

探索中国之旅



象鼻山，桂林市，广西
(由 Brittany. C 提供)

与 GPT 共庆亚洲文化



第7页

Glenwood小学文化之夜



第9页

亚裔美国人的慷慨之心



第10页

中国旅行小贴士

由 Brittany. C 撰写

自2017年以来，我多次前往中国旅行，并在2019年至2021年间在中国生活和工作了两年。2024年4月，我再次回到中国度假，发现许多事情已经发生了变化。如果你还不了解，目前中国正面临可能的经济停滞。中国政府正在采取各种措施来刺激外商直接投资和促进入境旅游。换句话说，现在前往中国旅行、生活和工作变得更加容易了。

让我们开始了解你需要知道的内容吧！

支付方式

在中国，数字支付和移动钱包是主流！尽管中国商家依法必须接受现金，但许多商家手头几乎没有现金。这可能会让人感到沮丧。

国际信用卡：像上海和北京这样的主要城市接受信用卡，例如Visa、Mastercard和银联卡。

微信支付：然而，最好的方式是像中国本地人一样。在你进入中国之前，下载微信应用程序。不过，要激活微信的支付功能，你可能需要找已经有微信账号的人帮你进行验证，这主要是为了防止欺诈、保护青少年安全和健康等。

支付宝：除了微信钱包，你还可以使用支付宝。你可以通过手机号码进行验证。支付宝应用中有许多小程序，搜索“TourCard”并按照说明操作。请注意，每三个月你最多可以充值**10,000**元人民币，这对于旅游费用来说已经足够了。你可以将从上海银行获得的借记卡链接到你的微信或支付宝账户。

数字人民币 (e-CNY)：这是中央银行在**2019**年发行的一种数字货币，虽然我对它不太熟悉，但我去过的大部分地方，甚至是偏远的小镇，都接受数字人民币。



九寨沟，阿坝藏族羌族自治州，四川
(由 Brittany. C 提供)

SIM卡

这很简单。只需前往机场的服务台，告诉他们你想购买一张SIM卡。或者，你可以通过各种e-sim网站获取e-sim卡。记得在旅行前购买！

出行指南

地图：下载一个叫高德地图 (Amap) 的应用程序。它比百度地图更准确，直接连接到中国的北斗导航卫星系统。

出租车：我并不想抹黑中国，但有时出租车司机可能会耍小聪明，选择更长的路线。那么如何解决这个问题呢？在高德地图上设置你的目的地，然后告诉司机按照路线行驶。



乐山大佛，乐山市，四川
(由 Brittany. C 提供)



峨眉山金顶，峨眉山市，四川
(由 Brittany. C 提供)

滴滴出行：虽然有许多其他打车应用程序，但我用滴滴，因为它很方便。你不需要下载额外的应用程序，只需打开微信，点击“服务”，然后寻找“打车服务”。瞧，这就是滴滴小程序。输入你的目的地地址，确保定位设置在你要上车的地方，然后等待你的车来接你。不要用微信或其他方式支付给司机。如果司机拒绝通过滴滴发账单，告诉司机先通过滴滴支付，滴滴会进行报销。直接走开，否则你会支付给司机但滴滴无法记录这笔交易。然后提交报告。滴滴对其司机非常严格，对于违规行为有严厉的处罚措施。

地铁：地铁非常方便，但可能会很拥挤。每个城市的情况不同，有些城市允许你购买单程票，所以确保你保管好票以便上下地铁。北京使用一卡通，需要充值。找到服务台，支付卡费并充值，然后就可以使用了。

火车（不是地铁）：直接去火车站订票（别忘了带护照！），或者提前通过携程网 (Trip.com) 订票。微信服务中也有一个小程序叫“火车和航班”。

长途汽车：并不是所有城市和乡镇都有火车。我从不提前订长途汽车票，因为长途汽车运营频繁。不过，最好注意服务何时停止运行，否则你可能得在车站过夜！

飞机：飞行不像在美国那样方便。由于大量的禁飞空域和恶劣天气，中国的航班通常会延误。

共享单车：这些在大城市很常见。只需用微信扫描二维码即可解锁。避免逆行！

马蜂窝和小红书

这两个社交媒体应用程序非常棒！马蜂窝和小红书上有很多旅行指南和建议。没有它们，我在广西桂林市可能会迷路！我通常不找私人导游或旅行团，因为我对中国已经很熟悉。



洪崖洞, 重庆市
(由 Brittany. C 提供)

酒店

并不是所有的酒店都接待外国人！最好通过携程网 (Trip.com) 预订，而不是随机走进一家酒店询问房间。这是因为酒店需要登记外国人并将其行踪信息发送到当地派出所。虽然中国政府已经声明外国人不再需要报告他们的位置，但有些酒店可能为了安全起见仍然会这么做。如果你想去看西藏旅游，你必须跟团注册，获得进入西藏的许可，并住在指定的酒店。外国人不能独自游览。另一个有趣的事实是，现在大多数酒店不再要求客人提前支付押金，也不再在退房时等待检查房间。太棒了！

如果你不是住在酒店，而是住在亲戚或朋友家里，为了安全起见，你可以考虑在当地派出所登记。



大足石刻，重庆市
(由 Brittany. C 提供)

酒店

并不是所有的酒店都接待外国人！最好通过携程网 (Trip.com) 预订，而不是随机走进一家酒店询问房间。这是因为酒店需要登记外国人并将其行踪信息发送到当地派出所。虽然中国政府已经声明外国人不再需要报告他们的位置，但有些酒店可能为了安全起见仍然会这么做。如果你想去西藏旅游，你必须跟团注册，获得进入西藏的许可，并住在指定的酒店。外国人不能独自游览。另一个有趣的事实是，现在大多数酒店不再要求客人提前支付押金，也不再在退房时等待检查房间。太棒了！

如果你不是住在酒店，而是住在亲戚或朋友家里，为了安全起见，你可以考虑在当地派出所登记。

厕所

噢，天哪！不，我不是在说亚洲蹲厕。这是一个更紧迫的问题。中国的排污系统设计得很糟糕。请尽量少将厕纸丢进马桶，并且经常冲水，特别是在大便的时候。否则东西会堵住的！！！公共厕所很少有厕纸，所以确保随身带好自己的厕纸。

VPN

如果你需要使用VPN，请在进入中国之前下载好！我用了多年的ExpressVPN，以前一直很好用。然而，这次在2024年，它却不管用了。我猜是因为ExpressVPN太有名了，受到的打压也更严。我推荐使用一个不那么知名的服务。有时你仍然可以收到一批延迟的Google邮件。这很奇怪，但对外国人来说是个不错的漏洞。

美食外送天堂

你会爱上中国的外卖应用！有两个常用的应用：点评和饿了么。我都用，但主要用点评。只需输入你的地址，点你想要的东西，一个小时内就会送到！实际上，它们不仅送餐，还送杂货和药品，或者帮你跑腿，但我还没探索过。

口罩和污染

不，你不需要在疫情过后的中国戴口罩。但是污染在中国仍然很常见，主要在北方，但近年来有所改善。

护照、大使馆和领事馆

无论去哪里，你都应该随身携带护照。例如，如果你去天安门广场，警察会检查你的护照。如果你没有实体副本，可以在手机上展示护照的截图，他们很可能会放行。

这仅适用于美国人。美国大使馆位于北京。还有5个领事馆：广州、香港、上海、沈阳和武汉。



黄龙，阿坝藏族自治州，四川
(由 Brittany. C 提供)

Asian Heritage Month是一个丰富的庆祝活动，致敬亚洲社区在文化、历史和社会方面的巨大贡献。像ChatGPT这样的AI程序使探索这些贡献变得非常容易 - 只需开始提问即可！



用ChatGPT庆祝亚洲遗产月

(由 Bonnie. C 撰写)

探索亚洲文化的ChatGPT使用方法：

- 美食之旅：通过ChatGPT发现各种亚洲文化的传统菜谱。它可以帮助你探索韩国拌饭或泰国马萨曼咖喱等菜肴背后的食材和制作方法。

例如：“如果我有猪肉、香茅和椰奶，你能给我介绍一道用这些食材做的适合孩子的亚洲菜吗？”

ChatGPT：“建议使用猪肉、香茅和椰奶做的适合孩子的亚洲菜是泰式椰奶猪肉丸子。这道菜将东南亚的风味结合在一起，既适合孩子也适合成人。”

- 文学和电影：为读书俱乐部或电影之夜收集由亚洲创作者创作的书籍和电影推荐。

例如：“我需要一些成人电影之夜的推荐。这些电影应由亚洲创作者执导，以亚洲文化为中心。我更喜欢在2019年至2021年间发行的电影，IMDb评分至少为7.0。”

ChatGPT：“以下是一些由亚洲创作者执导，聚焦亚洲文化，于2019年至2021年间发行，并在IMDb上获得至少8.0分的高评分电影：

- “驾驶我的车” (2021) - 由滨口龙介执导
- “Minari” (2020) - 由李艾撒·钟执导
- “告别之旅” (2019) - 由王子文执导
- “寄生虫” (2019) - 由奉俊昊执导
- “阳光普照” (2019) - 由钟孟宏执导





- 文化活动：虽然ChatGPT无法提供实时更新，但它可以提供在这个月发生的典型文化活动建议，帮助您找到或组织本地或虚拟活动。

例如：“我对提高我的正念和健康感兴趣。请提供关于在亚洲文化根源和由亚洲人指导的正念实践和健康哲学的网络研讨会和社群组织的信息。”

ChatGPT：“如果你想参与在亚洲文化根源和由亚洲人指导的正念实践和健康哲学，有几个网络研讨会和社群组织可能会对你有益：

- a. 亚洲艺术博物馆的免费冥想课程
- b. 亚洲文化与媒体联盟的网络研讨会系列
- c. 由Lisa Baylis主持的正念与同情心网络研讨会系列”



- 历史洞见：使用ChatGPT了解亚裔美国人历史上的重要事件和人物。例如，了解1965年移民法案的影响或认识亚裔美国先驱者。

例如：“我是一名老师 - 帮助我以二年级学生能理解的方式解释1965年移民法案。”

ChatGPT：“想象一下你的学校就像一个大房子，只有符合特定规则的人才能来玩，比如只有喜欢某些游戏或来自某些社区的孩子。很久以前，美国对谁可以来这个国家生活也有类似的规则。他们只让来自某些地方的特定人群进入。”



1965年，通过一项名为《1965年移民法案》的新规定，发生了一场重大变革。这项规定使得更多来自世界各地的人能够公平地来到美国生活。可以说，这就像是在说：“无论你喜欢什么游戏或来自哪里，每个人都欢迎来参加游戏。”这帮助了许多不同种类的人来到美国，使其更加多元化，就像是与来自世界各地的朋友一起举办一场大型、有趣的聚会一样！

正如您所见，利用人工智能探索亚洲文化的可能性是不可思议的，几乎是无限的 - 让我们知道您发现了什么！

庆祝格伦伍德小学的文化之夜

(由 Iris Yim 撰写)

当你想到南方时，会想到什么？在2012年搬到北卡罗来纳州之前，我的理解是有限的，主要将其与民权运动和种族紧张关联起来。在抵达教堂山后不久，一位北卡罗来纳大学的教职工分享了一个轶事，讲述了他的女儿在学校是唯一的亚裔学生。她的同学们感到困惑，因为她不符合他们所了解的通常的黑人或白人分类。

快进到2024年，南方已经转变为一个多元文化的熔炉，这在一定程度上要归功于大量的亚裔和西班牙裔人口涌入。根据2020年人口普查，南方的亚裔人口增长速度在美国是最快的（2010年至2020年间，南方亚裔人口增长了46%，北卡罗来纳州增长了64%）。

这周是我女儿所在的格伦伍德小学的年度文化之夜。这个活动是我们社区多元文化的生动展示。我家有幸承办了台湾展位。我们的展位位于中国和埃及之间，附近有沙特阿拉伯，我们的展位只是众多展位之一，代表了俄罗斯、波兰、日本和菲律宾等国。

以前，我们在展位上提供饺子和春卷，参与者喜欢，但通常没有停下来进一步参与。今年，我们选择了互动问答，鼓励访客■答我们海报上关于台湾的有趣事实，以获得免费礼物。这种新的方法取得了成功，许多人排队参与和学习。

我深深感激我的孩子们有机会在一个不仅庆祝而且以文化多样性为荣的社区中成长。看到他们以自豪的态度拥抱自己的传统，这让人感到欣慰。



(由 Iris.Y 提供)



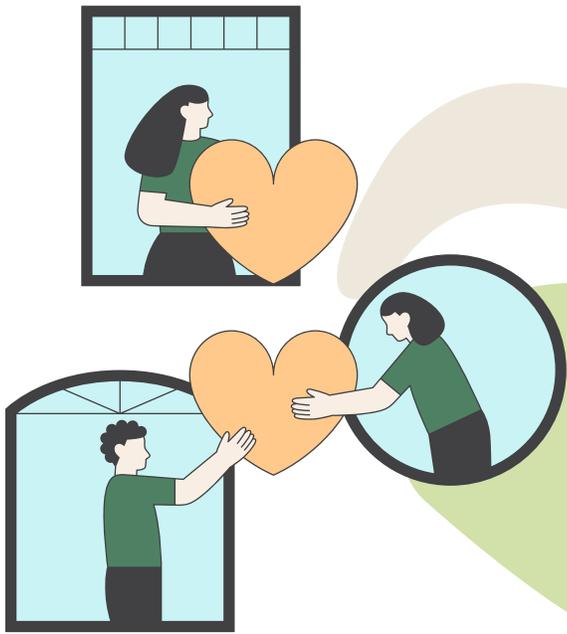
(由 Iris.Y 提供)



(由 Iris.Y 提供)

你知道亚裔美国人是最慷慨的人之一吗？

最近，皮尤研究中心发布了一份新的调查报告《亚裔美国人，慈善捐赠和汇款》，涉及亚裔美国人的慈善捐赠和汇款习惯。在亚太裔传统文化月的精神中，让我们深入探讨亚裔美国人慷慨的世界。

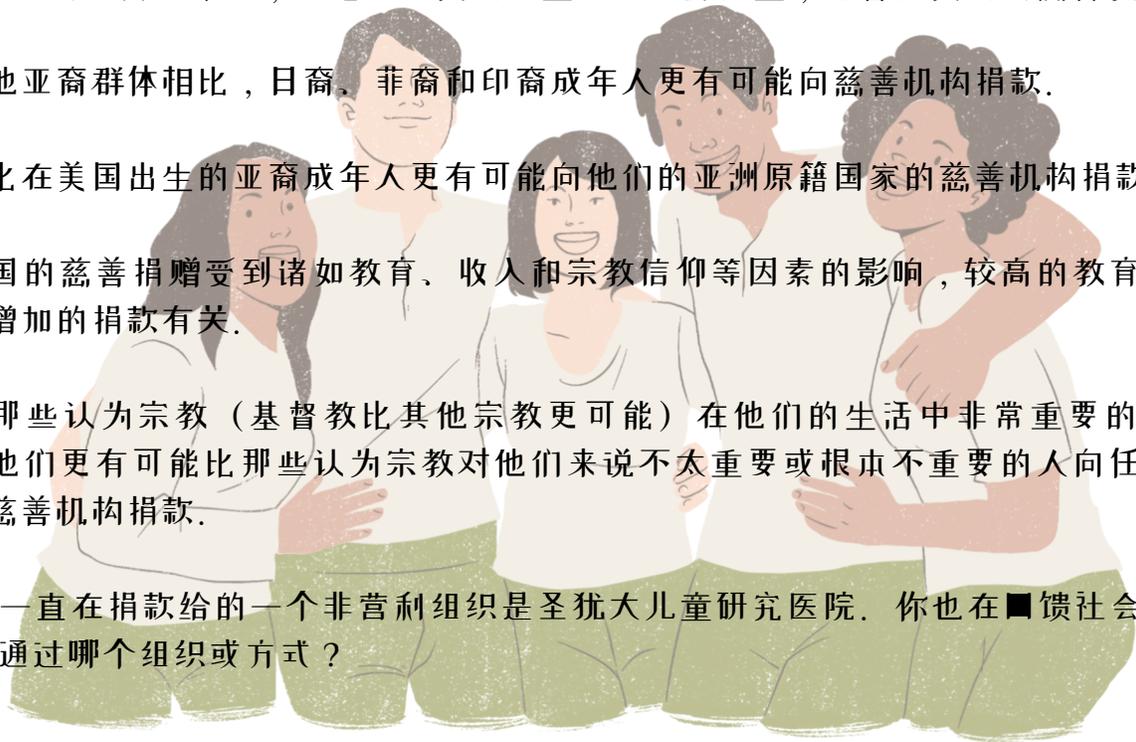


亚裔美国人的慷慨精神

由 Brittany. C 撰写

- 大多数亚裔成年人（67%）在美国、他们的亚洲原籍国家，或两者都有捐款给慈善组织。超过60%的亚裔成年人，无论是在美国出生还是在外出生，都曾向美国的慈善机构捐款。
- 与其他亚裔群体相比，日裔、菲裔和印裔成年人更有可能向慈善机构捐款。
- 移民比在美国出生的亚裔成年人更有可能向他们的亚洲原籍国家的慈善机构捐款。
- 在美国的慈善捐赠受到诸如教育、收入和宗教信仰等因素的影响，较高的教育和收入水平与增加的捐款有关。
- 对于那些认为宗教（基督教比其他宗教更可能）在他们的生活中非常重要的亚裔成年人，他们更有可能比那些认为宗教对他们来说不太重要或根本不重要的人向任何一个地方的慈善机构捐款。

我多年来一直在捐款给的一个非营利组织是圣犹大儿童研究医院。你也在回馈社会吗？如果是，你是通过哪个组织或方式？



与南亚LGBTQ+共同 庆祝六月骄傲活动

(由 Caitlyn. G 撰写)

随着我们接近六月和LGBTQ+骄傲庆祝活动，值得强调的是，在亚洲社区中，关于性别和性取向的经历是多种多样的。有一些显著的文化区别可能会影响南亚人对出柜和公开生活的看法。

在印度、巴基斯坦和孟加拉国等南亚国家，第三性别概念已经存在了几个世纪，以Hijra社区的形式存在。Hijras被正式认可为既不完全男性也不完全是女性，超越了性别二元论。他们的存在暗示着该地区对性别流动性和非二元身份可能有更为成熟的文化框架。

印度著名跨性别活动家拉克什米·纳拉扬·特里帕蒂 (Laxmi Narayan Tripathi) 谈到了这段历史：“印度的Hijra社区已经在公共生活中为第三性别开辟了一个半开放的空间。这将使其他LGBTQ亚群体的可见性更加被接受。”

当然，不同亚洲文化、社区和个人意识形态之间的接受程度差异很大。然而，南亚人可能更有可能公开出柜的前提是认可Hijra等第三性别在许多代人中创造的潜在机会。

在我们庆祝Pride肯定信息的同时，考虑到文化背景的这些细微差别是很有价值的。增加对不常见视角的了解仍然是走向更广泛包容性的重要路径。



聚焦活动

第27届亚裔美国人传统节庆 - 6月1日 - 纽约，纽约

详情请查阅：

[CLICK HERE](#)

曼陀罗制作节 - 6月2日 - 芝加哥，伊利诺伊

详情请查阅：

[CLICK HERE](#)

神祇、楷模与传奇 - 5月26日至7月8日 - 加利福尼亚州旧金山

详情请查阅：

[CLICK HERE](#)



版权所有 © 2024

保留所有权利。

我们的邮寄地址是：

hello@sparklechange.io

