



# MSN 2023 E-BOOK

行前手册

UNIVERSITY OF VIRGINIA

Mainland Student Network 倾心奉献



# MSN 2023 EBOOK

---



总编辑：王彦文 钟舸通  
美术编辑：朱铭 钟舸通

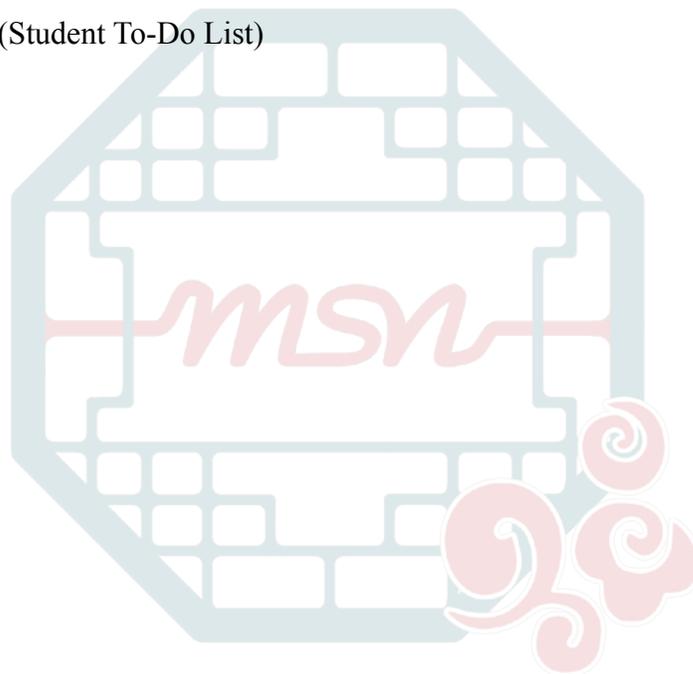


# MSN 2023 EBOOK

---

## 目录

I. MSN (Mainland Student Network)	5
II. 2018-2019 MSN Major Event Summary	11
III. 新生重要截止日期 (Student To-Do List)	12
IV. 签证	17
V. 行前体检	23
VI. 机票购买	29
VII. 缴纳学费	32
VIII. 赴美必带物品	36





## MSN 2023 EBOOK

---

### 亲爱的UVA 2023ers:

Congratulations! 欢迎你们加入 UVA 这个大家庭！作为学长学姐，我们由衷地为你们选择了这样一所优秀的大学而高兴，也相信 UVA 会因为你们的加入而变得更加精彩。在接下来的四年里，你们将在一个环境优美的城市——夏洛茨维尔，度过充满机遇与挑战的大学生活。或许在申请季初 UVA 并不是你的第一选择，但是选择她的你，将会在今后的生活中，从心底里觉得你适合 UVA 浓厚的人文气息与自由的学术气氛。在这里，你将会遇见一群对学术、生活充满热情，并且温暖而包容的人；不管是教授、职工、学姐学长，还是同届的同学，都会给予你最大的关心与帮助，他们或许会成为你的良师益友，甚至是共度一生的伴侣。在和煦的阳光下汲取知识，收获友谊，实现自己的理想抱负。在毕业时回忆往昔，你将会无比珍视在夏洛茨维尔这个美丽的小村庄发生的一切。我们也希望 MSN 能够成为陪伴你们一路过关斩将的伙伴。MSN 是一个积极为UVA本科生服务的学生组织。我们的目标之一就是帮助新生迅速适应UVA的生活，实现从高中到大学的顺利过渡。在此，MSN倾心为大家带来凝聚历届学长学姐心血的新生手册，查看完整版请登录MSN官网：<https://www.msnatuva.org/>。



# MSN 2023 EBOOK

## I. MSN (Mainland Student Network)



中国本科学生会 Mainland Student Network 由弗吉尼亚大学中国本科生建立，起初为 Admission Office 做电话面试，现致力于为中国本科学生群体服务。在各位成员的努力下，MSN 经过13年的不断成长，成为了 UVA 最具影响力的学生组织之一。为中国本科学生创造温馨的交流平台，帮助中国本科学生了解美国校园文化、融入美国大学生活是 MSN 最核心的使命。我们通过 Mentor Program, Family Program 和 Send-off 等各种活动，让中国本科学生从拿到录取通知书起，就感受到UVA对大家的重视，MSN 对各位的关怀，在崭新的环境中感受到融入感与归属感。不仅如此，我们还为各位创造了许多了解其他学校组织的机会，让大家从 MSN 出发，去结交来自世界各地的朋友，去探索精彩纷呈的美国大学生活。此外，MSN 通过 Dinner Series 等活动，邀请到了在校知名的教授以及学生领袖，在互动的过程中，帮助本科中国学生在拓展自己视野的同时明确自己的目标。同时，MSN 更有责任在校园中展示博大精深的中国文化，通过 Lantern Festival 等活动宣传中国美食文化与书法艺术，加深广大美国学生群体对中国文化的了解与感知。围绕着“Maintain heritage, Share happiness, Nurture friendship”的理念，MSN 在弗吉尼亚大学与中国；新生、在校生与毕业生；中华文化与美国校园文化之间搭建起了一座友谊之桥。



# MSN 2023 EBOOK

---

## MSN 开学活动一览

### 1. Mentor Program

每位报名参与 Mentor Program 的新生或转学生 (Mentee) 将在 MSN 的帮助下与一位在校生 (Mentor) 结成伙伴关系。与你们有过相同经历的 Mentor 们会把自己在 UVA 的经验毫无保留地传授给你们。Mentor 会给 Mentee 提供一对一的帮助: 选课指导, 宿舍选择, 以及专业和职业发展方向等。他们也可以和你们畅聊未来, 与你们探讨人生哲理。他们曾作为 Mentee 受到了自己 Mentor 的无私帮助, 是这个项目的受益人, 因此也愿将自己的收获与你们分享。我们希望他们的经验能帮助你们更好的度过大一, 以及让你们更明确自己的目标, 对未来的大学生活更有信心。报名请登录 MSN Mentor-Mentee Match 网站:

[match.msnatuva.org](http://match.msnatuva.org).

### 2. Family Program

Family Program 是 MSN 开展的欢迎新生, 带领新生熟悉大学生活的一项活动。每个 Family 由两个热爱生活、热爱学习的 Family Leader 带领, 将会是新生们在大一学年生活中温暖的依靠。每个 Family 会在开学期间带领大家参与各种学校的文化活动, 组织 Family Bonding。希望大家能在自己的 Family 中遇到志同道合的朋友, 找到家的感觉。



## MSN 2023 EBOOK

---

### 3. UVA Send-off Party

七月上旬，UVA China Club 和 MSN 将会在北京和上海分别举办两场 Send-off Party。届时会有 UVA 的校友以及在校学长学姐们参加。他们会为大家介绍学校的具体情况，并解答各种问题。新生们不仅可以通过这个机会更加了解 UVA，还可以和同届的同学们互动，结识更多朋友。我们也欢迎新生家长们的参与。届时，Send-off Party 具体的时间和地点将会在 MSN 微信公众号发布。

### 4. 选课微访谈

MSN 会在新生们开始选课之前邀请来自各个学院、不同专业的学长学姐们，通过微信群为大家解答关于选课的各种疑问。届时我们将在 MSN 的微信公众号中收集大家感兴趣的问题，在微访谈期间集中解答，微访谈之后我们也会整理、总结所有问答，以供大家随时查阅（详情请见《2023新生指南—学术篇》）。我们希望通过选课微访谈帮助各位新生作出更好的选课计划，为大家大学四年的规划提供有力支撑。



# MSN 2023 EBOOK

---

欢迎大家关注 MSN!

微信公众号: MainlandStudentNetwork

官网: [msnatuva.org](http://msnatuva.org)

Facebook: MSN at UVA

Instagram: msnatuva

家长报纸订阅链接: <http://eepurl.com/dsse5L>

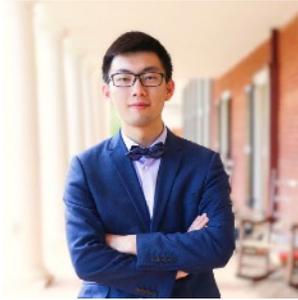


MSN 2019-2020



# MSN 2023 EBOOK

## Executive Board



Internal Vice President  
朱铭



President  
李雅茹



External Vice President  
汪赫

## Chairs



Treasurer  
付逸聪



Secretary  
刘静莹



Community Chair  
姜美侨



Mentor Program Chair  
钟舸通



Alumni Program Chair  
李昊翹



Operation Chair  
王彦文



Outreach Chair  
王靖雯



Publicity Chair  
刘阳禾



Publicity Chair  
石沁尔



Technology Chair  
李昊



Technology Chair  
孙宇辰



# MSN 2023 EBOOK

---

## MSN 2018-2019 Event Overview

1. Shanghai Send-off
2. Beijing Send-off
3. Classes Selection Interview
4. Mentor Program
5. Family Program
6. Hoos My Professor
7. MSN X Delphic Student Ride
8. UVA Rush
9. General Meeting
10. Skype Call with Alumni
11. Dinner Series
12. Night Market
13. Housing 101
14. Young Alumni Reunion
15. Skype Call with Alumni
16. If You Are the One
17. Trick or Treat on the Lawn
18. Hoo's Opportunities
19. Commerce Application Panel
20. Rotunda Gala
21. Business Club Panel
22. MSN X UPC Lantern Festival
23. MSN X Dreamcorps Werewolf
24. Cooking Contest
25. Research Panel
26. Graduation Dinner



# MSN 2023 EBOOK

## II. 2018-2019 MSN Major Event Summary



Graduation Dinner



MSN X Dreamcorps Werewolf



MSN X UPC Lantern Festival



Rotunda Gala



Trick or Treat on the Lawn



Cooking Contest



If You Are the One



Young Alumni Reunion



Beijing Send-off



## MSN 2023 EBOOK

---

### III. 新生重要截止日期 (Student To-Do List)

文/ 韩陆洋 郑元泱 编辑/王彦文 钟舸通

温馨提示：必须要在交过押金 72 小时之后才可以进行以下操作哦！

以下截止日期的信息来自于: <https://orientation.virginia.edu/student-to-do-list>

- 注册 **Summer Orientation**

**Deadline: 6.3**

Orientation 是新生了解 UVA 的一个环节，会有 Orientation Leader 带领参观校园，了解校园文化、活动、设施等等。对于国际学生而言，我们要注册的是 Session K, Aug 21-23, 今年秋季学期开始的时间是 Aug 27。

这里附上今年orientation 的流程表: <http://orientation.virginia.edu/student-schedules>

- 提交学生卡照片

**Deadline: 6.3**

All first year and transfer students are encouraged to submit photos online for your UVA ID card. 这个其实不是必须的，大家也可以选择不上传照片。但是如果不在这个 deadline 前上传照片，你将会在报道的第一天，在时差还未完全倒过来的一个或许阳光明媚的上午，拖着惺忪睡眼被拉去照相，结果往往...

- **Retrieve UID (University ID)**

**Deadline: 6.3**

大家的 UID 由九位数字构成。大家可以在<https://virginia.service-now.com/>

its?id=itsweb\_kb\_article&sys\_id=2f47ff87dbf6c744f032f1f51d961967查询自己的ID。查询会用到七位数的 SIS ID，这个 ID 可以从确认去UVA的邮件中找到。



## MSN 2023 EBOOK

---

- 选择宿舍

**Deadline: 6.1**

大一新生必须选择住在宿舍；转学生可选可不选。想知道哪个宿舍地理位置最好，哪个宿舍更为舒适？大家可以参考《2023新生指南 — 宿舍篇》。

- 注册 Meal Plan

**Deadline: 7.5**

大一新生必须要订购学校的Meal Plan；转学生可订可不订。在订Meal Plan时需要提供学生 ID，大家可参考前面 UID 的查询方式。

大一同学只能选择两种 Meal Plan ([https://virginia.campusdish.com/MealPlans/Category?cat=Students\\_Required\\_to\\_Buy\\_7039&lid=7039](https://virginia.campusdish.com/MealPlans/Category?cat=Students_Required_to_Buy_7039&lid=7039)): Ultimate Access 和 All Access 7。Ultimate Access 价格是 \$2,740, All Access 7 价格为 \$2,615。如果没有在截止日期前作出选择，会自动 assign All Access 7

- 完成新生信息（仅需文理学院学生填写）

**Deadline: 6.13**

表格在这个网站能够找到: <http://college.as.virginia.edu/student-information-form>

- 选择通识教育项目（仅需文理学院学生填写）

Available: 5.7

**Deadline: 6.14**

大家一共有三个选择，可以参考: <http://gened.as.virginia.edu/>.

MSN 在《2023新生指南 — 学术篇》中对于三个不同的通识教育有详尽的介绍，包括了三个选择的区别以及学长学姐们对于不同项目的感悟，希望能帮助大家更好的选择适合自己的项目！



# MSN 2023 EBOOK

---

- **Foreign Language Placement Exams**

Deadline: French, German, Persian, Spanish 在 orientation 开始前, Italian 在开学前与中国同学更密切相关的是中文的 Placement Test, 这个将在开学后统一在 Chinese Department 考试。考试内容很简单, 一定可以通过。文理学院的同学有第二外语的 Requirement, 想要学习其他语言的同学可以 enroll 自己感兴趣的语言的课程, 如果有一定基础, 可以参加相对应的 Placement Test, 在开学后, 上更高级别的课程; 没有基础的同学可以直接选择基础级别的课程; 如果不想学习另一门语言就一定要参加中文的 Placement Test 了, 考过之后可以免去外语的 requirement。

- **完成 Pre-Entrance Health Forms**

**Deadline: 8.1**

在这个网址可以下载 (<https://www.studenthealth.virginia.edu/pre-entrance-health-form>)

- **缴纳学费**

**Deadline: 8.21**

学费明细会在 7.22 前后公布。学校的财务网站为: <http://sfs.virginia.edu/billing>.

缴纳学费可参考本指南的第七部分: 缴纳学费。

- **完成 Authorization to Release Financial Information**

**Deadline: 7.1**

大家需要在7月1日之前向 Student Financial Services 提交这份表格。大家需要打印这份表格并让家长签名, 然后交这份纸质的表格。

- **Cavalier Outdoor Adventure Retreat (COAR)**

**Deadline:** 开放直到位置满额

这是一个通过户外活动结识其他大一新生的项目。

详情请参考: <http://recsports.virginia.edu/coar>



## MSN 2023 EBOOK

---

- **Project Serve**

可以在 <https://orientation.virginia.edu/project-serve> 了解 Project Serve，感兴趣的同学可以在8月30日下午 2:00 - 6:00 参加。

- **UVA Alerts**

**Deadline: 7.1**

在 [http://uvaemergency.virginia.edu/uva\\_alerts/](http://uvaemergency.virginia.edu/uva_alerts/) 注册后，大家以后将可以收到 UVA Emergency 的邮件。

- **UVA Profile**

**Deadline: 7.28**

在 <https://atuva.student.virginia.edu/> 上有所有学生组织的介绍和活动信息。大家可以通过这个网站查询自己感兴趣的组织，并且可以报名成为其中的一员。

- **Register with Student Disability Services (as needed)**

详情请参考网站: <http://studenthealth.virginia.edu/sdac>

- **Insurance Waiver**

Available: Early July

**Deadline: Mid-September**

<http://studenthealth.virginia.edu/hard-waiver-program> 大家可以选择注册学校的保险，或者选择通过购买其他公司的保险waive (免除掉学校保险)。如果大家不在截止日期前选择waive，大家的保险会自动变为学校的保险。学校的保险公司为Aetna，一年的费用是2830美金。学校保险的好处是可以在学校医院打疫苗，并且覆盖范围广，但是费用贵。MSN公众号之后也会做如何waive保险的推送。



## MSN 2023 EBOOK

---

其他重要截止日期:

- **Activate UVA Email Account**

**Deadline: June 1st**

请参考此网页中的指示进行激活:

<http://its.virginia.edu/accounts/studentaccounts.html>

UVA 的邮箱是以 gmail 为平台，可能国内上起来有些慢，希望大家耐心些哦!

- **Apply for I-20**

在交过押金后，请大家及时查看申请 I-20 的相关信息，提交申请 I-20 的相关材料。I-20 的申请没有固定的 Deadline，但由于 I-20 是申请 F1 签证必要的一部分，所以建议大家尽早申请，为办理签证留出充足时间。申请表格及相关信息可以在链接中查看：<http://issp.virginia.edu/form-i-20>。如果大家在申请 I-20 的过程中遇到了问题，请大家及时联系 International Studies Office 的负责人 Richard Tanson [rt5g@virginia.edu](mailto:rt5g@virginia.edu)。

- **Registration for UVA Express**

UVA Express 是 UVA 为各位新生提供的一项贴心服务，每年都会在华盛顿的 Dulles 机场 (IAD) 提供免费的接机服务。接机时间和 Orientation 无缝对接，到时会有在校生作为志愿者带你搬入宿舍，是一项不可多得的便利服务。今年的 UVA Express 时间暂定于8月21日，欢迎大家根据UVA Express的时间订购机票。注册链接：<https://uvaclubs.virginia.edu/2019/03/uvaexpress-2019-registration-form/>。



# MSN 2023 EBOOK

---

## IV. 签证

### 1. 签证准备

文/唐龙

#### Part 1: 美国留学签证材料清单

备注：虽然很多过来人的经验告诉我们，有些材料被用到的机会很少，但是有备无患，请大家尽量准备齐全。

#### - 使馆要求材料

1. 护照，护照末页要有本人签名(包括旧护照)
2. I-20表格
3. Admission Letter/Offer Letter
4. 签证表格(DS-160确认页)
5. TOEFL /SAT 成绩单
6. 中信银行签证费收据和SEVICE(I-901) 费收据
7. 准备一份封口的成绩单（最好有GPA）原件
8. 中学学位证书或毕业证书原件

#### - 个人材料

1. 个人简历
2. 留学目的的说明
3. 各种荣誉和奖励的证明
4. 其它大学的Offer Letter



## MSN 2023 EBOOK

5. 有帮助的照片(学术领域的、在学校活动的、以往有出国经历的、全家合影等等对签证有帮助的照片均可提供)

### - 资金证明

1. 存款证明
2. 父母职业和工资证明
3. 财产证明(存单、存折、房产证、有价证券等一切能证明经济能力)
4. 关系证明(户口本、签证等)

### Part 2: 美国签证新DS-160表格填写细则

#### - 填写前请阅读填写指南:

[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_768d228f0100xp9p.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_768d228f0100xp9p.html)

#### - 注意事项:

1. 在线填写地址为: <https://ceac.state.gov/genniv>
2. 如果自己还有什么特殊的情况, 可以打电话询问使馆。  
免费查询电话: 02138814611, 付费电话: 4008872333 (可以去中信银行买专门的电话卡, 也可以在网上购买。)
3. 准备工作: 在填写表格之前, 先去拍摄“美国签证照(规格51mm\*51mm)”(正方形)。注意! 不是“护照照片”。并且要取电子版(因为在线填写要求上传电子照片)。打印出来最起码2张相同的照片, 不管电子版在官网上是否上传成功, 在签证时都要带一张。照片要求: <http://www.ustraveldocs.com/cn/cn-niv-photoinfo.asp>



## MSN 2023 EBOOK

---

4. 表格不需要一次完成和当场打印：由于各种原因，要是表格不能一下子填完，记得保存。

- 具体事项：（以下只是作者觉得会出错的地方）

1. 在哪里签证？

如果方便，在自己家所属的签证处办理签证，如天津属北京签证处。因为要是将来续签，可以交给中信银行或者自己去原来的地方续签，这比重新签要方便许多。

2. 进入网页：<https://ceac.state.gov/genniv>

在右上角的Select Tooltip Language下拉框选择：中文（之后填写内容会有中文翻译显示）。

3. PERSONAL的填写

按照护照上的信息填写。GIVEN NAME如果是两个字的，记得用空格隔开（以下也是）。其中中文电码部分，可以不填。填写的话可以查询<http://apps.chasedream.com/chinese-commercialcode/>

4. ADDRESS的填写

在填写HOME ADDRESS时，要求填写你的常住地址，学校的同学可以填写学校的地址。MAILING ADDRESS会自动弹出，如果签证过后寄往的地址和现在的住址有所不同的话。（在签证馆外面的邮局，提供EMS快递服务，到那一问便知。）

5. ADDRESS (WHERE YOU WILL STAY IN USA):

这项内容填写学校的地址。UVA没有专门的central mailing address，所以已经选好宿舍或房子的同学可以填写住处地址，没有的可以填写学校admission office的地址: P.O. Box 400160, Charlottesville, VA 22904-4160.



## MSN 2023 EBOOK

---

### 6. Primary Occupation :

填写“**student**”，在下面的Briefly Describe your duties你可以写上：FULL-TIME STUDENT，表明自己去美国目的单纯。

### 7. EMPLOYED?

没有成为正式员工的都可以不写。

### 8. PASSPORT BOOK NUMBER:

在PASSPORT NUMBER后面，多了一项，PASSPORT BOOK NUMBER，经电话咨询后证实，中国公民该项都不是必须填写，可以填写或者选择NOT APPLY。

### 9. SEVIS ID:

这个是在I-20的右上角，在填写这张之前应该先交SEVIS FEE。钱怎么交，在学校发I-20的材料里有讲。SEVIS FEE交了以后，一定记得打印出来凭证，哪怕不是正式的。签证和进关的时候都会有要求。

### 10. YES /NO QUESTION:

填写YES/NO问题时，千万不能错，保险起见最好再看下自动翻译出来的中文，这个错了一个可能就会被拒签，并且会一直有记录，每次入境都会进小黑屋。

### 11. 网上有表格完成后，携带去签证的样本。

但是真实的情况可能和样本有出入：最后的文本可能没有任何中文字后或缺失部分英文。这时要确保条形码没有缺失！如果条形码没有问题，直接打印便可以了，缺失的中文按照样本上的文字，自己手写补齐！签证处建议用激光打印机打印，彩色最好



# MSN 2023 EBOOK

## - 其他可参考的资料:

学生签证: [http://www.ustraveldocs.com/cn\\_zh/cn-niv-typefandm.asp](http://www.ustraveldocs.com/cn_zh/cn-niv-typefandm.asp)

DS-160非移民签证电子系统常见问题:

<https://ceac.state.gov/genniv/Common/Instructions.aspx>

官网: <http://chinese.usembassy-china.org.cn>

## 2. 签证当天流程

文/李寄超 编辑/唐龙

材料准备齐全,就可以预约签证了,请注意你需要 DS-160 的确认码来预约签证。因此要先上传 DS-160。因为暑假是签证高峰期,因此提前预约很重要,一般建议提前一到两个月预约。预约完签证后,就可以按照预约的时间到大使馆面签了。提前半个小时到达比较理想,到达大使馆后最好把自己的手机以及个人物品交给大使馆外的家长或者朋友,大使馆内除了签证资料以外一概不允许带入的。一般面签的时间很短,不超过10分钟,但是排队的时间可能会达到2个小时。这点需做好心理准备。

进去后先是递交必须材料(护照,表格等),然后排队,按指纹,然后再一次排队等待面签,里面有工作人员协助指挥,所以请大家不用担心。

注意(如果在北京以外的地区签证可能遇到以下情况):进入面签的建筑之后,首先需在门口的附近找到可以查阅自己姓名的电子编码的小册子(一定要带自己的笔,里面没有笔,或者很难用,此步不得忽略,否则白排队了!)查到自己的姓名电子码后,写到姓名的下方。另外,当时我办理签证的时候,突然看到大家都开始在表格的右侧空白处写姓名、邮编以及地址、工作单位(学生可不填此项),但是之前我并不知道要写这一项,看大家都在写我也就写了,有备无患。大家在签证的时候要多多问问周围人,他们之中肯定有较有经验的。



## MSN 2023 EBOOK

---

面签时，不要紧张。一般签证官会问你的问题有：你为什么来美国学习？你准备什么专业？为什么？归国的打算？父母的职业？谁给你付四年的学费？等等一般如实回答就好。专业的话不是像导弹，核研究之类的敏感专业就没有问题。在回答归国打算的时候表示自己会并且有证据表明自己会回国就好了。也不必对着签证官事无巨细的一一详述，他们一般没有什么好耐性。签证通过的同学一般反映签证一点都不难，而且好多资料都没有用上。

签证通过后可以到大厅的柜台办理邮寄或者自取签证。交费后你就可以自由的享受剩余的暑假了！





## MSN 2023 EBOOK

---

### V. 行前体检

文/陈昊南 编辑/王彦文 钟舸通

UVA 需要注射的疫苗和体检项目:

必要疫苗:

Measles/Mumps/Rubella (麻疹 / 腮腺炎 / 风疹疫苗)

Meningococcal Disease (脑膜炎链球菌疫苗)

Tetanus/Diphtheria (破伤风白喉疫苗)

Tuberculosis Screening/PPD (结核菌皮试)

Hepatitis B (乙肝疫苗)

Information on your initial polio vaccine series (小儿麻痹症接种信息)

UVA Health Center 要求所有国际新生完成一次全身体检和必要疫苗的接种。在赴美之前,你需要在下述网站 (<https://www.studenthealth.virginia.edu/pre-entrance-health-form>) 下载并且打印健康表格,在下载时候请务必注意下载最新版(2019-2020秋季学期开学前,你需要将填完的Health Form并在8月1日之前交给Health Center来完成你的档案注册。晚于8月1日后需要交\$100的费用。

(表格截图见下页)



# MSN 2023 EBOOK

**Entire Form due August 1<sup>st</sup>, 2019 for Fall or January 31<sup>st</sup>, 2020 for Spring to avoid \$100 late fee.**

## Pre-Entrance Health Form: PART I

[TO BE COMPLETED BY INCOMING STUDENT OR PARENT/LEGAL GUARDIAN]

Student Name: \_\_\_\_\_  
Last First Middle

Date of Birth: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ University ID# \_\_\_\_\_ State or Country of Birth: \_\_\_\_\_

Address: \_\_\_\_\_  
Street City State Zip

Name of parent or Legal Guardian 1: \_\_\_\_\_ Phone \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_ Work or Cell \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_

Name of Parent or Legal Guardian 2: \_\_\_\_\_ Phone \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_ Work or Cell \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_

Emergency Contact: \_\_\_\_\_ Phone \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_ Work or Cell \_\_\_\_-\_\_\_\_-\_\_\_\_

### **Long Term Signature Agreement**

To be completed by the student or parent/legal guardian for minor. Signing this Long-Term Signature Agreement assures that relevant information can be sent to your insurance company if insurance claims are filed on your behalf.

*I hereby assign the benefits of my insurance policy to the University of Virginia Student Health Department and University of Virginia Health System, as appropriate. I understand that I am responsible for all charges that are not paid by that policy.*

Student/Parent Signature: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

### **Consent for the Treatment of Minors** (for students 17 years and younger)

To be completed by parents or legal guardians of students who will be under the age of 18 when arriving on Grounds.

*The University of Virginia Department of Student Health and Wellness has my permission to treat my minor child in the event of a medical emergency. The University of Virginia Department of Student Health and Wellness also has my permission to treat my child for routine medical care, including check-ups, immunizations, and/or treatment for minor injuries and illnesses.*

Student/Parent Signature: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

### **Alert: Insurance/Hard Waiver**

The University of Virginia requires all students who pay the comprehensive fee with their tuition to have health insurance that meets specific coverage requirements (i.e., comparable coverage). This is also known as the health insurance **hard waiver** program. Proof of insurance must be submitted online between July 15, 2019 and August 30, 2019 in order to meet this requirement at the following address: [www.uvastudentinsurance.com](http://www.uvastudentinsurance.com)

If proof of comparable coverage is not submitted (whether a student fails to submit any documentation or because a student's health plan is determined not to provide adequate comparable coverage), the student will be responsible for the full cost for single coverage under the University-endorsed Aetna Student Health Insurance plan.

For more information: <https://www.studenthealth.virginia.edu/hard-waiver>.



## MSN 2023 EBOOK

---

### 推荐疫苗:

Chickenpox (Varicella) (水痘)

Hepatitis A (甲肝)

HPV Vaccine (宫颈癌疫苗)

Neisseria meningitides (Meningitis) B vaccine (脑膜炎奈瑟球菌疫苗)

Influenza (Flu) (流感疫苗)

选择性旅行疫苗:

Japanese Encephalitis

Rabies (Pre-exposure and Post-exposure)

Typhoid

Yellow Fever

Malaria

Polio Booster

### Nursing school 特别要求:

Tetanus/Diphtheria/Pertussis Booster: Primary series (DTap, DTP, DT or Td) plus booster within the last 10 years of 9/1/2016. Must have received one adult dose of Tdap. Tdap may be given regardless of interval since last Td.

Rubella Antibody Titer: A rubella titer is required for medical and nursing students and must prove immunity. Please provide a copy of the report with the date and result of positive titer.

Varicella (chicken pox): Two doses of vaccine, at least 4 weeks apart, or serological confirmation of immunity. Attach copy of lab report. Varicella immunity(chickenpox) must be validated by a physician. If not, you must have had the vaccine as well as a varicella antibody blood titer test. The date and result must be documented.



## MSN 2023 EBOOK

---

Hepatitis B: Medical and nursing students must have documentation of a completed vaccination series and serologic confirmation of immunity. The Twinrix immunization series is an acceptable alternative to the vaccination series. Attach copy of quantitative lab report. If the titer is negative after the initial Hepatitis B series, repeat the series. If the titer is negative after the repeated series, contact the Nursing Supervisor at Elson Student Health Center for recommendations on re-vaccination.

Tuberculosis Testing: All medical and nursing students are required to complete tuberculosis testing. A chest x-ray alone will not satisfy this requirement.

如果没有特殊情况，打必要疫苗足以。每种疫苗都很贵，不必多花冤枉钱。但是如果是Nursing School的学生会比普通学生有更严格的接种要求，多了两个额外项目，因此一定要仔细阅读。

特殊情况：普通学生来，可以通过自己（满17岁）或家长签写同意书而避免接种Meningococcal Vaccine和Hepatitis B，waiver在表格第一页右侧，具体情况细节可以在UVA发出的体检表的第四页看到。不过，如果前台的工作人员向你询问：是否要打某种学校强烈推荐，但又不是硬性要求的疫苗，还是推荐大家打的，因为会出现来了学校后又让大家补充打（比如来了之后正好赶上某种疾病的流行）的情况，美国这边医疗收费会更贵而且耽误时间。

同时，某些疫苗中国可能无法接种或者需要接种多次，周期太长不够在国内接种完成，这时候不必担心，在UVA的Health Center都可以完成这些疫苗剩下的周期。点击Health Center 网站 (<https://www.studenthealth.virginia.edu>) 来预约Appointment，当天带上Heath Form去Health Center就可以了，医生将会从你的SIS Account上收费。如果有医疗保险，大多数疫苗都是免费的。记得一定要尽快完成这些操作，以免影响第二学期的选课。



## MSN 2023 EBOOK

### 体检过程

文/陈昊南 编辑/沈方欣 钟舸通

在拿到健康表格后，便可以联系当地国际旅游卫生保健中心来预约体检和疫苗了。小编推荐大家尽早预约，最好在赴美前一个月之前。因为越临近开学，体检的人也会越多，同时也会有部分疫苗需要第一次接种后过一个月接种第二针。同样的，接种也建议大家尽量早到，一般7:30左右体检中心便会有很多人在排队。你并不需要记住需要接种哪一些疫苗，只需要出示Health Form和疫苗接种本，前台医生会告诉你需要接种/补种的种类。

### 准备工作:

1. 至少一支黑色签字笔，和一个文件夹；最好找到自己最初的“小蓝/绿本”疫苗记录，很有用，可以避免重新打一遍已经打过的疫苗。
2. 空腹. 不要喝水， 因为要验血.
3. 学校的疫苗单. 17岁以下的需要家长签字，在第一页右侧。
4. 足够的现金或银联卡。(800元以上，一千元一下，体检本身收费约为575元/人，每个疫苗单独收费)
5. 穿宽松的衣服，打针心电图等需要挽袖子或撩上衣。
6. 如需办理加急，请向登记台工作人员出示4日内离境机票或行程单，可于体检当天下午15:30-16:00之间取证。要付加急费。
7. 带预约时登记的证件（身份证或者护照）
8. 要求4张两寸照片，可能不会全用到。注意后面写好名字

### 特别提醒:

女生请避免生理周期，否则有些项目/疫苗是无法进行的。因为要进行X光检查，不要佩带金属首饰，不建议穿连衣裙，长发最好扎起来。



## MSN 2023 EBOOK

---

### 体检心得:

见机行事，哪个检查人少先做哪个，或者按照路线顺序进行。

你将拿到你的签过字的学校注册单，血液报告，黄色疫苗本，红褐色国际旅行健康检查证明书。好好保存所有材料! 非常重要! 其次，接种后注意多休息，不要做剧烈运动。重申，若有发热等现象，随时检查。





## MSN 2023 EBOOK

### VI. 机票购买

文/朱铭 编辑/王彦文 钟舸通

留学生的生活总是从十几个小时的飞机开始的，所以定好机票可以算是一学期的开始。一般来说往返机票是比较实惠的，所以第一次来美国的同学们可以买单程，之后每次往返美国都建议购买往返机票。开学后，在选择机票时间时建议参考学校日历：<https://college.as.virginia.edu/calendar> 对于大一新生来说，有两种比较推荐的飞行路线。

方案一：

- 乘飞机到 Charlottesville 附近的小机场 (CHO)，中途需要在其他城市转机
- 打车约20分钟到学校。通常现场能直接打车，当然也可以选择现场用Uber订车。不过如果飞机比较晚（比如说凌晨）才能到达 CHO 机场的话，建议提前联系好当地认识的有车的人来接，以防临时打不到车。如果没有认识的人接机的话，不太建议购买深夜到 CHO 的机票。

优点：CHO离学校非常的近，比较方便单人前往学校，打车费用比较低

缺点：因为CHO是个小机场，遇到恶劣天气很容易取消行程，一旦航班被取消可能会影响之后的日程安排

方案二：

- 从你所在城市/就近城市飞到华盛顿 Dulles 机场 (IAD)
- 然后乘坐 UVA Express/Uber/火车抵达学校。

关于UVA Express：

UVA Express 是学校专门为大一新生以及转学生所准备的从 IAD 到学校的免费接机服务。也就是说，如果你在接机的时间内到达IAD机场，机场中将会有志愿者迎接大家，并把



## MSN 2023 EBOOK

---

大家送回宿舍或者当天住的旅店(根据飞机到达时间决定)。订 UVA Express 车票时需要填写你的航班信息。如果当天需要住旅店，你会收到学校的邮件，然后再去学校给的旅店网址链接预定房间。当然也有例外情况，如果你本来预定了旅店，但因为飞机提前到达而坐上了早一班 UVA Express，可以直接住进学校的宿舍。

今年 UVA Express 的时间是**8月21号** (具体信息请关注 <http://uvaclubs.virginia.edu/signature-initiatives/uvaexpress/>)。推荐大家选择在这个日期的前后到达，可以有充足的时间在 orientation 之前倒时差，收拾行李，准备日常用品，办理银行和手机账户等等。

如果乘坐的飞机在22号下午六点之后才能抵达 IAD，或者晚上8点半之后才能到达 CHO，考虑时间太晚，UVA Express 会把大家送到学校附近的旅店，第二天才能搬进宿舍。所以在考虑价格的同时，最好能够选择下午4、5点以前抵达 IAD 的飞机。这样即使飞机延误，也可以保证当天晚上能够住进宿舍！如果需要住旅店，最好和同一班飞机的同学约好一起平摊旅店房间费用。

下面是一些具体的关于订机票的小建议！

常用的廉价机票网站：

[www.studentuniverse.com](http://www.studentuniverse.com)

[www.priceline.com](http://www.priceline.com)

<http://www.cheaptickets.com/>

<http://www.kayak.com/>

日本过境签证：如果你选择坐全日空从上海到成田机场再到 IAD 的航班，那则需要在日本住一晚上，但价格相对便宜。虽说全日空会为旅客安排酒店，但因为成田机场不是24小时机场，想乘坐这班航班的同学要事先在中国办理过境签证，否则有被拒绝入境的可能。这里附上笔者之前写的一篇关于如何办理日本过境签证的文章：<http://blog.renren.com/blog/273437631/905739254>



## MSN 2023 EBOOK

---

加拿大过境签证：购买加拿大转机机票时，没有加拿大签证的同学要格外注意是否需要提前办理转机签证。根据加拿大方面的规定，中华人民共和国公民必须满足中国公民加拿大转机免签项目 (China Transit Program) 条件才能豁免签证。更多信息，请访问 <http://www.cic.gc.ca/english/visit/visas.asp>.





## MSN 2023 EBOOK

### VII. 缴纳学费

文/杰尼 编辑/王彦文 钟舸通

近几年 UVA 新推出了 UVAPay 这个支付选项，取代了原有的 QuickPay。使用 UVAPay 的方式和使用 QuickPay 是一样的。

首先大家需要登录 SIS 并前往 Student Center 页面，然后在 Financial Section 一栏选择 UVAPay。页面会自动跳转到你的账户总结。

Authorized Payers: 这个账户已经被自动设置好了。

如果没有的话，SFS会发另一封邮件知道你们进入 UVAPay 完成新的 authorized user 账户注册。

▼ **Finances**

**My Account**

[Account Inquiry](#)  
[UVAPay](#)  
[Sign Up for Direct Deposit](#)

**Financial Aid**

[View Financial Aid](#)  
[Accept/Decline Awards](#)

other financial... >>>

**i** You have no outstanding charges at this time.

点击 UVAPay 之后会弹出这样一个窗口，这就是大家在 UVA 的学费总结了。今年的学费会在七月中旬公布，到时候大家的账户里就会出现一笔账单。

点击“**Make Payment**”之后，在“**Payment Method**”里大家就可以设置用于付学费的银行账户了。



# MSN 2023 EBOOK

Account Summary   Account Activity   Payment Plans   **Make Payment**

(Your Name)

## What Would You Like to Pay?

**Payment Options**

Balance Due

**Payment Methods**

- Add New Credit/Debit Card  
will include 2.75% service fee
- Add New Bank Account  
no service fee
- International Payment/Wire Transfer  
via Flywire - external fees may apply

**Continue**

---

Account Summary   Account Activity   Payment Plans   **Make Payment**

(Your Name)

### Account Summary

Summer 2018 and prior

Account Balance	\$0.00
Less Anticipated Aid	\$0.00
Less Balance On Payment Plan	\$0.00
<b>Balance Due</b>	<b>\$0.00</b>

**Make Payment**   View Payment Plans

**Quick Links**

Setup Authorized Users   **Setup Now**

<b>Prior Terms</b> \$0.00 ✓	<b>Summer 2018</b> \$0.00 <b>See Details</b>	<b>Fall 2018</b> \$0.00 <a href="#">Want a payment plan?</a> See Details	<b>Spring 2019</b> \$0.00 <a href="#">Want a payment plan?</a> See Details
-----------------------------------	--	---	---

UVA 的合作伙伴 Flywire 让学生的国际付款变得更简单。Flywire 的付款体验全程中文，且提供多种付款方式：国内银行间人民币转账，网上银行，支付宝，银联，MasterCard 和VISA。



## MSN 2023 EBOOK

### Flywire还支持您:

- 在线操作、追踪、确认您的国际付款
- 到账速度快（通常两到三个工作日）
- 国际付款直接连接学生账户
- 节省银行费用，以及最优价格保证

### 缴纳方式

- 全天候邮件、在线聊天、电话客服支持
- 上传SAFE（国家外汇管理局）要求的文件

### 如何通过Flywire进行国际付款？

1. 通过SIS学生中心或者被授权付款人入口登录 **UVAPay**（需要成为被授权付款人）。
2. 从左边的菜单中选择“发起付款”。
3. 输入您的付款金额，从下拉菜单中选择“国际付款”点击“发起付款”。
4. 从“您要从哪个国家/地区付款？”的菜单中选择您的国家。
5. 选择您支付的货币以及希望使用的付款方式。
6. 输入信息以确保可以识别您的付款并更新您的学生账户。
7. 确认付款详情并接收关于如何完成付款的付款说明（取决于您选择的付款方式）。
8. 完成您的付款（如果您选择的付款方式是国内银行间人民币转账或网上银行的话，请发送您的资金到Flywire提供的银行账户）



## MSN 2023 EBOOK

---

9. 随时通过您的 UVAPay 账户追踪确认您的付款。您也可以通过短信和邮件获知付款进度。

全天候客户支持 邮箱: [support@flywire.com](mailto:support@flywire.com)

微信二维码获取中文客户支持:





# MSN 2023 EBOOK

## VIII. 赴美必带物品

文/陈昊南 编辑/沈方欣 钟舸通

### 1. 文件类

推荐带两个文件夹，一个随身带，用来存放护照等需要检查的文件，记得带一支签字笔用来签署表格等文件；另外一个可以放在箱子中存放其他文件。推荐携带一些现金，在大多数情况用信用卡/储蓄卡较为方便，对于信用卡/储蓄卡办理在后续有详细介绍。

1. 护照、I-20(最重要的文件) \*
2. 健康本和疫苗本
3. 录取通知书
4. 体检后的 Health Form（需要在 Deadline 前上交）
5. 国内的成绩单/毕业证
6. 驾照（如果有的话）
7. 现金推荐携带\$2000-5000左右
8. 身份证\* (Optional)
9. 学历证明
10. 证件照（以防万一，在UVA拍心仪的证件照不是那么容易）

### 2. 电子设备类

在美国，电子设备都是上下课必需的，在 UVA Bookstore 有专卖和修理电器的地方，但是推荐从中国带必要的设备，以节省宝贵的时间。



## MSN 2023 EBOOK

---

1. 耳机（推荐多带因为容易丢）
2. 笔记本电脑
3. 充电线（推荐多带因为容易丢）
4. USB/移动硬盘（有USB在图书馆打印会较为方便）
5. 计算器（数学课，统计课必带）
6. 充电宝
7. 转换插头（大多数情况不需要，但是推荐带两头转三头的转换器以防万一）
9. 照相机/单反 (Optional)
10. iPad/平板电脑 (Optional)

### 3. 生活起居类

1. 眼罩（飞机图书馆睡觉必备）
2. U形枕头（飞机上睡觉推荐）
3. 小瓶洗漱物品（比如牙膏牙刷洗面奶等）
4. 军刀/剪刀
5. 指甲钳
6. 眼镜/隐形眼镜
7. 墨镜 (Optional)
8. 雨伞/折叠伞
9. 剃须刀 (Optional)
10. 针线包 (Optional)
11. 拖鞋（在飞往美国的飞机上推荐穿舒适的拖鞋）
12. 保温壶（如果你喜欢喝热水）
13. 干电池 (Optional)



## MSN 2023 EBOOK

14. 给美国的朋友或者室友带中国特色小礼物是不错的选择，不需要特别贵重，只需要传达一种友好的交朋友的态度即可
15. 国内手机卡，有条件可以带第二个备用手机
16. 全家福，朋友的照片(贴寝室) (Optional)
17. 浴帽 (Optional)
18. 头绳/发卡 (Optional)
19. 卫生巾 (Optional)
20. (毛衣/羊绒) 去球器 (Optional)
21. 被子，床单等床上用品（推荐最多带一个毯子）如果时间充足推荐在美国购买

### 4. 食品类

UVA 的食堂虽然也不是很难吃，但是吃多了不免想念中国的山珍海味。考虑到对中国美食的殷切思念，小编推荐带一些在美国难买的食物，例如茶叶，红枣，芝麻糊（养生），方便面，调味酱，火锅底料等。因为海关检查的原因，肉类是不允许入关的，因此猪肉脯，牛肉干等并不推荐携带。喜欢水果的同学也需注意，水果或是水果干也是不允许入境的。值得一提的是，在美国的亚米网邮寄和夏村的中国超市可以买到很多中国美食，亚米网邮寄到夏村大约一周，东方店超市大约15分钟车程，因此虽然夏村地广人稀，同学并不用特别担心零食的问题，来夏村的时候也不用带过多的吃的。

### 5. 衣物类

出国要带的衣物因人而异，主要看你的消费观念和穿衣风格。如果你对穿着比较随意，那么恭喜你，你将很好地融入 UVA 的学术氛围；如果你处于时尚的前沿，那么也恭喜你，美国发达的网购系统会让你前所未有。行李箱的空间是有限的，为了帮助大家更好地选择想带的衣物，我想先介绍下 Charlottesville 的气候。



## MSN 2023 EBOOK

总体来说 Charlottesville 四季分明，春秋时间较长，一年多数时候的温度都在 15-25 摄氏度之间，喜爱室外运动的伙伴们，你们有福啦。假期准备回国的话，主要带春秋的衣物即可，因为最寒冷和最炎热的时间都在假期中。

**正装:** 1 套西服，1 双正装鞋加 2 条领带/领结就够了（对于女生合身正装裙 1~2 条）。如果要求较高，想定做的，请在国内定做，美国太贵了；如果想买一线品牌的，可到美国买，会便宜很多。燕尾服没有必要买，即使万一真的要，可以去租。

**春/秋:** 这两季相似，温度变化较大。初春偶有 10 度以下，11 月份也常有 20 多度，美国人仗着不怕冷、春暖夏凉，一般都是短袖短裤。我们还是最好备些长袖的衣物。1-2 件衫和牛仔裤(强烈建议从国内带，在美国买裤子心很累)。外加喜欢的格子衬衫、V-neck、卡其裤、帽衫、外套，春秋就没有任何问题了。

**夏:** 人字拖、短袖、短裤、鸭舌帽是校园内最常见的穿着。夏天相对比较炎热，可能最高会有 35 摄氏度左右，到学校后如果参与活动较多，各种组织和活动都会发免费的 T-Shirt 哦!

**冬:** Charlottesville 的雪很美，雪化的时候，最冷的时候可能有大约零下十度。一定要从国内带件保暖的羽绒服，御寒必备。室内的空调很强，进门换短袖都可以。

### 6. 文具类

不需带很多文具，UVA Bookstore 什么都有，但是明显要比国内贵很多。铅笔和橡皮是必需的，因为很多情况下需要用答题卡答题。不推荐从国内带很多笔记本或者文件夹，因为会给自己的行李增加很多重量，并且在 UVA 的 Bookstore 能够买到很多质量不错，功能很全的笔记本和文件夹。需注意，某一些课会需要特定大小的笔记本/答题本，不过这些本子都可以在 Bookstore 买到。



## MSN 2023 EBOOK

### 7. 医药类

请尽量带自己平日里熟悉药性的药品！一些家长可能会给孩子带很多药，但是同学们要清楚知道这些药要怎么吃，什么情况下吃。收拾行李的时候最好列一张清单，写清楚药品及食用方式。大多时候，小伤风我们还是习惯自己吃药。因此，需要带一些感冒发烧的药。一般来美国之后的第 1-2 个月是生病的高危时段。可带感冒冲剂，双黄连胶囊(别带口服液了，带冲剂或者胶囊吧)，消炎药等。肠胃不好的同学，请带好肠胃药，而且美国这边习惯喝冷饮，开始也许会很不适应。建议带些抗过敏药和止痛片。可以带一些创可贴，女生可以在鞋不舒服的时候使用。

另外，女生也建议带生理期间需要的物品（红糖姜茶、热水袋等），抗生素等。花露水不用多带，美国这边蚊子不多。各种各样的保健品这边也都有，可以在开学之初买一些，放假时可以备一些回去给家人当礼物。其他的药就要因人而异了，学校的 Health Center 还是很给力的，如果身边没有合适的药，需及时到 Health Center 看病，医生会推荐药物，而且往往药效都很快，所以大家不用担心。

### 8. 不需要带的：

1. 锅碗瓢盆，菜刀菜板
2. 吹风机、台灯，衣架等寝室电子用品（推荐在美国购买）
4. 水果、蔬菜、种子、水果罐头、肉制品等，在海关有可能会被关小黑屋。