



学习团队的寄宿家庭

欢迎来到澳大利亚！我们希望您能拥有一次成功而丰富的寄宿体验，即使您只与寄宿家庭一起生活很短的时间。

请继续阅读，了解您可以期待什么，以及如何充分利用您的寄宿期间。

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。
- 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）。
 - 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。
 - 这些通常会在您抵达日期前 2 週发送。
 - 如果提前太早预订，房东的空闲时间可能会有所变动。
- 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。
- 请认真阅读AHN的退款规则 (ahnhomestay.co/refund-policy)

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时使用英语，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 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。如果您对新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。这样可以帮您们更好地了解对方。

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。



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。



联系AHN

如需一般支持和反馈

✉ 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

