**住宿规定学生手册**

**包括18周岁以下和旅游学习人员指导准则**

欢迎来到澳大利亚！希望您在这里过得愉快。以下指导准则会帮助您建立一个愉快的居住环境。

|  |
| --- |
| **电话号码 澳大利亚寄宿家庭网络（AHN）24小时 = 1300 MYSTAY （1300 697829）**  **匪警/火警/救护车 紧急电话：000**  **房主姓名：**  **地址：**  **住宅电话：**  **手机号码：**  **电子邮箱：**  **请填好以上信息并随身携带，以备不时之需。** |
| **您在澳大利亚的联系方式**  ·您与家人之间：请使用自己的手机或者购买预付费电话卡。  ·您与澳大利亚寄宿家庭网络/房主之间：您要在抵达时告知他们您的电子邮箱地址，并且在拥有手机号码后告知他们您的手机号码。 |
| **支付寄宿费用**  ·寄宿发票会发到您的电子邮箱中，您也可以在澳大利亚寄宿家庭网络上找到。  ·如果您忘记了您的登入信息，请通过下面链接重设密码：  https://au.homestaynetwork.org/users/forgot\_password  ·付款凭证：请使用您的客户身份证号作为您的付款凭证，这样澳大利亚寄宿家庭网络就可以将您的付的钱跟发票匹配在一起了。 |
| **健康问题**  ·如果您觉得不舒服，就告诉您的房主，他们会告诉您最近的医疗中心在哪。  ·您可能要支付看医生的费用，不过您的海外学生健康保险（OSHC）可能会承担部分医疗费用。牙医和视力矫正费用不包括在医疗保险中。您会在学校迎新生那天拿到您的医疗健康卡。  ·13SICK是用于医疗援助的电话号码，您可以在晚上6点之后到早上6点之前拨打。 |
| **隐私**  当您跟他人住在同一间屋子的时候，互相尊重各自的私人时间和空间很重要。  ·当您在自己的房间里、厕所里或是浴室里时，请记得关上门；如果有锁的话，请锁上门。  ·进房间之前要敲门，尤其是那些私人使用区域（卧室和浴室）。 |
| **房子里面的鞋子**  ·问一下您的房主能否能在屋子里穿鞋。  ·请不要在光滑的地板上穿高跟鞋。  ·尽量不要穿鞋踩地毯。 |
| **房门钥匙**  您的房主会在您抵达之后给您房门钥匙。如果您丢失钥匙，您可能要赔付配钥匙的费用。您要在搬走前将钥匙还给房主。每天出门前，请您确保：  ·关上您房间墙上或者电插座上的灯、电扇、空调、电热器、笔记本电脑等设备。  ·**锁上**外面的门，并且关上所有的窗户。 |
| **您的房间**  ·在澳大利亚，人们睡觉铺床单、盖被单、被单上再加毯子。  ·至少每两周问一下您的房主有关换床单、枕套和毛巾的事。  请您做到：  ·自己的房间保持干净整洁。  ·不要在您的房间里做饭或者保存食物。  ·不要把湿衣服和毛巾留在自己房间里。  ·不要在墙上粘东西。如果您想挂东西，先问一下您的房主。  ·如果您觉得冷，需要额外的毯子，或者觉得热，需要一个风扇，那就向您的寄宿家庭寻求帮助。 |
| **噪音**  ·虽然您的房主不介意您通过手机或者网络播放音乐或者与朋友聊天，但是请尽量在晚上10：30之前进行。  ·如果因为时差的原因您需要在这个时间之后给您家人打电话，那请先问一下您的房主这样做可不可以。  ·每次都尽量控制噪音音量，以防打扰其他寄宿家庭成员或者影响他们的睡眠。 |
| **网络**  ·问一下您的房主他们家的网络如何使用。  ·网络的用途是学习而**不能**用于下载音乐、电视剧、电影或者玩游戏，这会超过流量上限。您可以购买自己的流量来用于别的用途。  ·房主有权在晚上关闭网络，并在第二天合适的时间再打开。 |
| **厕所**  ·不要蹲坐或者站在马桶上。  ·不要将除厕纸以外的东西冲下厕所。  ·不要使用过多厕纸，因为这可能会堵塞厕所，或者使厕所里的水溢出来。  ·用完厕所后，一定要用肥皂洗手。  ·用完厕所后，请刷掉所有溅在马桶上的污渍。  **女士/女生**  ·所有卫生用品，像月经棉条和卫生巾，都**不要**冲入厕所。  ·在屋子里，厕所或者浴室都会有垃圾桶，或者您也可以问一下您的房主妈妈那里可以丢弃卫生垃圾。  ·如果您还是不确定，那就用厕纸卷起卫生用品，然后把它放进一个塑料袋里，再把它扔到外面的垃圾桶里。 |
| **餐食**  学生在寄宿家庭里有不同的餐食选择。您的房主或者澳大利亚寄宿家庭网络，会告诉您所选择的餐食（查看您的发票或者饮食安排表）。如果您已经选择了在家进餐，那就请参看以下信息：  ·早餐：让您的房主知道您想要什么，或者您可以自己准备早餐，例如，谷物、烤面包、三明治、果汁、茶或咖啡。澳大利亚人的早餐通常是冷食。  ·午餐：通常也是冷食，比如三明治、沙拉、水果、牛奶什锦棒。也有可能是面条或者是热餐。多余饭菜是前一天晚上烧好，放在饭盒里，存放在冰箱中，您可以在学校加热食用的食物。  ·晚餐：可能是冷餐或者热餐。跟您的房主商量一下您不喜欢的食物，这样他们在准备自己晚餐的时候，就会考虑到您。在澳大利亚，晚餐通常在傍晚进行，您要问一下您的房主具体时间。如果您不回家吃晚餐或者晚一点回家吃晚餐，请在下午4点之前告诉您的房主。这是一种有礼貌的行为，也不会浪费食物。  当您使用厨房时，请保持厨房的整洁。**18周岁以下人员不允许自己煮饭，而且使用厨房前必须获得房主的许可，不过使用厨房这一项不是所有寄宿家庭都许可的。** |
| **用水规定于限制**  ·水在澳大利亚是很贵的，而且用水也是有限制的。  ·请通过将洗澡时间限制在5至10分钟左右，刷牙时关上水龙头等方式来帮大家省水。  ·请不要浪费水。问一下您的房主别的省水方式。 |
| **浴室**  ·请只在浴缸或者淋浴间淋浴，以防水会溅到浴室地板上。  ·使用浴室的时候关上门。门上会有安全锁，请锁上它。  ·地板上一般会有浴室脚垫，从淋浴间出来后踩在上面，以免溅出水来。  ·用完浴巾后挂起来晾干。问一下房主您的湿毛巾应该挂在哪里。  ·准备一个盥洗用品袋，把您自己的洗发水、香皂、纸巾等放在里面。  ·将所有湿的物品留在浴室或者挂起来晾干，请不要把它们放在您的房间里。  ·如果弄脏了浴室，那请清理干净。  ·请在晚上10点之前使用并结束淋浴。如果因为特殊原因，您需要晚一点使用淋浴，请跟您的房主沟通。 |
| **个人卫生**  记住一点，澳大利亚有时会很热；学生应该通过每天早上穿衣之前喷香体剂的方式，来保持良好的个人卫生。 |
| **灯、电扇和电热器**  ·请确保在睡觉前关上所有的灯（如果有需要的话，请向房主要求拿一盏小壁灯）。  ·请在离家前关上您卧室里所有的电扇/空调以及电热器。 |
| **洗衣服**  问一下您的寄宿家庭有关洗衣服的事情。您的寄宿家庭可能希望您：  ·自己洗衣服。您的房主会教您如何把衣服放进洗衣机里，他们会帮您添加洗衣粉和使用洗衣机。衣服洗好后，他们会让您挂在晾衣绳上。请攒满一桶衣物再洗。由于用水有限，请一周只洗两次衣服。  ·有些房主可能会让您把要洗的衣物放进他们提供篮子中，然后他们会帮您洗。  ·如果您想把自己的内衣晾在私人区域的话，要问一下您的房主。  ·房主会告诉您哪天需要更换您的床单，他们也会告诉您何时更换您的毛巾。 |
| **清洁**  清洁是家庭生活的一部分，因此房主会让您：  ·在饭后帮助打扫卫生，包括洗碗或者弄干它们。  ·保持自己的房间整洁，以及整理您的床铺。  ·保持自己的浴室整洁，请不要把湿毛巾和衣服放在地板上。  ·如果您把屋子里的某个地方弄乱了，请将其整理好。如果不确定该用什么，那就问一下您的房主，他们会帮助您的。 |
| **弄坏或者打碎屋子中的东西了？**  ·意外情形时有发生，请不要慌张。  ·如果有东西被弄坏或者打碎的话，请让您的房主知道。  ·澳大利亚寄宿家庭网络的学生和寄宿家庭都有一些保险额度，如果您有问题的话，就给澳大利亚寄宿家庭网络打个电话或发封邮件。 |
| **吸烟和饮酒规定（18周岁以下的学生不准吸烟及饮酒）**  不要在屋子里吸烟：  ·如果您年满18周岁，并且您的房主准许在家吸烟，那您只能在屋子外面吸烟，而且您要用提供的烟灰缸来盛烟蒂。  ·您不能在房主屋子里吸烟。如果您有任何的情况或者问题，那请提出来。  饮酒要适量：  ·如果您年满18周岁，并且您的房主准许在家里喝酒，请确保理性饮酒和举止得体。  ·请谨记过量的饮酒会对您的学习生活和身心健康造成负面影响。 |
| **朋友**  ·如果您想让朋友来您寄宿家庭玩，那请在邀请之前先征得房主的同意。  ·房主可能不允许您留朋友在家过夜。 |
| **外出**  ·如果您未满18周岁，晚上出门前您必须告诉房主您要去哪以及何时回家。您要在福利监管人以及寄宿家庭规定的宵禁时间之前回家。  ·没有校监的书面许可，18周岁以下的学生不许在外面过夜。  ·如果您在晚上或者周末跟朋友出去，那您必须选择公共交通或者出租车自行回家。晚上要跟朋友结伴而行！ |
| **公共交通**  ·在您的电话和电脑上下载本地公交应用程序，找到最快捷的出行路线。  ·问一下您的房主和学校有关公交卡的事情，因为在搭乘公共交通工具时候，使用公交卡比买票便宜。您必须带着有效的学生证来获得优惠价，否则您可能会被交通部门的巡管员罚款。 |
| **打算离开寄宿家庭？**  **您要提前两周以书面的形式通知澳大利亚寄宿家庭网络和您的房主。如果您要通知的话，您可以通过澳大利亚寄宿家庭网络的系统发一封信，或者给当地办公室发电子邮件。**  **跟房主签订私人合同是不允许的。** |