



# 寄宿家庭成功体验的秘诀

当您开始您的寄宿家庭体验时，我们希望为您提供一些宝贵的建议，以确保您与寄宿家庭共同度过一段快乐和充实的时光。

您可以在 [ahnhomestay.co/guest-orientation-video-1](http://ahnhomestay.co/guest-orientation-video-1) 觀看此資訊的影片摘要

## AHN 将为您匹配最适合您的寄宿家庭，但您可能需要在以下方面保持灵活性：

- 去往学校的距离和时间。
  - 我们会确保您去往学校的时间保持在一小时以内。
  - 绝大多数的寄宿家庭都住在远离市中心的区域。
- 具体位置。
- 寄宿家庭房屋类型，如：独栋别墅，联排别墅或者公寓。
- 住宿家庭的背景文化，如：年纪，家庭成员及文化背景等。
- 和儿童一起居住。
  - 8岁以上的儿童在寄宿匹配过程中不被视为儿童。
- 宠物。
  - 澳洲大多数家庭都有宠物（狗，猫，鸟和其它种类）。
  - 家庭宠物都很友好，是家庭重要的组成部分。
  - 如果学生对宠物过敏，或者害怕宠物，可以在申请书上注明。



- 在澳洲一个寄宿家庭有多个留学生极为常见。
- 寄宿家庭里的留学生都来自于各个国家，背景。
- 您什么时候能收到寄宿家庭的资料。
  - 這些通常會在您抵達日期前 2 週發送。
  - 如果提前太早預訂，房東的空間時間可能會有所變動。

## 澳洲家庭是怎么样的？

- 澳洲寄宿家庭有很多类型。寄宿家庭可以由以下人员组成：
  - 母亲，父亲和子女
  - 年轻的情侣
  - 单身男子或女子
  - 老奶奶老爷爷
  - 单身的退休人士
  - 带子女的单身父亲或母亲
- 大多数寄宿家庭的父母年纪都在35-65岁之间。



- 澳大利亚是一个多元化、多文化的国家，所以我们的寄宿家庭涵盖了各种人群。我们的寄宿家庭来自不同的背景，拥有自己的爱好和兴趣。
- 即使寄宿家庭成员并非在澳大利亚出生，他们仍需要在家中使用英语，并帮助学生提高英语能力。
- 我们不会因宗教信仰、种族或性取向而歧视。

## 食物

- 您的寄宿家庭将根据您选择的寄宿套餐为您提供餐食。
- 请您对澳洲的饮食保持开放的态度，尝试一切，即便食物对您来说不熟悉。
  - 您可以提前告知您的寄宿家庭您喜欢或愿意尝试的食物。
- 通常情况下，一餐通常会提供一份。
  - 如果有多余的量，寄宿父母可能会多提供一份食物，但这不是必须的。
- 请在抵达时告知寄宿家庭您的任何食品过敏或饮食限制，以便提醒他们



寄宿家庭的重点不在于方便，而在于学生在异国他乡生活的体验和支持。

## 食物（接上篇）

### 早餐

- 典型的早餐包括烤面包、麦片、水果和酸奶以及果汁、茶和咖啡。
- 由寄宿家庭提供，由学生准备。
- 通常不提供热餐，但在特殊场合，寄宿家庭可能会提供。

### 午餐

- 典型的午餐可能包括肉类、生菜、奶酪、番茄、沙拉等作为馅料的三明治或卷饼，配以水果、饼干或薯片等。还可能提供前一晚晚餐的剩菜。
- 寄宿家庭会为您准备午餐或提供多种食物供您自己打包。
- 午餐通常不会是热食。

### 晚餐

- 晚餐将是一份均衡的、与晚餐相当份量的餐食，可能包括标准份量的肉类或其它蛋白质，如鸡肉、鱼肉、鸡蛋等，搭配蔬菜、米饭、面食或面条等。
- 如果家中其他人在用餐时有甜点，寄宿家庭应该会提供甜点。

### 水果

- 寄宿家庭应该每天提供最多两份水果，例如橙子、苹果、香蕉和其它当季水果品种。

### 不包含的食物

- 糖果、麦片棒、软饮料和其它零食食品需要您自行购买，费用由您承担。
- 请不要随意取用寄宿家庭的食物。
- 如果您需要额外的食物或想要特定的东西，您需要自己购买。



## 住宿

### 交通时间

- 这将取决于城市的大小，有些城市比其它城市更大。
- 从你寄宿家庭到学校/大学的最长通勤时间将不超过1小时的公共交通时间。

### 安全

- 您的寄宿家庭会保持房屋干净、安全、有保障、维护良好、符合建筑规范，且并没有正在进行装修。

### 带有家具的单人房

- 房间干净舒适，配有床和床上用品（枕头、被子、床单），书桌、椅子、照明设备和储物空间。
- 房间舒适，温度适中。
- 并非所有的寄宿家庭都配备空调和/或暖气，但如果有的话，应适度使用，并在过夜或外出时关闭。如果您感到炎热，您可以向寄宿家庭索取风扇来降温，如果感到寒冷，也可以要求额外的毯子。
- 请不要在卧室内进食或饮用（饮用水除外）。
- 您可能会被要求每周协助更换床上用品。
- 在您离开寄宿家庭之前，请保持房间的整洁，并确保在离开之前将房间清理干净。

### 公共空间和设施

- 您将完全可以使用共用空间，例如厨房、客厅、洗衣房和庭院。
- 如果您不确定如何使用任何电器设备，例如微波炉、洗衣机、空调、音响等，请向寄宿家庭咨询。
- 如果您年满18岁，您应该准备每周自行洗衣1-2次。
- 在使用共用空间后保持整洁，并注意噪音（尤其是晚上）有助于创造一个和谐的居住环境。



## 住宿（接上篇）

### 卫生间

- 卫生间有可能是单独或共享的
- 住宿家庭会提供毛巾，卫生纸和清洁用品。
- 学生负责购买自己的个人梳洗用品（洗发水、沐浴露、牙膏等）。
- 淋浴时间应限制在 5-10 分钟，因为澳洲的水费非常昂贵。
- 淋浴应在合理的时间进行，不得在晚上 10 点之后或早上 6 点之前，除非寄宿家庭同意。

### 水电和互联网

- 水、电、煤气都包含在寄宿费用中。
- 寄宿费用也包含了网络。
  - 网络只能用于学习目的，不可用于下载音乐、电视节目、电影或玩游戏，因为这可能会超出寄宿家庭的网络限制。



### 家规

- 在您的寄宿期间，倾听寄宿父母的指导和规定非常重要，因为这对于维持尊重的居住环境至关重要。
- 请熟知学生的入住规则指南，该指南可在 [homestaynetwork.org/houserulestemplate](http://homestaynetwork.org/houserulestemplate) 上找到。
- 寄宿父母也可能有自己的规则，他们将在您抵达后告知您。

### 蚊虫和野生动物

- 在家中遇到虫子、害虫和本土动物是很常见的，但大多数都是无害的，并且很容易处理。
- 如果您看到任何昆虫或野生动物，请告知您的寄宿家庭主人，如果有必要他们会帮助清除它们。

## 与寄宿家庭的交流

### 在寄宿家庭请说英文

- 即使您对英语不太自信，也不要害怕与寄宿家庭交流。
- 在家里说英语是提高语言技能的好方法。
- 如果您不理解某些内容，请请求寄宿家庭重复解释。
- 所有的AHN寄宿家庭都接受培训，许多人都有过与国际学生的寄宿经验。他们非常有耐心和理解力。

### 有效的沟通

- 与寄宿家庭进行清晰的沟通有助于确保您获得良好的寄宿体验。

### 以下是一些有效沟通的技巧：

#### 表达您的需求和疑虑

- 如果有困扰，让您感觉不舒服，请毫不犹豫地与您寄宿家庭的父母沟通。

#### 保持尊重和感激

- 向寄宿父母表达尊重和感激之情将加强您们之间的关系，有助于营造积极的氛围。

#### 清晰的交流

- 在讨论您的计划、偏好或更改安排时，请确保与寄宿家庭提前进行清晰的沟通。

#### 寻求指导和帮助。

- 您的寄宿父母拥有丰富的当地知识和经验，可以极大地帮助您。
- 他们也理解您在一个新的国家可能感到压力或需要一些情感支持。如果您对大城市有疑问或感到不开心，请毫不犹豫地与他们交流。他们会乐意与您聊天。



## 如何最大程度的享受寄宿家庭带来的便利

- 抓住机会建立有意义的联系，并对新的经历持开放态度。这将为您的寄宿体验增添更多的精彩和丰富。
- 在澳洲，大多数家庭社交活动都发生在餐桌上，特别是在晚餐时间和周末，每个人都有机会放松并谈论他们的一天。畅谈一天的所见所闻。这是一个重要的时刻，让家人之间加深交流和互动。
- 与寄宿家庭互动是重要的，但同样重要的是尊重他们的个人界限。理解并尊重他们的隐私，给予他们自己的空间和时间。这有助于维持一个健康和谐的居住环境。
- 澳洲以其多元文化而闻名，通过与来自不同背景的寄宿家庭一起居住，您有机会享受这种多样性。这将为您带来独特的体验，让您更深入地了解不同文化，拓宽视野，并且在交流中建立宝贵的友谊。

### 保持开放的心态

- 以开放的心态和真诚的好奇心对待您的寄宿体验。
- 拥抱学习和成长的机会，通过与不同文化的互动，增长知识、拓展视野。

### 学习澳洲文化

- 积极主动地了解您寄宿家庭的文化、传统和习俗。
- 提出问题，表现出对他们生活方式的兴趣。



### 分享您的文化

- 就像您对他们的文化感到好奇一样，请记住您寄宿家庭也对您的文化充满兴趣。这样可以帮助您们更好的了解对方。

### 求同存异

- 理解文化差异有时可能会导致误解。
- 在遇到这些情况时，请保持耐心，并愿意从中学习。



### 一起旅行

- 如果您的寄宿家庭愿意，一起探索澳大利亚吧！
- 这将是一次丰富的经历，您将发现新的地方并共同创造美好的回忆。

### 尝试他们的食物

- 食物是体验另一种文化的强大方式。
- 不要犹豫尝试由您的寄宿家庭准备的传统菜肴。



### 建立感情

- 不要只把您的寄宿家庭看作是主人，要与他们建立真诚的关系。
- 分享故事、经历和欢笑，以建立持久的纽带关系。



## 学生迎新会

我们的学生手册和视频将帮助您为您的寄宿经历和在澳大利亚的生活做好准备。

高中/18岁以下学生手册: [ahnhomestay.co/ahn-handbook-under-18s](http://ahnhomestay.co/ahn-handbook-under-18s)

大学/18岁以上学生手册: [ahnhomestay.co/ahn-handbook-over-18s](http://ahnhomestay.co/ahn-handbook-over-18s)

视频1 - 期望什么: [ahnhomestay.co/guest-orientation-video-1](http://ahnhomestay.co/guest-orientation-video-1)

视频2 - 欺凌和文化冲击: [ahnhomestay.co/guest-orientation-video-2](http://ahnhomestay.co/guest-orientation-video-2)

视频3 - 工作、安全和旅行建议: [ahnhomestay.co/guest-orientation-video-3](http://ahnhomestay.co/guest-orientation-video-3)

## 如果您感到不适或需要支持...

如果您感到不适, 请告诉您的寄宿家庭。如果不是紧急情况, 他们可以帮助您找到当地的医生。请确保带上您的医疗保险卡前往就诊。

请访问 [ahnhomestay.co/student-support-services](http://ahnhomestay.co/student-support-services) 有关澳大利亚健康和福祉服务的信息。

## 寄宿家庭安排与退款

- 请认真阅读AHN的退款规则 ([ahnhomestay.co/refund-policy](http://ahnhomestay.co/refund-policy)).
- AHN将根据共同兴趣、生活方式因素和偏好为您匹配寄宿家庭。
  - 请对您所匹配的寄宿家庭持开放态度。
  - 只有在有正当理由的情况下, 才会考虑转移到另一个寄宿家庭。
  - 如果您在抵达寄宿家庭后对寄宿家庭感到不满意, AHN将与您和您的寄宿家庭合作, 帮助解决任何问题。我们致力于确保您在寄宿期间得到良好的支持和舒适的居住环境。如果您有任何疑问或问题, 请随时与我们联系。
- 一旦寄宿安排开始, AHN将无法退还寄宿初期 (通常为4周) 的每周费用。请确保在决定寄宿之前充分考虑并了解相关政策。如果您有任何疑问, 请随时与我们联系。

匹配费也将不予退还。

- 在以下情况下我们可能会收取额外的匹配费:

### 学生到达之前

您收到了AHN的寄宿报告, 并要求与不同的寄宿家庭匹配。

### 学生到达之后

在您入住的四周以后, 在没有正当理由的情况下想要更换寄宿家庭。

- 如果您想搬离寄宿家庭, 您必须提前至少14天 (2周) 以书面形式通知AHN和您的寄宿家庭。这个通知期不能在寄宿的前14天 (2周) 内开始。
- 如果您想搬离寄宿家庭, 您必须提前至少14天 (2周) 以书面形式通知AHN和您的寄宿家庭。这个通知期不能在寄宿的前14天 (2周) 内开始。

## 房间保留政策

在您度假期间, AHN可以为您保留您的房间。

需满足以下条件:

- 费用为正常每周费用的50%。
- 您必须离开7晚或以上。
- 如果假期为6晚或以下, 则适用全额每周费用。
- 您必须至少提前 14 天 (2 周) 向 AHN 和您的寄宿家庭书面通知您的假期计划, 才有资格享受折扣费用。
- 如果您未年满18岁, 您需要提前向学校申请准假条。
- 关于房间保留政策更多的信息, 请查看 [ahnhomestay.co/room-holding-policy](http://ahnhomestay.co/room-holding-policy)。

请花点时间阅读我们的 学生安置流程宣传单, 其中包含有关付款要求、学生/寄宿家庭匹配和主要沟通时限的宝贵信息。

[ahnhomestay.co/student-placement-process](http://ahnhomestay.co/student-placement-process)

## 联系 AHN

✉ [info@homestaynetwork.org](mailto:info@homestaynetwork.org)

📞 澳洲境内: 1300 024 628

📞 24小时紧急联系电话

澳洲境内: 1300 69 7829

澳洲境外: (+61) 02 8905 0321

**AHN**  
Australian Homestay  
Network

