504) 528-2601

9. NOLA Restaurant (American (New), Cajun/Creole)

534 Saint Louis St, New Orleans, LA 70130

(504) 522-6652

10. Jacques-Imo's Café (Cajun/Creole)

8324 Oak St, New Orleans, LA 70118

(504) 861-0886

• 中餐

1. 港之味 – Little Chinatown (粵菜)

3800 Williams Blvd, Kenner, LA 70065

504-305-0580

2. 金龙- GOLDEN DRAGON, (川菜)

3009 Magazine St, New Orleans 70115

504-891-8280

3. 玫瑰园 -CHINA ROSE (川菜和南京菜)

3501 N. Arnoult Rd, Metairie, LA 70002

504-887-3295

4. 福临门- IMPERIAL GARDEN (粤菜)

3331 Williams Blvd, Kenner, LA 70065

504-443-5691

5. 龙王- DRAGON KING (美式中餐)

6221 S. Claiborne Ave, NO, LA 70125

504-865-0222

6. 熊猫王- PANDA KING (港式早茶)

925 Behrman Hwy, Suite 1, Gretna, LA 70056

504-433-0388

7. SOHO ASIAN CUISINE

601 Veterans Memorial Blvd, Metairie,

(504) 301-2266

8. 五福-FIVE HAPPINESS (美式中餐)

3605 S Carrollton Ave, New Orleans, LA 70118

(504) 482-3935

9. 好香- HOSHUN RESTAURANT

1601 St Charles Ave New Orleans,

(504) 302-9716

10. 兰香阁- China Orchid Restaurant

702-704 S Carrollton Ave, New Orleans, LA 70118

(504) 865-1428

FQA about church

也许教会对您是个陌生的地方，您新奇之余，不禁会有很多疑问，我们希望借着以下的问答形式，帮助您简要了解基督信仰。

1) 问:上帝真的存在吗?

答:凭着极为有限的感官,我们无法看、听、触知这位超越时空的真神.但透过自然界奇妙的万物和浩瀚无穹的宇宙,上帝向我们彰显出他全能,全知的属性.他也透过人的道德,良知向我们印证他就是善恶是非的立法者和审判者.

不单如此神更直接通过圣经将他自己启示给世人.神在古时就主动向以色列民启示,称自己为耶和华.两千年前又在耶稣基督里向万民显现.直到今天.圣灵仍住在每一位神儿女的心中.

从圣经上帝对自己的宣称,从他在历史上许多预言的准确应验,从信徒心灵与生活真实的改变我们清楚地认识并经历了这位圣父,圣子,圣灵三位一体的又真又活的神.

2) 问:历史上真有耶稣这个人吗?

答:是的.丰富的历史和考古证据都见证了圣经对耶稣的记载是准确无误的.他的生平也完全符合旧约对弥赛亚的预言.表明他就是上帝早已应许给人类的救主.全世界都以耶稣的诞生年为纪元,这说明了他在人类历史中独一无二的地位.耶稣是人,更是曾经取了肉身进入历史时空的神.

3) 问:圣经是怎样一部书?它为什么可以成为基督徒信仰的依据?

答:圣经是神的话.是宇宙,人类的创造者对人唯一全备无误的直接启示.圣经由四十多位作者在上帝的默示下分别写成.成书的时间相距一千六百年,但这六十六卷书却和谐一致,由同一个主题贯穿全书.使人认识耶稣基督借着祂赎罪的救恩与神和好.

问:您们所说的福音是什么? 答:福音就是神借耶稣基督对人类施行救赎的好消息.

起初神创造天地,并按他自己的形像造人,让人与祂有亲密的关系并管理世界.但是人类自从始祖亚当,夏娃犯罪背叛上帝以来,离神自立,自我高举的罪根一直盘

踞在每一个人的心中。『世人都犯了罪亏缺了神的荣耀』(罗马书 3:23).不管我们是否愿意承认,我们都是罪人,且靠自己不能摆脱罪的辖制。

按上帝公义的本性,『罪的工价乃是死』(罗马书 6:23).人人都有一死,死后且有审判.人的罪不但使世界充满痛苦,败坏,空虚和无奈,这有罪的生命 在末日审判时更要被废弃落入永死里面。

然而上帝爱我们,不愿我们灭亡,于是差了他的独生子耶稣道成肉身来 到世上,成为世人的代罪羔羊,背负我们的罪被钉死在十字架上,第三天复活.『神爱世人,甚至将他的独生子赐给他们,叫一切信他的不至灭亡,反得永生』(约翰福音 3:16).这就是福音。

4) 问:纽奥良华人浸信会是怎样的教会?

答:纽奥良华人浸信会是一间敬拜圣父、圣子、圣灵三位一体真神,坚信圣经无误的教会.教会成员来自大陆,台湾,香港和东南亚.教会以基督为首,弟兄姊妹彼此相爱,亲如一家.我们的宗旨是建立基督的身体,使信徒得到肢体的交通、供应和造就,一同侍奉神;宣扬并持有圣经所其实的一切真理;传扬主耶稣基督的福音,特别注重引导华人归主工作。

5) 问:您们在教会里做什么?

答:除每主日(周日)崇拜聚会外,我们有成人,儿童主日学系统查考圣经.还有从各地请的牧师进行中英文证道,帮助我们认识真理.此外我们还有很多团契或查经班分布在全市或弟兄姊妹家中,每周弟兄姊妹在一起分享,学习神的话。

生活中我们遵循圣经的教导,为神作见证.我们也因从神而来的爱相互 关怀帮助,彼此扶持.同时也以爱心对待周围的人。

6) 问:我现在忙着工作、学习、等一切安定下来再考虑信仰不好吗?

答:人应当先信神,然后才能看清自己生命的本质意义和方向,才能以正确的心态面对生活中的顺境逆境,才能不如浮萍一般随波逐流.何况人的一生总是忙忙碌碌,为生活、

为事业、为名利、为家庭、为儿女.....哪里会有安 定下来的一天?人只有相信了耶稣,才能得到真平安.

7) 问:认识神如此重要,那么我该怎样开始呢?

答:我们不愿意您盲目地拒绝,也同样不希望您草率地相信。毕竟从无神论的背景到信耶稣,这中间有个过程,您不妨先从周五的团契开始,只要您带着开放,寻求真理的态度,相信必有所得。此外教会有许多图书,音像资料也会对您有所帮助,如果您对圣经或信耶稣有疑问的话,也欢迎您与我们联系。

