



TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN CHO HỌC SINH VỀ NỘI QUY NHÀ Ở
Bao gồm các Quy định về Chuyến Tham quan Học tập và Dưới 18 tuổi
Chào mừng bạn đến Úc! Chúng tôi hy vọng bạn tận hưởng thời gian bạn ở trọ.
Các quy định dưới đây sẽ giúp tạo ra mái nhà vui vẻ cho mọi người.

Viết những chi tiết này ra và giữ chúng cho bạn trong trường hợp khẩn cấp

Số điện thoại
AHN 24 giờ = 1300 MYSTAY - 1300 697829
Cảnh sát/Cứu hỏa/Xe cứu thương Khẩn cấp: 000

Tên Người Chủ hộ: _____
Địa chỉ: _____
Điện thoại Nhà: _____
Điện thoại Di động: _____
Email: _____



Liên hệ với bạn ở Úc:

- Giữa bạn và gia đình: Vui lòng sử dụng điện thoại di động của mình hoặc mua thẻ điện thoại trả trước.
- Giữa bạn và AHN/người chủ hộ nơi bạn ở trọ: Bạn cần thông báo địa chỉ email của mình ngay khi bạn đến và điện thoại di động của bạn ngay sau khi bạn đã có số điện thoại này.



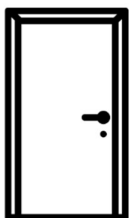
Thanh toán cho thời gian bạn ở trọ:

- Bạn sẽ nhận được hóa đơn ở trọ nhà dân gửi đến email của bạn và có thể xem hóa đơn trong hệ thống AHN.
- Nếu bạn quên chi tiết đăng nhập, vui lòng đặt lại mật khẩu của bạn qua đường dẫn này: https://au.homestaynetwork.org/users/forgot_password
- Số tham chiếu thanh toán - Vui lòng sử dụng GUEST ID của bạn làm số tham chiếu thanh toán để AHN có thể khớp thanh toán của bạn với hóa đơn của bạn



Các vấn đề sức khỏe

- Nói với người chủ hộ nếu bạn cảm thấy không khỏe. Họ sẽ cho bạn biết trung tâm y tế gần nhất ở đâu.
- Bạn có thể phải trả tiền để gặp Bác sĩ, tuy nhiên OSHC của bạn có thể đài thọ một số chi phí y tế. Bảo hiểm sức khỏe của bạn không đài thọ chi phí nha khoa và kính. Bạn sẽ nhận được thẻ chăm sóc sức khỏe của mình vào ngày Giới thiệu Trường tại trường của bạn.
- **13SICK** là số điện thoại hỗ trợ y tế sau 6 giờ tối và trước 6 giờ sáng.
- Tuân theo bất kỳ chỉ thị y tế công cộng nào áp dụng trong khu vực địa phương của bạn và kiểm tra xem liệu có bất kỳ lệnh y tế công cộng nào được áp dụng khi bạn đi xa nhà dân bạn ở trọ hay không.



Sự riêng tư

Khi về ở chung một nhà, điều quan trọng là bạn phải tôn trọng thời gian và không gian riêng tư của nhau.

- Khi ở trong phòng mình, nhà vệ sinh và phòng tắm, bạn nhớ đóng cửa và nếu có khóa, vui lòng khóa cửa.
- Gõ cửa trước khi bước vào phòng, đặc biệt là bất kỳ khu vực sử dụng chung (phòng ngủ và phòng tắm).



Giày dép trong nhà

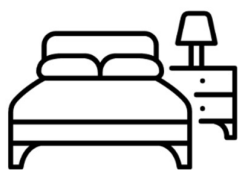
- Hỏi người chủ hộ xem bạn có thể mang giày trong nhà hay không.
- Vui lòng đừng đi giày cao gót trên ván sàn đánh bóng.
- Cố gắng tránh đi giày trên thảm.



Chìa khóa nhà

Người chủ hộ sẽ đưa cho bạn chìa khóa nhà riêng của bạn khi bạn đến nơi. Nếu bạn làm mất chìa khóa, bạn có thể bị tính chi phí làm chìa khóa khác. Trước khi bạn chuyển đi, bạn phải giao trả chìa khóa cho người chủ hộ. Khi rời khỏi nhà hàng ngày, hãy đảm bảo rằng bạn:

- Tắt đèn, quạt, máy lạnh, lò sưởi, máy tính xách tay, v.v. tại công tắc trên tường hoặc bảng ổ cắm điện trong phòng của mình
- Khóa cửa thông ra bên ngoài và đóng hết tất cả các cửa sổ.
- Khác: _____
- Khác: _____

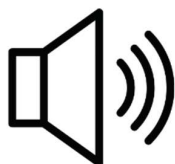


Phòng của bạn

- Ở Úc, chúng ta ngủ trên giường, giữa các ga trải giường, có lớp chăn ở trên cùng.
- Hãy hỏi người chủ hộ về việc thay ga trải giường, vỏ/bao gối và khăn tắm. Bạn sẽ thực hiện việc này ít nhất mỗi hai tuần.

Chúng tôi yêu cầu bạn vui lòng;

- Giữ căn phòng mình sạch sẽ và gọn gàng.
- Không nấu ăn, hoặc cất thức ăn trong phòng mình.
- Không để quần áo ướt hoặc khăn tắm trong phòng mình.
- Không dán bất cứ thứ gì lên tường. Nếu muốn treo bất cứ thứ gì, bạn hãy hỏi người chủ hộ.
- Hỏi gia đình nhà dân bạn ở trọ nếu bạn cần thêm chăn nếu thấy lạnh hoặc quạt nếu thấy nóng.



Tiếng ồn

- Người chủ hộ sẽ không phiền khi bạn mở nhạc hoặc trò chuyện với bạn bè qua điện thoại di động hoặc internet nhưng hãy cố gắng làm những việc này trước 10:30 tối.
- Nếu bạn cần gọi điện cho gia đình sau giờ này do múi giờ chênh lệch, trước tiên hãy hỏi xem người chủ hộ có phản đối điều này hay không.
- Luôn cố gắng giữ mức tiếng ồn ở mức không gây khó chịu cho người khác trong gia đình hoặc phá giấc ngủ của họ.



Internet

- Hỏi người chủ hộ xem Internet hoạt động như thế nào trong nhà của họ.
- Internet là dành cho mục đích học tập. Hãy lưu ý đến việc sử dụng Internet khi nói đến trò chơi và giải trí.



Phòng vệ sinh

- Không bao giờ ngồi xổm hoặc đứng trên bệ ngồi bồn cầu.
- Không bao giờ xả bất cứ thứ gì xuống bồn cầu ngoại trừ giấy vệ sinh.
- Không sử dụng quá nhiều giấy vệ sinh vì như vậy có thể làm nghẹt hoặc làm tràn bồn cầu.
- Luôn rửa tay bằng xà phòng sau khi đi vệ sinh.
- Vui lòng lau sạch bất kỳ vết đổ tràn nào trên bồn cầu sau khi bạn đã đi vệ sinh xong.

Thiếu nữ/Con gái

- Không bao giờ xả bất kỳ vật dụng vệ sinh như băng vệ sinh và băng vệ sinh dạng ống xuống bồn cầu.
- Ở nhà, trong nhà vệ sinh hoặc khu vực phòng tắm sẽ có đặt một cái thùng hoặc bạn có thể cần hỏi người mẹ tại nhà dân bạn ở trọ nơi/chỗ để vứt bỏ các vật dụng vệ sinh.
- Nếu bạn vẫn không chắc, hãy bọc vật dụng vệ sinh trong giấy vệ sinh và cho vào túi ni-lông rồi bỏ vào thùng rác đặt ở bên ngoài.



Bữa ăn

Học sinh có các lựa chọn khác nhau về bữa ăn tại nhà dân bạn ở trọ. Người chủ hộ hoặc AHN có thể cho bạn thấy các lựa chọn bữa ăn nào bạn đã chọn (kiểm tra hóa đơn hoặc bản báo cáo nơi bạn ở trọ). Thông tin dưới đây nên sử dụng làm thông tin hướng dẫn nếu gói của bạn bao gồm các bữa ăn.

- Bữa sáng: Hãy cho người chủ hộ biết bạn muốn ăn thức gì và bạn có thể tự phục vụ mình, ví dụ như ngũ cốc ăn sáng, bánh mì nướng, trái cây, nước trái cây, trà hoặc cà phê. Người Úc thường ăn sáng nguội.
- Bữa trưa: Có thể gồm có bánh mì sandwich, salad, trái cây hoặc thanh muesli nhưng cũng có thể là mì hoặc bữa ăn nóng. 'Thức ăn thừa' là thức ăn đã nấu đêm hôm trước và cho vào hộp đựng trong tủ lạnh mà sau đó bạn có thể hâm nóng lại tại Cơ sở Giáo dục của mình.
- Bữa tối: Có thể là bữa ăn nóng hoặc nguội. Hãy thảo luận với người chủ hộ về thức ăn nào bạn không thích để họ có thể cân nhắc điều này khi họ nấu ăn cho gia đình. Bữa tối thường được phục vụ vào đầu buổi tối ở Úc. Hỏi người chủ hộ xem họ thường ăn vào lúc mấy giờ. Để giữ lịch sự bạn nên thông báo cho người chủ hộ biết trước 4 giờ chiều nếu bạn không về nhà ăn tối hoặc về muộn để thức ăn không bị lãng phí.

Khi bạn sử dụng nhà bếp, vui lòng đảm bảo rằng bạn dọn dẹp nhà bếp sạch sẽ và gọn gàng sau khi sử dụng. **Người dưới 18 tuổi không được tự nấu ăn và phải xin phép trước khi sử dụng nhà bếp, điều này không được phép ở tất cả các nhà dân nơi học sinh ở trọ.**



Sử dụng nước – Hạn chế về nước

- Ở Úc, nước đất liền và việc sử dụng nước bị hạn chế ở một số khu vực.
- Vui lòng giúp chúng tôi tiết kiệm nước bằng cách tắm vòi hoa sen trong thời gian giới hạn 5-10 phút và tắt nước trong khi đang đánh răng.
- Xin vui lòng đừng lãng phí nước. Hãy hỏi gia đình nơi bạn ở trọ về những cách khác để tiết kiệm nước.



Phòng tắm

- Vui lòng chỉ tắm trong bồn tắm hoặc buồng tắm vòi hoa sen để nước không văng ra sàn phòng tắm.
- Khi sử dụng phòng tắm, hãy đóng cửa lại. Trên cửa có khi có khóa để giữ riêng tư, vui lòng cài khóa này.
- Trên sàn nhà thường có tấm thảm phòng tắm. Hãy đứng trên đó khi bạn bước ra khỏi buồng tắm vòi hoa sen để bạn không bị trượt ngã.
- Treo khăn của bạn lên để khăn khô dần sau khi bạn sử dụng. Hãy hỏi gia đình nơi bạn ở trọ để biết nơi bạn nên treo khăn ướt của mình.
- Có túi đựng vật dụng vệ sinh gồm có dầu gội đầu, xà phòng, khăn giấy, v.v. của riêng mình.
- Hãy để bất kỳ vật dụng ẩm ướt nào trong phòng tắm hoặc phơi cho khô – vui lòng đừng để những thứ này trong phòng của bạn.
- Nếu bạn bày bừa, xin vui lòng dọn dẹp.
- Vui lòng tắm gội trước 10:00 tối. Nếu cần tắm muộn/trễ vì lý do nào đó, vui lòng nói với người chủ hộ.



Vệ sinh cá nhân

Hãy nhớ rằng thời tiết nước Úc có khi rất ẩm áp; học sinh nên giữ gìn vệ sinh cá nhân tốt bằng cách dùng chất khử mùi vào mỗi buổi sáng trước khi mặc quần áo.



Đèn, Quạt và Sưởi

- Hãy đảm bảo rằng bạn đã tắt tất cả đèn khi đi ngủ (yêu cầu người chủ hộ cung cấp chiếc đèn tường nhỏ nếu cần).
- Vui lòng tắt quạt/điều hòa không khí và sưởi trong phòng ngủ của bạn khi bạn không có nhà.



Giặt giũ

Hỏi gia đình người chủ hộ về việc giặt quần áo của mình. Gia đình người chủ hộ có thể muốn bạn:

- Tự giặt giũ – người chủ hộ sẽ hướng dẫn bạn cách sử dụng máy giặt và lượng bột giặt cần sử dụng. Vui lòng chỉ giặt khi máy giặt đã đầy. Chỉ giặt 2 lần mỗi tuần do hạn chế về nước. Sau khi giặt xong, hãy phơi trên dây phơi quần áo.
- Một số người chủ hộ có thể yêu cầu bạn bỏ đồ giặt của bạn vào giỏ để sẵn và người chủ hộ sẽ giặt giùm bạn.
- Hỏi người chủ hộ nếu bạn muốn phơi đồ lót ở nơi kín đáo.
- Người chủ hộ sẽ cho bạn biết ngày nào bạn cần thay ga trải giường và thời điểm thay khăn tắm.



Dọn dẹp/vệ sinh

Dọn dẹp là một phần của cuộc sống gia đình và bạn có thể được yêu cầu giúp một tay.

- Giúp thu dọn sau bữa ăn, kể cả rửa hoặc lau khô bát đĩa.
- Giữ phòng riêng của bạn sạch sẽ và gọn gàng và làm giường của mình.
- Giữ phòng tắm của bạn sạch sẽ và gọn gàng – đừng để khăn ướt và quần áo trên sàn nhà.
- Nếu bày bừa ở bất cứ đâu trong nhà, bạn hãy dọn dẹp. Nếu bạn không biết rõ nên sử dụng vật dụng nào, hãy hỏi người chủ hộ và họ sẽ giúp bạn.



Bị hỏng hoặc hư hại một cái gì đó trong nhà?

- Đừng lo lắng, đôi khi có thể xảy ra tai nạn.
- Vui lòng cho người chủ hộ biết nếu có cái gì đó đã bị hỏng hoặc bị hư hại.
- Học sinh và người chủ hộ thuộc AHN được bảo hiểm phần nào. Hãy gọi cho AHN hoặc gửi email nếu bạn có thắc mắc.



Hút thuốc và Rượu bia (học sinh dưới 18 tuổi không được phép)

Không hút thuốc trong nhà –

- Nếu bạn trên 18 tuổi và người chủ hộ cho phép hút thuốc tại nhà của họ, bạn chỉ có thể hút thuốc ở bên ngoài và bỏ tàn thuốc vào đồ đựng có sẵn.
- Bạn không được phép hút thuốc trong nhà người chủ hộ. Vui lòng hỏi nếu bạn có bất kỳ vấn đề hoặc thắc mắc.

Hãy uống rượu bia chừng mực –

- Nếu bạn trên 18 tuổi và người chủ hộ cho phép uống rượu bia tại nhà của họ, bạn hãy nhớ uống chừng mực và cư xử một cách tôn trọng.
- Hãy nhớ rằng uống quá nhiều có thể có tác động tiêu cực đến việc học hành và cuộc sống cá nhân của bạn.



Bạn bè

- Nếu bạn muốn có bạn bè đến thăm mình tại nhà dân bạn ở trọ, vui lòng xin phép người chủ hộ trước khi mời bạn bè mình đến.
- Không được phép tiếp bạn bè đến thăm hoặc ngủ lại đêm.



Đi ra ngoài

- Nếu dưới 18 tuổi, bạn phải thông báo cho người chủ hộ biết nơi bạn sẽ đi và khi nào bạn sẽ về nhà trước khi đi ra ngoài vào ban đêm. Bạn cần phải ở nhà vào giờ giới nghiêm do nhà cung cấp dịch vụ phúc lợi và/hoặc người chủ hộ quy định.
- Học sinh dưới 18 tuổi không được phép ở qua đêm ngoài nhà dân nơi các em ở trọ mà không được người giám hộ của trường cho phép bằng văn bản.
- Nếu đi chơi với bạn bè vào ban đêm hoặc vào cuối tuần, bạn phải tự tìm phương tiện đi về nhà bằng phương tiện công cộng hoặc taxi. Nên đi chung với bạn bè đặc biệt là vào ban đêm!



Phương tiện giao thông công cộng

- Tải xuống ứng dụng giao thông địa phương trên điện thoại và máy vi tính để bạn tìm tuyến đường tốt nhất và nhanh nhất.
- Hãy hỏi người chủ hộ và nhà trường về thẻ giao thông vì thẻ này rẻ hơn mua vé giấy khi sử dụng phương tiện giao thông công cộng. Bạn phải mang theo thẻ học sinh hợp lệ để được giảm giá nếu không bạn có thể bị thanh tra bộ Giao thông vận tải phạt một khoản phí.



Tuân theo các Chính sách của AHN

- Tất cả những người tham gia chương trình ở trọ nhà dân – Khách và Người chủ hộ – phải tuân thủ các chính sách của AHN khi tham gia chương trình này.
- Bạn có thể tìm các chính sách công khai tại <https://au.homestaynetwork.org/policies>.
- Ngoài ra cũng phải tuân thủ Chính sách An toàn AHN về COVID-19 cho đến khi có thông báo khác. Tham khảo <https://www.homestaynetwork.org/ahn-covid19-safety-policy/>.



Có ý định rời khỏi Nhà dân bạn ở trọ?

Bạn phải thông báo cho AHN và Gia đình người chủ hộ biết trước hai tuần bằng văn bản. Hãy gửi tin nhắn cho AHN qua hệ thống hoặc gửi email cho văn phòng địa phương nếu bạn muốn thông báo.

Bạn không được phép ký hợp đồng riêng với người chủ hộ của mình.

Các Nội quy Nhà ở khác

- _____
- _____
- _____
- _____