

联邦医保系列 2024 - 合格的生活事件



联邦医保与合格的生活事件：把握时机，完善您的医疗保障

亲爱的长者朋友们，您是否曾经错过了联邦医保的初始注册期 (IEP)，或者在一般注册期 (GEP) 犹豫不决？也许您担心错过注册

将意味着永远失去获得全面医疗保障的机会。但是，请不要担心！今天，我们将与您分享一个重要的概念——合格的生活事件 (Qualifying Life Event, 简称 QLE)，它可能为您打开一扇重新获得联邦医保资格的大门。

1. 什么是合格的生活事件？

合格的生活事件是指在您的生活中发生的一些重大变化，这些变化可能使您有资格在正常注册期之外进行联邦医保注册。这些事件包括但不限于：

- o 退休或失去雇主提供的医疗保险
- o 搬到新的居住地
- o 结婚、离婚或丧偶

- o 获得绿卡或公民身份
- o 从监狱释放

2. 把握 QLE 带来的特殊注册期

一旦发生合格的生活事件，您就可能获得一个特殊注册期 (Special Enrollment Period, 简称 SEP)。在 SEP 期间，您可以注册联邦医保 Part A (住院保险) 和/或 Part B (门诊医疗保险)，而无需等待一般注册期或支付延迟注册罚金。SEP 的时间窗口因具体事件而异，通常为事件发生后的两到三个月。把握这一宝贵的机会至关重要，它可以确保您的医疗保障不会出现任何缺口。

3. QLE 如何影响您的联邦医保补充计划和优势计划选择？

合格的生活事件不仅为您提供了注册联邦医保的机会，还可能

赋予您无需接受医疗核保即可购买联邦医保补充计划的权利。这意味着，无论您的健康状况如何，保险公司都必须以最优惠的价格向您出售保单。此外，QLE 还可能使您有资格在正常年度选择期之外加入或更换联邦医保优势计划。这些额外的选择可以帮助您根据自己的具体需求和预算定制医疗保障。

4. 我们在这里为您提供帮助

面对复杂多变的联邦医保规则和选择，我们理解您可能会感到不知所措。这就是为什么我们的专业团队随时准备为您提供指导和帮助。无论您是对 QLE 的定义有疑问，还是需要帮助申请 SEP，我们都将全力以赴。我们的目标是确保您了解自己的权利，并利用每一个机会来优化您的医疗保障。请随时通过电话、电子邮件或预约

面谈与我们联系，我们将竭诚为您服务。

亲爱的朋友们，合格的生活事件可能是一个隐藏的机会，帮助您重新获得联邦医保资格并完善您的医疗保障。请不要让这个机会悄然流逝。我们衷心地邀请您与我们联系，让我们成为您通往安心和健康的向导。祝福您拥有一个充满爱、欢笑和无微不至呵护的美好人生！

特别提醒：符合条件的即将年满 65 岁的长者朋友们需要在 7 个月的初始报名注册期内申请加入联邦医保红蓝卡。我们团队为这些长者朋友们提供免费的咨询服务和申请帮助。祝您四季平安。电话：(301)832-2593

电邮：
chang@theintegrityinsurance.com
网站：
www.theintegrityinsurance.com

美国旅游签证可以停留多久？

快捷专业办理 10 年多次往返中国签证

专业、便捷、高效、安全



最近“美国旅游签证停留期是多久”这一话题比较热门，有人说停留期是 1-3 个月，还有人说是 6 个月即 180 天，那到底哪种说法正确呢？为什么会有不同的停留期呢？停留期是全部的停留期还是每次的停留期呢？

其实这几种说法都是正确的，使馆的官网曾明确给出每次出关的停留期是不可以超过 180 天的，一般情况下出国旅游都是短期签

证，海关也是会根据具体事宜给不同的停留期，所以有些人会给 30 天的停留期，也会有 90 天的停留期，只是待得时间太长，申请的太频繁下次再申请时候签证官会怀疑出国的目的，办理起来会比较麻烦。

如果申请者在美国停留时间不够用而还需继续停留，那就需要回国后再次入境了，但是如果时间间隔较短，频繁出入境可能会白海关误认为有问题。因此如果真的有特殊情况也是可以向移民局申

请延期的，只是移民局会多方面来衡量持证人申请延期的理由，也别抱太大希望。

每次入境美国签证官都会给停留时间，每次停留时间有可能不同。美国 10 年多次签证，即在 10 年内可以多次出行，而每次出行海关也会根据不同的情况给出相应的停留期。

美国旅游签证停留期为 1-6 个月，入境后最长可以停留 6 个月。但这一信息并不说明您能够在美国停留 6 个月这么久，具体停留时

间是在您通过入境口岸时由美国国土安全部官员决定的。

645-3656/240-886-5598 详询。

乐奥专业办理签证，周期更短、出证率高、一步申签成功

您有任何关于认证的问题可通过电话 240-

提供美国全领域中国签证代办服务，快速出签！
提供美国各领馆认证代办服务，可加急出件！

乐奥国际商务
专业办理中国 10 年签证

专业/便捷/高效/安全

240-645-3656/240-886-5598
http://visa.larozinc.com

代办中国签证及各类文件领馆认证
文件类型：出生证、无犯罪、结婚证、离婚证、死亡证、声明书、委托书、学历、成绩单、工作证明、公司文件等。

欢迎添加微信详询

蒙郡教委会候选人参加政见会，寻求华裔群体支持

作者：CAPA JRC 蒙郡华裔家长学生会记者俱乐部

5 月 14 日初选在即，蒙郡教委会候选人在托马斯·伍顿高中接受华裔家长提问，阐述竞选理念。

2024 年 5 月 14 号星期二是在马里兰州初选投票日。作为蒙郡公校系统的负责领导监督机构-教委会的竞选也在紧锣密鼓地进行中。子女教育与公校品质一直是华裔家长们最为关心的问题，对本地教育有着很高期待和要求。面对人口日益增加，社会参与度也不断提高的华裔群体，蒙郡教委会的各个候选人自然也十分重视。5 月 4 日晚上，在 Thomas Wotton 高中，教育委员会的七名候选人参加了由蒙郡华裔家长联合会、伍顿 PTSA、美京华人中心、Calvin Li 基金会和美中实验学校主办的参选政见论坛。社区人士热情高涨，逾百人百忙之中抽空出席。候选人就华裔家长和学生关心的问题做了回答，阐述他们的竞选理念，寻求得到华裔群体的支持。

大区的候选人 Lynne Harris、Rita Montoya，第二区的 Brenda Diaz、Ricky Fai Mui、Matalie Zimmerman，第四区的 Shebra Evans、Laura Stewart 等七位候选人参加了这次的政见会。蒙郡华裔家长联合会的联合创始人和前会长周定美主持了这场会议，并代表华裔家长向各个候选人提问。华裔家长们踊跃参与，他们认真地聆听候选人的竞选理念，并通过递纸条向候选人提问几十个问题。

伍顿高中的华裔学生比例很高。近年来，学校收到过多次的炸弹威胁，校舍及设施也较为陈旧。

关于学校的安全，以及一拖再拖的重建计划是华裔家长们颇为担忧的问题。候选人 Lynne Harris 是 2020 年当选的现任负责人，她在回答这个问题时说，董事会正专注于渐进式翻新项目，因为获得全面翻新的全部资金存在立法和财务障碍。但他们仍然在积极争取。现阶段要加强学校安全的投入，如安装摄像头，季度评估等措施，以确保学校在面临突发事件时能够有效应对。

候选人 Rita Montoya 说，作为一名妈妈，每天送孩子上学，她最关心的是孩子在学校是否安全。她认为这是教委必须确保的核心问题，最优先要解决的问题。我们需要重新审视现有的政策，需要吸引更多的伙伴和资源来实现升级，而不是等到问题出现时才去采取行动。这将是她当选后必须要做的事情。

候选人 Brenda Diaz 指出，过去 Poolsville 高中也遇到这样的问题，但现在已经得到解决。她了解到伍顿高中的运动馆、健身房、卫生间等设施有安全隐患，这些都是不应该出现的问题，需要当作首要任务立刻着手去处理。她会和学校去参观，和老师学生一起去了解情况，并进行切实的改善工作。

主持人周定美问到关于公校课程包容性和文化敏感性的问题。她说：“身份认同对每个孩子的福祉都非常重要。你计划如何确保学校课程包括亚裔美国人等少数族裔的历史和贡献？你是否同意这会影响到亚裔美国学生的心

理健康和身份发展？”候选人 Laura Stewart 说：她曾在 Annapolis 及全州推动了一个法案：回望我们的历史，让我们多元化社会的每个成员，包括亚裔美国人能在我们的历史中呈现。对我来说这是极其重要的，要让我们每一孩子在学习课程中了解到自己的来源和历史，这样会增加他们的归属感，同时也会有效地抵御校园霸凌的发生。

Shebra Evans 说她一直相信让每一个孩子在课程中找到自我，是我们多元化社会很重要的一个方面。作为董事会的成员，她曾推动在教材中增加身份认同的内容，但还是远远不够的。现在以及将来她们将不断地努力，尝试各种措施，增加投入，确保在学校系统中传承多元文化。

候选人 Matalie Zimmerman 是一位教师，她说，在教室里向同学们展示两样东西：一面镜子和一扇窗户。镜子是来看到自己，窗户是看到别人的经历，同理心可以更好地理解别人。她还指出，根据统计，目前在只有 2% 的教育工作者是亚裔美国人，1% 的行政人员是亚裔美国人。她鼓励更多的亚裔美国人参与到教育工作中来。

Ricky Fai Mui 是七位候选中唯一的华裔。他的中文名字叫梅瑞辉，来自华人移民家庭。2019 年一家四口从亚特兰大搬到蒙郡。他曾在海军军官学校任职，拥有工商管理硕士学位，目前在咨询公司从事高级咨询管理。他一直在研究不同文化在美国主流社会的现状，

致力推动文化之间的相互理解和包容。他说华裔来到美国，为美国社会做出了很大的贡献，但像中国农历新年、中秋节等对中国人意义重大的传统节日都没有得到重视。未来他将在提高蒙郡公校教学质量、杜绝校园毒品、暴力、保障学区安全等方面做出更大的努力。

两个半小时的政见会上，各位候选人还就就业项目没有提供足够水准的课程，校园霸凌，亚裔歧视及学生心理健康等华裔家长普遍关心的问题做出回答。

蒙郡华裔家长联合会负责人说，举办这场政见会，是希望用行动来让美国社会更多地了解华裔做出的贡献，了解华裔的诉求，发出自己的声音。透过这次与各位候选人的对话，让大家更多地了解他们的政见主张，让大家能更有信心的投票，投给最能代表我们华裔发声的候选人。希望有更多的人积极参与选举，投入到更多的社会活动中来。

注：蒙郡华裔家长联合会 (CAPA-MC) 是马里兰蒙郡一家非营利性 501c3 组织，主要由蒙郡的华裔移民家长组成。我们的目标是推广及促进华裔家长们 (很多为第一代移民) 参与社区和学校建设以及其他本地事务，作为我们学生和家长的代言人争取他们的权益；并与教育界各主要伙伴建立强有力的合作关系，成立联盟，关注及解决诸多具有挑战性的教育问题。

国际佛光会华府协会举办系列活动 洋溢佛光与善行

华府协会全力推广星云大师「人间佛教」理念，将于五月连续两日举办「云水浴佛」活动，欢庆佛陀圣诞，并以浴佛象征洗涤内心，净化身心灵，发扬佛陀慈悲济世的精神，散播欢乐到社会每一个角落。活动将于 DC 及马州盖城举行，诚挚邀请大众一同参与。

龙舟赛云水浴佛
日期：五月 18 日 (星期六)
地点：DC 波多马克龙舟赛场
时间：上午 9:00am 至下午 4:30pm
内容：浴佛祈福、彩灯龙制作、儿童彩绘、赠送素粽子

社区云水浴佛游园会
日期：五月 19 日 (星期日)
时间：上午 10:30am 至 12:00pm
地点：马州盖城 Kentlands 社区凉亭

(Outdoor Pavilion at Main Street in Kentlands, Gaithersburg 20878)

内容：浴佛祈福、祝愿、赠送结缘品及小蛋糕、自制彩虹龙、书法写龙、沙包游戏、美食义卖等活动。

此外，华府协会还将于五月 16 日举行《星云大师全集》捐赠仪式，将星云大师一生的著作集结赠送至美国国会图书馆，以表彰大师对佛教的卓越贡献。

最后，华府协会将于六月 24 日至 27 日举办三好儿童夏令营，培养小朋友做好事、说好话、存好心的「三好儿童」，同时加强对校园霸凌及毒品的认知与防范。有意报名或了解更多内容，请致电 240-243-6955 或发送邮件至 dc@blia.org。

这些活动旨在弘扬佛教慈悲精神，促进社会和谐与共赢，诚挚欢迎各界人士踊跃参与，共同感受佛光的温暖与善行的力量。