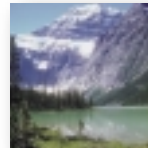
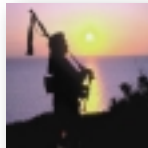




歡迎您來加拿大



加拿大情況簡介



Please refer to the English or French for the last three sections entitled *Finding Help in Your Community*, *Key Information Sources*, and *Language Training*.

歡迎您來加拿大

來加拿大是您在人生中邁出的一大步，我們為此向您表示祝賀！移居一個新的國家需要勇氣，但它同時也帶來了令人興奮的機會和人生的新起點。遷居之時，花一些時間來瞭解新國家的世情和這個新國家對新移民的期望，對您在該國的成功將會是有利的。本手冊將為您扼要地描述一下人們在加拿大是如何生活的，並使您瞭解哪些機構可向您提供更多的資訊。我們希望本手冊能夠對您適應新生活有所幫助，並願借此機會向您保證：加拿大是您的新國家；我們所有加拿大的居民都祝願您在這個國家中幸福、成功！

您在加拿大第一年的生活將會是充滿變化、令人激動的。您可能忙於找住處、找工作和為孩子上學找學校。您可能會結交很多新朋友，而這些朋友中的有些人將是對移居到一個新社區或新國家將會給人帶來什麼樣的感受有切身體驗的。

無論您個人的具體情況如何，您作為一位開始一種新生活方式的新移民可能會不得不放棄一些自己原來比較熟悉的東西。您可能會因此而感到焦慮和恐懼；這些感覺在剛入境的頭幾天和頭幾個星期裡可能會尤為劇烈。幾乎所有的新移民在遷居安置的過程中都經歷過這種感覺，幾乎人人都是經過一段時間以後才在新國家中感到如同在家鄉一般的自在。

使自己與新社區相適應的最好方法是參與社區中人們的活動！即便您在講英語或法語時會犯很多語言錯誤，您也不必畏縮，應當大膽地使用這些語言。如果您能聽能講加拿大的一種官方語言，那麼您與新社區相適應的過程就會容易得多。如果您能夠與您所遇見的人交談，那麼您對在新社區中的生活就會感到更有把握。您應當把每天都看作是一個學習的機會，一有問題就問，絕大多數人都是很願意向您提供幫助的。加拿大人崇尚社區精神。無論您選擇在那個城鎮居住，您都能夠找到一些人來幫助您與新生活相適應，融入加拿大社會。

在今後的幾周、幾個月和幾年裡，您將會有許多機會來全面參與加拿大社會。請您充分利用這些機會。您和您的家屬都可以和其它加拿大人攜手共同成長，使每一個人的生活都更加美好。這裡就是您的新家，歡迎您來加拿大！

目錄

資訊來源.....	1
如何獲得資訊.....	1
訪問附近地區.....	2
使用電話.....	2
電話號碼簿.....	3
自動電話服務站和按鍵式電話機.....	4
911 應急電話.....	4
口聲郵遞.....	4
投幣式公用電話.....	4
電話號碼查詢服務.....	5
免費長途電話.....	5
殘疾人電話服務.....	5
使用電腦.....	6
開始瞭解加拿大.....	7
加拿大人的生活方式.....	7
基本服務.....	8
加拿大公民資格與移民部(CIC)的自動電話服務站.....	8
移民服務組織.....	9
政府服務.....	9
開始生活.....	11
各種身份證明文件.....	11
使用公共交通系統.....	11
住在哪裡.....	12
加拿大的貨幣.....	12
購物.....	13
外出旅行.....	13
醫療衛生服務.....	14
申請獲得醫療保險卡.....	14
尋找醫生和醫療診所.....	15
急診服務.....	15
為孩子接種疫苗.....	15
成年人的疫苗接種.....	15

疾病監查.....	16
產假.....	16
如何獲得更多資訊.....	16
安家立業的第一步.....	17
申請獲得社會保險號碼卡.....	17
申請獲得加拿大子女養育免稅津貼.....	17
尋找住房.....	18
租用住房.....	18
您作為房客所擁有的權利.....	18
購買住房.....	19
取暖和用電.....	19
安裝電話.....	20
購置家具.....	20
如何獲得更多資訊.....	20
保護您的錢財.....	21
銀行和其它金融機構.....	21
開設銀行帳戶.....	21
使用自動銀行業務機.....	21
直接存款.....	22
如何向海外寄錢.....	22
申請獲得信貸.....	22
電話推銷.....	23
如何獲得更多資訊.....	23
找工作.....	24
加拿大人力資源開發部的分支機構.....	24
利用報紙和其它資訊來源.....	25
證書和外國文憑.....	26
工作報酬.....	26
自我雇用.....	26
您的生意和為生意而做的旅行.....	27
孩童日間照管.....	27
勞工法與人權.....	27
作義工.....	28
加拿大接待員項目.....	28
學習英語或法語.....	29
加拿大新移民語言課程 (LINC).....	29
如何獲得更多資訊.....	30

子女上學與成人教育.....	31
為孩子找學校.....	31
為孩子注册入學.....	31
成人教育.....	32
如何獲得更多資訊.....	32
加拿大的稅收.....	33
所得稅.....	33
其它稅種.....	33
如何獲得更多資訊.....	34
加拿大的法制.....	35
警察.....	35
律師服務.....	35
孩子的權利.....	36
婦女的權利.....	36
家庭暴力行爲.....	36
老年人的權利.....	37
交通.....	38
獲得駕駛執照.....	38
買車.....	38
使用座椅安全帶.....	39
使用車用兒童活動座.....	39
如果發生車禍.....	39
如何獲得更多資訊.....	39
與親友保持聯繫.....	40
加拿大郵政公司.....	40
居民回國許可證.....	40
申請成爲加拿大公民.....	41
加拿大公民的權利與義務.....	41
如何申請.....	41
結束語.....	42
新移民備忘清單.....	43

資訊來源

如何獲得資訊

本手冊是加拿大政府特為您和其它加拿大新居民編寫的。它包括了在加拿大生活所需的一些基本資訊。它還包括了許多電話號碼和地址。在今後的幾天乃至幾年之中，這些號碼和地址對您可能都會很有用處。對您所需的各種幫助，本手冊或者直接為您介紹哪些機構可以向您提供某種幫助，或者告訴您如何尋找可向您提供某種幫助的機構。

您可能已經有了一些關於加拿大的一般性資訊。但是，您現在需要獲得一些更為具體的資訊。例如，您可以在什麼地方上語言課？如何解決住房問題？您如何才能在加拿大找到工作？就孩子上學問題，您應當給誰打電話來獲得關於學校的資訊？

對上述這些問題，《歡迎您來加拿大》(*Welcome to Canada*)這本手冊和有關小冊子能夠幫助您找到答案。加拿大是一個很大的國家，並且各省的情況都是有所不同的。儘管我們不能為您提供出所需的所有資訊，但我們認為我們是能夠使您明確自己可以向哪些部門、機構和其它類型的組織尋求幫助的。這些組織中的一部分將能夠直接為您提供幫助，而另一部分將可能會向您介紹一些其它的資訊來源。

各種移民服務組織能夠幫助您在加拿大社會中安置下來。它們所提供的服務中有許多都是免費的。您可以與一家移民服務組織聯絡，瞭解一下它所提供的服務都有哪些。在本手冊的封底袋中，有一本名為《在您的社區內尋找幫助》(*Finding Help in Your Community*)的小冊子。這本小冊子為您列出了一些移民服務組織的地址和電話號碼。所列組織中有許多都是同時代表著多個移民服務組織和移民團體的，是您開始瞭解情況的極好起點。

與此同時，加拿大的聯邦、各省和各市三級政府都設立了許多項目來為新移民提供多種多樣的服務和幫助。加拿大的各省份與聯邦政府就移民問題所簽訂的協議是不同的，所以，各省份中負責這些服務項目的具體部門可能會是不同的。在本手冊的封底袋中，有一本名為《重要資訊來源》(*Key Information Sources*)的小冊子。這本小冊子為您列出了常用的政府部門電話號碼。如您想要瞭解所在地區免費語言培訓項目的情況，請參閱封底袋中名為《語言培訓》(*Language Training*)的另一本小冊子。

由於魁北克省政府自行負責該省移民項目中的許多重要方面，所以我們在本手冊中不打算嘗試對該省所提供的服務做出介紹。如您計劃移居到魁北克省去，那麼您可以參閱該為新移民編寫的手冊。該手冊名為《在魁北克生活》(*Vivre au QUÉBEC*)，可從魁北克省的公民關係與移民局 (*ministère des Relations avec les citoyens et de l'Immigration*, 簡稱MRCI) 得到。如欲獲得從所在地區給該局打電話所需的號碼，您可參閱本手冊封底袋中名為《重要資訊來源》(*Key Information Sources*) 的小冊子或名為《在您的社區內尋找幫助》(*Finding Help in Your Community*) 的另一本小冊子。

在您住處的鄰近地區可能就會有像教會、社區團體、少數民族居民協會、新移民俱樂部這樣的組織，它們都能向您提供幫助。

請注意，各不同機構和組織所提供的資訊和服務可能會是有所不同的。為了使您能夠最為充分地利用本手冊和與其有關的各本小冊子，我們建議您：

- 搞一張所在社區的地圖；
- 搞一本所在地區的電話號碼簿；並且
- 與您所在社區的移民服務組織進行聯絡。

本手冊所包含的知識加上一家移民服務組織所提供的服務將能夠幫助您完成在加拿大安置下來所需的各項步驟。本手冊亦能幫助您明確自己還需要在哪些方面獲得更多的資訊、還需要得到什麼樣的服務。為便於您確定出應當首先去做哪些事情，本手冊還為此給您開列了一份清單。

訪問附近地區

搞一張居住地區的地圖是很有用處的。這張地圖將有助於您訪問處於附近的一些場所，找到所需的各種服務。絕大多數書店、加油站和方便小商店都出售地圖，其價格一般也不高。您或許可以從居住地區的商會或市政府免費得到一張本社區的地圖。您還可以在圖書館裡免費查閱地圖。不過，您不能把地圖帶出圖書館。

使用電話

加拿大人喜歡用電話來溝通。他們無處不用電話來與人交談：在家裡、在車裡、在街上、在公用電話亭中，等等。您將會發現，加拿大的電話號碼簿是一個很好的資訊來源。您需要使用的重要電話號碼中之絕大部分都可以在電話號碼簿中找到(請按字母排列順序

查找)。您將會從給您家裡安裝電話的電話公司那裡收到一本電話號碼簿。您或許亦能夠從一家電話產品與服務銷售中心那裡拿到一本。這些中心在加拿大被稱為 **phonecentre**，並且通常都是設在大型購物中心裡面的。圖書館和所有公用電話的旁邊也都有電話號碼簿。

在家使用電話：您需每月支付一筆基本的電話服務費。付了這筆費用以後，所有的本地電話就不用再付費了。但是，您每打一次長途電話都需另外付費。所謂長途電話，是指那些所撥電話號碼在您的分區號碼範圍之外的電話。

在外使用電話：在絕大多數公共場所都設有投幣式公用電話。在大多數省份，用這種電話打一次本地電話的費用是25加分。如果您不知道某一電話號碼，可撥打411向接線員進行詢問。使用該號碼是要付費用的。您也可以購買電話卡，使用電話卡可以從包括公用電話在內的任何電話上給任何地方打電話。

電話號碼簿

加拿大的電話號碼簿內包括白頁、藍頁和黃頁三部分。白頁部分所列的是位於本地區之內和周圍的住戶與部分企業的電話號碼，藍頁部分所列的是政府機構的電話號碼，而黃頁部分則是專門用於登列企業電話號碼的——餐館、各類服務、商店等等。黃頁部分的號碼是按照各企業的企業類別或產品類別來進行排列的。

您可以在電話號碼簿的頭一部分中找到應付各種緊急情況所需的號碼，例如消防部門和救護車服務的號碼等。在這些號碼中，最重要的一個是您在面臨危及生命的緊急情況時所需撥打的應急號碼。在許多省份中，該號碼都是911。

電話號碼簿中白頁部分的住戶和企業號碼是按照所列人名中的姓在字母表中從A到Z的順序來排列的。所以，如果您要查 John Smith 的號碼，您就需在S開頭的條目中找到Smith。

電話號碼簿中藍頁部分所列的是加拿大聯邦、省、市和地區各級政府部門的電話號碼。如欲獲得常用的政府部門電話號碼，您可參閱本手冊封底袋中名為《重要資訊來源》(*Key Information Sources*) 的小冊子。

在加拿大一些比較大的城市中，電話號碼簿中的黃頁部分是與其它部分分開的另一本電話號碼簿。

自動電話服務站和按鍵式電話機

加拿大的許多企業和政府部門每天接到的電話數量是如此之多，使得它們不得不設立了一些自動電話服務站來協助它們回答那些最爲常見的問題。這些被稱爲“call centres”的服務站通過播放一系列預先錄制的訊息來回答您的問題。您通過在您按鍵式電話機上揷按數字、字母和符號鍵來選擇所需的訊息。自動電話服務站的錄音訊息將會告訴您爲獲得所需資訊須要揷按哪些鍵。服務站播放的各條訊息一般都會告訴您在第一次沒聽清楚時，揷按哪個鍵來使服務站重新播放該條訊息。服務站的訊息清單通常被稱爲“菜單”——您根據此單來選擇和“點叫”想要的資訊。

有些自動電話服務站的設備還使您能夠通過在電話鍵盤上按鍵來向服務站輸入資訊。

請注意，所謂“pound key”是指電話鍵盤中的#鍵；所謂“star key”是指電話鍵盤中的*鍵。

911 應急電話

如果您感到自己或一名家庭成員的安全受到了威脅，那麼您就應當撥打您所在地區的應急電話求救。在加拿大的許多城市中，這個應急號碼都是911。該號碼將使您立即接通救護車、消防部門、警察局和其它應急服務部門。在加拿大的其它一些社區裡則沒有這種911服務設備。如果您是在一個這樣的社區裡，那麼您可以撥0請接線員提供幫助。另外，在電話號碼簿白頁部分的頭幾頁裡還列有一些與緊急醫療服務有關的號碼。這些號碼中可能會包括一個有毒物品資訊服務機構的號碼，一個精神痛苦或強奸受害人服務熱線，以及一個可以在您或您的家庭成員受虐待時撥打求助的電話號碼。

口聲郵遞

在加拿大，許多個人以及絕大多數企業和政府部門都擁有某種形式的自動電話應答設備或使用某種代接電話服務，以便在他們遠離電話機時，打電話人能夠留言。這樣的設備可能首先會讓電話鈴響幾遍，然後播放一個預先錄制的訊息。此訊息會請您留下姓名、電話號碼和一個較短的口信。在此之後，您一般會聽到“嘟——”的一聲，然後便是無聲了。您在這個時候開始留下您的口信。請您注意，您應當盡可能口齒清楚，並且不要講得太快。另外，您或許會願意把您的電話號碼重復兩遍。

投幣式公用電話

您在外出時或在自己的電話尚未安裝之前，可以使用公用電話。在城市街道旁、購物中心內、機場中——在任何有許多人去公共場所範圍內，都有很多裝有投幣式公用電話的電話亭。您在使用它們來打電話時需要為所打的電話付費。打本地電話時，您在撥號前一般需要投幣 25 加分（在有些省份此費用數目可能會有所不同）。您向投幣口中投入的硬幣總額應當恰好是 25 加分。如果要打長途電話，那麼您就需要邊打邊向投幣口投錢（硬幣）。電話公司的一位接線員，或電話機投幣口上面屏幕中所顯示的訊息，將會告訴您需投入多少。別忘了隨身攜帶一大堆硬幣！來加拿大一段時間以後，您可能就會願意從電話公司取得一張電話卡了。有了這張卡，您在使用公用電話打電話時就只需用電話鍵盤輸入一個密碼，而不用投入一分錢了。這些電話的費用將會被包括到您按月在家裡收到的電話帳單之中。

電話號碼查詢服務

如果為了尋找一個電話號碼而需要幫助，那麼您可以通過打電話來獲得這種幫助。您可以打 411 來查詢本地電話號碼，撥 0 來查詢海外電話號碼。所有電話號碼都包含一個分區號碼，用以表明該電話號碼所處的地區。您可以在本地的電話號碼簿裡找到這些分區號碼。如果您要打的電話號碼所包含的分區號碼是與您所在地區的分區號碼不同的，那麼這個電話號碼就很有可能會是一個長途電話號碼。如果您需要查詢這個號碼，您需要打 1+分區號碼+555-1212。請您注意，打此電話是要付費的。

免費長途電話

加拿大的地域非常遼闊，從一個城市給另一個城市打電話可能會是很貴的。但是，加拿大的許多企業和政府部門都使用以 1-800、1-888、或 1-877 開頭的電話號碼。這些號碼使您可以在加拿大的某一省或全國範圍之內免費地給該企業或部門打電話。人們把這樣的號碼稱為免費長途電話號碼。在打這樣的電話時，您只需按照號碼正確地撥打 1-800、1-888、或 1-877 即可。

殘疾人電話服務

加拿大的許多電話公司都能夠為那些有聽力、言語、視力或身體殘疾的人提供特殊電話設備。如果您想要獲得關於這些設備和有關服務更多的資訊，請您與本地的電話公司聯絡。您可以在公用電

話亭裡的電話號碼簿中找到您所在地區電話公司的名稱。該公司客戶服務部的電話號碼一般都可以在電話號碼簿的頭幾頁裡找到。如果您所在地區的電話公司是貝爾加拿大，那麼您還可以訪問該公司的一家貝爾電話產品與服務銷售中心。這些中心通常都是設在大型購物中心裡面的。

使用電腦

現在，人們已經可以通過因特網來獲得許多有用的資訊。因特網的英文名稱為“Internet”，是一個世界性資源與資訊網絡。為了能夠享用這個網絡——或者用加拿大人喜歡用的詞匯來說，能夠“surf the web（上網衝浪）”，您不一定需要擁有一部電腦或能夠從家裡上網。您可以在許多地方免費地使用因特網：本地的圖書館（必須預定上網的時段）、社區服務中心、學校、移民服務公司、以及加拿大人力資源開發部的分支機構等等。您是通過與一些“網站”接通來獲得所需資訊的。網站可以被看成是有關個人或組織的因特網號碼或地址。

- 您是否已經搞到了一張自己將要居住地區的地圖？
- 您是否會使用電話號碼簿？

開始瞭解加拿大

加拿大人的生活方式

加拿大是一個幅員十分遼闊的國家，其國民、自然景色、氣候和國民的生活方式都是多種多樣的。但是，所有加拿大人又同時具有一些重要的共同價值觀念。這些觀念對我們加拿大人日常生活中的許多方面都起著指導和支配的作用。這些觀念中涵蓋了自豪感、對平等的信仰、對社會多元化的信奉和對社會中每一個人的尊重。在加拿大，女人、男人、兒童和老年人都得到同樣的尊重。每一個加拿大人可能都是不同的；但是，正因為我們有這些共同的價值觀念，所以加拿大才是一個令人向往的友愛、相互關心、熱愛和平安的社會。

公平、寬容和尊重：加拿大人要求所有人都公平合理地來對待每一個加拿大人以及他（她）的孩子和其它家庭成員。絕大多數加拿大人對待每一個其他人也是公平合理的，無論他（她）是誰、是從什麼地方來的。

多元化與合作：加拿大人明白合作的價值。加拿大幅員遼闊，國民總體是由多種多樣的人口所組成的；爲了要在這樣的一個國家裡幸福平和地生活，人們必須能夠對小衝突不予計較，或能夠學會如何解決這樣的小衝突。

機會均等：加拿大人信仰平等。人人在法律面前都是平等的，而法律對待每一個人的方式也是平等的。女人和男人擁有均等的成功機會。加拿大允許每一個人在不限制他人生活的前提下，按照自己的意願選擇生活方式。

公民責任：加拿大對他們不分性別、種族和民族而人人擁有的相同權利和自由十分珍視。絕大多數加拿大人又同時想要爲我們的社會做出貢獻。作爲一名新移民，您應當明確自己的權利和責任。有權利參與加拿大社會同時就意味著有責任幫助這個社會取得成功。爭取獲得加拿大公民身份的含義應該是出於對加拿大的關心而願意參與加拿大這個社會，以使其變得更加美好。

環境責任：加拿大人非常注重自然環境，懂得我們爲了未來需要尊重與保護環境。例如，加拿大人參與那些有助於變“垃圾”爲有用材料的廢物回收利用項目。與此同時，加拿大人喜歡保持他們的停車場和街道整潔乾淨。爲此，他們總是把垃圾裝入垃圾筒中，並且總是打掃他們的寵物所留下的不潔之物。

基本服務

加拿大公民資格與移民部（簡稱CIC）的自動電話服務站

您可以通過給CIC的自動電話服務站打電話來獲得關於移民與公民資格的一般性資訊。您可以在每周7天、每天24小時之內的任何時候打電話來收聽這些服務站預先錄制的資訊，並且可以選擇英語或法語作為資訊播放所用的語言。如果您能夠使用因特網，那麼您還可以通過上網訪問CIC的網站來瀏覽CIC近期的公告、出版物、申請材料和指導手冊等。（該網站的網址為：<http://www.cic.gc.ca>。如果您需要更多地瞭解一些關於因特網和網站的資訊，請您參閱本手冊“使用電腦”一節的有關內容。）

CIC的自動電話服務站能夠向您提供：

- 關於移民與公民資格項目和服務的一般性資訊；
- 關於您所提交的申請之一般性資訊；
- 成套申請材料和資訊性出版物；
- 關於費用計算的協助；

請您注意：如果您擁有一個移民服務顧客身份證明號碼（簡稱ID號碼），那麼您就需要使用這個號碼來獲得與您所提交的申請有關的資訊。

自動電話服務站的運行方式如下：

1. 錄音訊息將會告訴您如何通過揷按電話機上的1或2鍵來選擇英語或法語作為播放資訊所用的語言。
2. 在播放每一條資訊之前，錄音訊息都會先為您播放一個“菜單”，以便您點明需要服務站播放哪條資訊。對每一訊息，您都可以通過揷按星鍵（即*鍵）來要求重播。
3. 您可以通過揷按9鍵來回到電話開始時的資訊主菜單，重新選擇收聽哪些資訊。
4. 在加拿大各地的正常辦公時間（上午9點至下午4點）以內，您可以通過揷按0鍵來直接與一位項目工作人員交談。如果所有的項目工作人員都正忙，請您在線等候至一位工作人員有空時為止。

自動電話服務站的電話號碼如下：

如果您所在的地區為：

滿地可（蒙特利爾），請撥打： 514-496-1010
多倫多，請撥打： 416-973-4444
溫哥華，請撥打： 604-666-2171

如果您所在的地區為加拿大的其它地區，請打免費長途電話，其號碼為：1-888-242-2100。

請您注意，人們給自動電話服務中心打電話最常見的原因之一是為了索取某項公民資格和移民服務的成套申請材料，例如有關擔保和公民資格的申請材料等。您並不需要通過與一位工作人員的交談來獲得這些成套材料——您只需簡單地依照服務站錄音訊息中說明的方法來留下您的姓名和包括郵政編碼在內的地址即可。

移民服務組織

加拿大旨在協助新移民融入加拿大生活的各類組織數以百計。這些組織中有許多都是同時代表著多個不同多文化機構和協會的，所以能夠用多種方式來向您提供幫助。這些組織可能會提供語言培訓，或幫助您找到住房，或協助您找工作。他們還可能會提供服務來幫助婦女、兒童和那些存在家庭暴力行爲的家庭。這些組織中的一部分是能夠用您的母語來為您提供上述服務的，這對您在加拿大的頭幾個月裡可能會很有幫助。在本手冊封底袋中名為《在您的社區內尋找幫助》(*Finding Help in Your Community*) 的小冊子為您列出了許多這種組織的地址和電話號碼。

政府部門的電話號碼

您所在地區電話號碼簿中的藍頁部分列有聯邦、省、市或地區各級政府部門的主要電話號碼。各級政府電話號碼有的是按部門來排列的，有的是按各部門所提供的服務來排列的。一般來說，各級政府電話號碼的開頭部分都列有一些人們常打的電話號碼，並且還包括一個資訊中心的電話號碼。

如果為了尋找聯邦政府的某個項目或某項服務的號碼而需要幫助，您可以給加拿大政府資訊中心打電話。該中心的號碼為：1-800-622-6232。

如果您願意使用因特網，該中心的網址為：

http://www.gc.ca/directories/infor_e.html （英語網站）

http://www.gc.ca/directories/infor_f.html （法語網站）

開始生活

各種身份證明文件

那些與您是誰、是從哪裡來的等問題有關的各種正式文件是極端重要的。您如果丟失了某份這樣的文件，那麼您就很難獲得該文件的一個補發本或一份替代文件。這些文件包括您的醫療檔案、出生證、以及永久居民證（該文件的名稱為Records of Landing，編號為IMM1000）等。如果您居住在魁北克省，那麼您將還會有一張魁北克移民入選證（*Certificat de selection du Québec*，簡稱CSQ）。所有這些文件都是您申請獲得重要的政府服務、福利以及社會保險號碼卡、醫療保險卡時所必須要有的。因此，您應當總是把這些文件存放在一個安全保險的地方，並且不要把這些文件借給朋友或是讓別人使用它們。這是兩件十分重要的事情。如果把這些文件借給別人使用，那麼您就可能失去獲得福利的資格。

您不必隨身攜帶護照或簽證，但是應當總是帶有兩件能夠證明身份的文件或卡片（在加拿大，人們把它們叫做ID文件或卡片）。這一點是十分重要的。下列文件和卡片中的任何兩個都是很好的隨身攜帶ID物件：駕駛執照、永久居民證的復印件（原件應當被存放在一個安全保險的地方或在一個銀行安全信託櫃之中）、社會保險號碼卡、醫療保險卡、以及信用卡。

使用公共交通工具

您到加拿大任何地方去的旅行都是很方便的。在絕大多數城市中，都有一個城市公共交通系統。這些系統涵蓋了公共汽車、有軌電車和火車；在一些大城市中，此系統還包括有地鐵。

公共交通系統中的任何車輛都有固定的行駛線路和車站。您可以在任一車站上車乘坐相應的車輛。有些車輛允許您用現款付費；而另一些車輛則要求您必須使用車票。如果您在上公共汽車時沒有車票，那麼您就必須用正好是所需數額的現錢來付費。這是因為公共汽車司機是不帶任何數量的現錢的。當您在加拿大安置下來以後，您可能就會願意購買一張月票或一組車票，這樣做可以省錢。您可以在地鐵站中購買地鐵車票。

如果一次出門需要搭乘幾次公共汽車或地鐵，您不必在每次上車時都付費。您只需向汽車司機要一張中轉車票，或在地鐵站台旁邊的自動出票機中取一張地鐵中轉票即可。

如果在搭乘公共汽車或有軌電車時不能肯定從哪裡上，那麼您只需問一下人，或跟著人群走即可。公共汽車的上車門一般都是在車的前部，這樣您在上車時可以立即向司機出示您的車月票。加拿大人在使用公共交通工具時都是排隊的。先到者先受接待是許多活動在加拿大遵循的共同原則。您所在地區的公共交通公司一般都是能夠向您提供出公共交通系統各種車輛的行駛線路圖和時間表的，並且還可能會設有一個提供有關資訊的服務熱線。您可以先向人詢問出您所居住地區公共交通公司的名稱，然後從電話號碼簿的白頁部分裡找出這家公司的電話號碼。

住在哪裡

在加拿大的頭幾周或幾個月裡，您可能會是處於一個尋找較為永久性住所的過程之中。在此期間，您可能會想要找到一個臨時性的住處。旅館裡的房間可以是很昂貴的，所以您可能會想要在開始時先租一個帶家具的房間或一個公寓套房。

為了便於尋找，您可以查閱所在地區日報中的分類廣告部分。您可以在這部分中的“Apartment”和“Houses for Rent”兩節裡進行尋找。與此同時，您還應該與社區中的移民服務組織聯絡，它們有可能會是能夠向您提供幫助的。

加拿大的貨幣

加拿大的貨幣是加元（其代表符號為“\$”）。每加元等於100加分。加拿大的硬幣有六種：1加分幣（在加拿大通稱“penny”）、5加分幣（通稱“nickel”）、10加分幣（通稱“dime”）、25加分幣（通稱“quarter”）、1加元幣（通稱“loonie”）和2加元幣（通稱“toonie”）。在加拿大最常用的紙幣有5加元幣、10加元幣、20加元幣和50加元幣。

您來加拿大時很可能隨身攜帶了一些加拿大貨幣。如果您的情況並非如此，那麼您就可以在一入境時就用一小筆原籍所在國家的貨幣來兌換一些加拿大貨幣。大多數機場都設有外匯兌換處，您可以在這些地方來做這件事情。不過，您應當盡量不要兌換的太多，因為這些地方的匯率（也即您持有的貨幣能夠兌換成多少加拿大貨幣）可能會不像當地的銀行那樣優惠。

購物

在加拿大的頭幾天，您可能需要一些生活用品，例如食品和更多的衣服等。加拿大商店與您所熟悉的其它國家的商店在運作方式上可能會有所不同。

在加拿大大多數商店中，您都需要在中心付款處為想要購買的物品付款，但是您可能發現這些付款處難以尋找。食品雜貨店裡的付款處則通常是在商店的出入口旁排成一行，您需要把想要購買的物品帶到付款處，排隊付款。銷售各種各樣物品的百貨商店有時也會使用這樣的付款處安排方式。另外一些商店則在商店內的不同位置設有多個付款處，您可以在離您最近的一個付款處付款。您無論購買什麼東西，都會收到一紙收據，此收據就是您的“付款證明書”。

加拿大的絕大多數商店都備有金屬制的購物手推車，您可以把想要購買的物品放入車中，推著它在商店裡行走，以便為這些物品付款。

加拿大的大型購物中心匯集了許多商店，以便您在一個地方買到所有想要購買的物品。請您注意，每一個商店都是有其自己的付款處的，您須要在這些付款處為在每一商店裡想要購買的物品付款。

在加拿大的許多地方還有大型的露天市場，您能夠在這些市場中買到來自當地農民的新鮮水果和蔬菜。每一農民都有其攤點，您在各攤點選擇想要購買的物品並當即向農民付款。

外出旅行

在加拿大有通達各地的長途汽車、火車和飛機。您可以與旅行社、航空公司或長途汽車公司聯絡來安排您的外出旅行。如果想要得到與乘坐火車旅行有關的資訊，您可以與Via Rail公司聯絡。有關電話號碼都可以在電話號碼簿的黃頁部分找到。

- 您是否有一些加拿大貨幣？
- 您的身份證明文件是否是存放在一個安全保險的地方的？
- 您是否隨身攜帶有某種能夠證明身份的物件？

醫療衛生服務

申請獲得醫療保險卡

加拿大的醫療保險制度是世界上最好的醫療保險制度之一。根據這個醫療保險制度，您在使用大多數醫護服務時都不必直接付費。這些服務的費用是用政府的稅收來支付的。您在使用這些服務時，只需出示您的醫療保險卡即可。

儘管醫療保險是一個全國性的服務制度，各省獨立地管理本省的醫療保險計劃。因此，受保的醫護服務項目在省與省之間可能會有所不同。在有些省份裡，您須要按月支付一個數額很小的費用來獲得醫療保險。您應當盡可能早地申請您的醫療保險卡，這一點是十分重要的。您將會從您所居住的省份得到您的醫療保險卡。您可以從醫生的診所、醫院、藥店或移民服務組織那裡獲得此卡的申請表。您還可以從省政府負責醫療衛生事務的局裡獲得申請表，並且可以在電話號碼簿的藍頁部分中找到該局的電話號碼。在申請醫療保險卡時，您將需要出示某種身份證明文件，例如您的出生證、護照或永久居民證 (IMM1000) 等。

不列顛哥倫比亞省、安大略省和新布倫瑞克省的永久居民都需要經過一個等候期間之後才能開始享受醫療保險。在此期間，您應該申請投保臨時性私營醫療保險。您可以在電話號碼簿的黃頁部分裡找到各私營保險公司的電話號碼。這些號碼一般是列在“Insurance”這個欄目之下的。另外，您還可以購買一些私營醫療保險用於支付那些政府醫療保險計劃範圍之外的醫護服務費用，例如牙科醫療費用或醫院的單人房間費用等。有些雇主也提供一些政府計劃範圍之外的醫療保險，並且為此從您每月的薪水中扣除一定數額的費用。另外，絕大多數省份的醫療保險計劃都不承保那些憑處方購買的藥物的費用。

請您注意，您家庭中的每一個成員都應當有其自己的醫療保險卡。您每次去找醫生或上醫院看病時都應當帶上醫療保險卡。

您不應當允許任何其它人使用您的醫療保險卡。您的醫療保險卡是供您一人專用的。如果您讓別人使用您的醫療保險卡，那麼您就有可能會失去該卡給您帶來的各種福利。與此同時，您還有可能會受到刑事起訴，並被驅逐出加拿大。

尋找醫生和醫療診所

大多數加拿大人都有其自己的家庭醫生和牙醫。您可以請某個移民服務組織或一位熟人為您推薦家庭醫生和牙醫。您還可以在電話號碼簿黃頁部分的“Physicians and Surgeons”或“Dentists”的欄目下尋找。另外，加拿大有大量的醫療診所。這些診所能夠在沒有約會的情況下向您提供多種醫護服務，或者就一些無危險的病傷向您提供急診服務。您可以在電話號碼簿黃頁部分的“Clinics”或“Clinics-Medical”的欄目下尋找它們的電話號碼。

急診服務

如果您需要緊急醫療服務，那麼您就應當立即到離您最近的一家醫院急診部就診，或撥打應急電話911求助。

如果您患有嚴重疾病，例如糖尿病、高血壓或對一些藥物的過敏癥，那麼您就應當向您的大夫或醫院詢問有關Medic Alert標注牌和腕鏈的資訊。這些標注牌和腕鏈能夠在您急診時為醫生提供很有用處的資訊。

為孩子接種疫苗

對從兒童至老年人的所有加拿大人來說，為孩子接種疫苗是我們保護他們免患嚴重傳染性疾病的最有效方法之一。這些疾病包括了白喉炎、骨髓灰質炎和破傷風。您的孩子將會被接種少量的疫苗，以便他（她）建立起對這些疾病的免疫力。您可以通過您的醫生、孩子的兒科醫生或一家公共衛生醫院來為您的孩子安排疫苗接種。您將會收到一份疫苗接種證書，並且可能會需要向孩子的學校出示這份證書。

在加拿大，兒童的疫苗接種是按照一個“時間表”來進行的。例如，有些接種是在您的孩子兩個月時進行的，有些是在四個月時進行的，有些是在六個月時，如此等等。您可以向您的醫生或孩子的兒科醫生要一份這樣的時間表，或與市政府負責在校學生疫苗接種的部門聯絡。該部門的電話號碼可以在電話號碼簿的藍頁部分找到。您還可能會在電話號碼簿的白頁部分中“Immunization”條目下找到一個兒童疫苗接種服務中心熱線的電話號碼。兒童疫苗接種時間表在各不同省份之間略有不同。

成年人的疫苗接種

如果您在來加拿大之前未曾為免患那些可預防的疾病而接種過疫苗，那麼您就應當立即與您的醫生或本地一家公共衛生醫院聯絡。

疾病監查

在成爲加拿大居民之前進行的體檢時，您可能已經被告知，您在入加拿大境以後還需要再次進行體檢。這種做法被稱爲疾病監查，是針對那些患有非活動性傳染病的人而採取的一項措施。在入境加拿大之後的 30 天內，您必須用電話與所在省份或地區的公共衛生部門聯絡。您可以在電話號碼簿的藍頁部分裡找到該部門的電話號碼。對您自己的健康和它加拿大同胞的健康來說，這樣做都是十分重要的。

產假

在加拿大，產假是每一位就業母親的權利。如果您由於懷孕而需要停止工作一段時間，您可以向雇主請一定時間的假。您還有可能會有權在產假期間獲得薪水，或享受產假福利。若欲得到更多的有關資訊，您可以詢問本省負責勞工事務的政府部門或聯邦政府人力資源開發部的任一分支機構。

您可以與所在社區的社區服務中心或醫院聯絡，以便獲得孩子出生前後所需的各種幫助和資訊。這些服務中心或醫院提供多種服務，例如產前指導課、醫療服務、護理服務、以及用某種方式來介紹您與其它剛作媽媽的人會面等。他們還能夠爲您提供有關如何向省政府作出生登記的資訊，以便於您獲得孩子的正式出生證。與此同時，他們亦能夠就計劃生育和墮胎問題爲您提供建議。

- 您是否已經提交了您的醫療保險卡申請表？

如何獲得更多資訊

電話號碼簿白頁部分的第一節裡列有與緊急醫療服務有關的一些主要電話號碼。如您需要尋找醫生或診所，那麼您就應當查閱黃頁部分。與此同時，各省負責衛生事務的政府部門和加拿大公民資格與移民部都有一些提供衛生資訊的出版物。加拿大衛生部、醫生的診所和各藥店也都有一些與多種問題有關的免費小冊子。您可以在電話號碼簿藍頁部分的聯邦政府各條目中找到加拿大衛生部的電話號碼。

安家立業的第一步

申請獲得社會保險號碼卡

您入境加拿大以後需做的最重要事情之一就是申請獲得一張社會保險號碼卡。社會保險號碼簡稱SIN，是您在加拿大工作、開立銀行帳戶或獲得課稅減免額所必須要有的。這個號碼告訴政府誰在掙錢、繳稅、為養老金計劃供款和使用政府的各項服務。您的雇主也會要求您出示這個號碼。

為了獲得一張SIN卡，您只需到加拿大人力資源開發部離您最近的一家分支機構去提出申請即可。您可以在電話號碼簿的藍頁部分中找到該機構的電話號碼。作為一個新移民，您需要出示您的永久居民證原件。如果您申請SIN卡所用的姓名與該證所示的姓名不符，那麼您就需要同時出示一張結婚證或一份更改姓名的證明文件。

請您注意，您必須確保所有文件上的姓名都是相同的。該姓名應當一直是屬於同一個人的，並且必須是拼寫正確的。

申請獲得加拿大子女養育免稅津貼

如果您有18歲以下的子女，那麼加拿大政府就有可能會幫助您支付養育他們的部分費用。這種幫助的形式是一個每月支付的子女養育免稅津貼，其英文名稱為“Canada Child Tax Benefit”。該津貼的數額是由一系列因素決定的，例如您的家庭收入、孩子數目、各孩子的年齡以及您所居住的省份或地區等。在申請該津貼時，您必須出示您的加拿大移民身份證明，並同時出示您在加拿大境外出生的那些孩子之出生證明。

您必須是在填寫了一次所得稅納稅申報單以後才能申請獲得該津貼。加拿大的所得稅納稅申報單英文名稱為“Income Tax and Benefit Return”。如果您在應當填寫此申報單的時候尚未成為加拿大居民，那麼您就將需要填寫一份單獨的申報單來申報您在全世界範圍內所獲得的收入。如果您想要獲取各種申報單和關於子女養育免稅津貼的更多資訊，可撥打加拿大稅收與關稅署的電話號碼：(613)941-9300（或免費長途電話號碼：1-800-387-1193），或是訪問該署網站：<http://www.ccr-a-drc.gc.ca>。

如果您在魁北克省居住，那麼加拿大稅收與關稅署將會自動地把為您孩子登記獲取魁北克家庭津貼所需的所有資料都轉給該省的魁北克養老金管理局。

尋找住房

租用住房

許多加拿大人的住房都是租賃來的，而大多數新移民的住房至少在他們入境加拿大後的頭幾年裡亦是如此。待租的房子或公寓套房一般都是會在本地區報紙中分類廣告部分裡登列出來的。另一個找住房的好辦法是您打算居住的地區去走一走，看看各建築物之上或之旁有沒有打出招租廣告的牌子。您不應當看了一處地方以後馬上就把它租下來，而是應當多走幾處，看一看其它待租的地方是什麼樣的，貨比三家。各處價格之間的差別經常會是很大的。

有些公寓套房是可以按月出租的，但大多數出租住房的地方都會要求您簽署一份承租一年的合同。這是一份您與房東之間簽訂的依法必須遵守的合同。對於需要支付具體哪些東西的費用、租賃條件都包括哪些具體內容等問題，您應當確保自己是完全搞清楚了的。例如，取暖費用是需要由您來支付還是已經包括在租金之內了？加拿大是一個在冬天很寒冷的國家，您的住房取暖費用可以是很高的。您是否有權飼養寵物？出租的住房是否帶有雪櫃和爐頭？是否需要由您來支付市政稅？另外，您在租賃所選的公寓套房時，有可能會需要付出一筆押金（例如第一個月的租金等）。您在租賃合同上簽字之前，一定要仔細地閱讀這份合同。

您還應當購買房客保險，把重置您公寓套房內所有物品所需的成本全都包含在投保範圍之內。爲了獲得與住房有關的資訊，詢問本地社區團體的一位成員或一家移民服務組織可能會是一個好主意。他們還能爲您解釋租賃合同中有關法律詞匯的意義。

請您注意：如果您計劃在不久後再次遷居，那麼您就應當避免簽訂一份租賃合同。

您作爲房客所擁有的權利

房客是指那些租用房間、公寓套房或房子的人。房客和房東都有相應的合法權利。法律是保護您不受租金突然增加或被強行趕出公寓套房之害的。您有權在自己選擇的任何地方居住。《加拿大權利與自由憲章》(Canadian Charter of Rights and Freedoms) 禁止任何以膚色、宗教信條、性別、年齡或殘疾爲基礎的歧視，各省的房東房客關係法規也都保護房客不受這種歧視之害。與此同時，您也有一定的義務。您應當保持租用的房子或公寓套房的狀況與您剛開始租用時的狀況相同，這一點是十分重要的。如果需要一些有關資訊

或幫助，您可以與本省或本市負責住房的政府部門聯絡。這些部門在有些地方被稱為“rental board”。另外，您還可以參閱一下本省的房東房客關係法規。您可以在電話號碼簿的藍頁部分中找到各有關電話號碼。您亦可以通過詢問社區團體來獲得所需資訊或幫助。

購買住房

買房子是人生中邁出的一大步；因此，您可能會願意看到在完全安置定了之後再來做這件事情。加拿大的大多數房子都是通過房地產經紀來出售的，儘管也有一些房主自行銷售他（她）的房子。您可能會一些房子的前面豎有“待售”的廣告牌子，亦可以查閱一下有關地區日報中的分類廣告部分。

在買房子時，請您務必不要忘了有許多隱蔽的費用。這些費用可以包括在某些省份裡需支付的經紀人的佣金、律師或公證人的費用、每年需繳付的不動產稅、房屋保險、登記費、買房人須支付的其它各種稅以及維持一所房子正常運轉所需的各種費用——取暖費、電費、水費、排污費等等。在買房之前，您應當確保自己對將會要有哪些費用是完全搞清楚了的。

您可以查閱一下首次購買住房貸款保險項目有關的資料。該項目是由加拿大按揭與住房公司主持進行的，能夠減少您在買房時所需支付的定金數額。加拿大按揭與住房公司的費用是根據按揭數額一個很小的百分比來計算的，並且將會被併入您的按揭貸款總額之中。

取暖和用電

無論您的住房是租來的還是買來的，您都需要能夠獲得包括供熱和供電在內的一些基本性的服務。在加拿大，有些家庭是用天然氣來取暖的，有些是用油，而另一些則是用電。一般來說，每個地區基本性服務的供應公司中都會有一、兩家是主要的。您可以在電話號碼簿黃頁部分中找到這些公司的名字。您可以在該部分的“Gas”、“Heating Companies”、“Oils/Fuel”、和“Hydro-Electric”等欄目下尋找。

- 您是否已經與電話公司進行了聯絡？
- 您是否隨身帶有自己的地址和電話號碼？
- 您是否知道如何獲得供熱和供電服務？

安裝電話

您將會願意盡快地安裝一部電話，因為只有有了電話，您才能夠在需要時，舒適地坐在家裡與他人和各種服務機構聯絡。加拿大大多數地區的電話服務都是由加拿大貝爾公司來提供的，但是您仍然可以在電話號碼簿裡確認一下本地區的電話公司名稱。該公司客戶服務部的號碼一般都會在電話號碼簿的頭幾頁裡列出來的。您所在地區的電話公司一般是會在大型購物中心裡設有電話產品與服務銷售中心的，您可以到這些中心去安排獲得電話服務。

您可以自己買一部電話機，或是從電話公司租賃一部，並每月為其支付租金。您每月需交一筆基本的電話服務費，而租用電話機的月租金是附加在該服務費之上一同交納的。所有本地電話的費用都是包括在該服務費之內的，但國內國外長途電話的費用並不包括在這個每月交納的服務費之內，而且可能會是很昂貴的。許多電話公司都有一些降低長途電話費用的優惠辦法。使用電話卡可以從包括公用電話在內的所有電話上給任何地方打電話，因此是減少長途電話費用的一種經濟實惠的辦法。

請您注意：加拿大是一個幅員十分遼闊的國家；因此，即便您撥打的是一個本省甚至本市的電話，也可能需要按長途電話交費。

購置家具

您很有可能需要一些基本的家具和家用電器設備。您可以購買全新的家具和電器——這樣做有可能會是很費錢的——或者是等商店大減價時再逐步購置。您還可以像許多其它加拿大人一樣，購買一些舊家具和舊電器。您可以在報紙的分類廣告部分找到待售家具和其它物品的廣告。您還可以訪問一下舊家具店、在本地舉行的捐贈品義賣和居民宅前舊貨出售，或是與教會、社區組織聯絡。您所在地區的社區移民服務組織應當是能夠幫助您獲得有關名稱和地址的。

如何獲得更多資訊

您所在地區的移民服務公司可能是最好的資訊來源之一。與此同時，您可以詢問一下本省或本市負責居民住房的政府部門。它們的電話號碼是會包括在電話號碼簿的藍頁部分中的，並且它們可能還會設有一個中心資訊服務熱線。

加拿大按揭與住房公司（簡稱CMHC）向人們免費提供一本名為《循序漸進：加拿大買房指南》(*Homebuying, Step by Step*)的小冊子。與此同時，該公司設有一個加拿大住房資訊中心，並且可以向人們提供關於加拿大全國各地房屋租賃與銷售市場的資訊。若欲瞭解詳情，您可以撥打該公司的免費長途電話：1-800-668-2642，或上因特網訪問該公司的網站：<http://www.cmhc.schl.gc.ca>。

保護您的錢財

銀行和其它金融機構

絕大多數加拿大人將其錢財存在銀行。銀行帳戶是您存儲金錢的一個安全場所。當您的錢是存在銀行時，您可以用它們來寫支票、賺利息、申請獲得信貸和付帳單。信用社、信托公司和魁北克省的 *caisses populaires* 也提供與此類似的一些金融服務。

開設銀行帳戶

絕大多數銀行都有多種帳戶，您可以與它們商討哪種帳戶最符合您的需要。爲了開設帳戶，您應當準備提供一些與您個人有關的資料和某種身份證明材料，例如您的護照或社會保險號碼等。爲了滿足所得稅申報的要求，銀行需要知道您的社會保險號碼。在這一點上，所有銀行對所有人都是一樣的。如果您在去銀行開帳戶時尚未收到您的社會保險號碼卡，那麼您就需要出示已經提出該卡申請的證明材料。

請您注意：加拿大沒有郵政儲蓄帳戶。

使用自動銀行業務機

現在，許多加拿大人都使用自動銀行業務機來進行他們與銀行所打的絕大部分交道。這些機器被稱爲ATM，其功能就如同一座每周營業7天、每天營業24小時的自助銀行一般。如果您擁有一張銀行卡，那麼您就可以使用這些機器來進行從帳戶中提款、付帳單、存支票等一系列銀行業務。一般來說，您將會需要爲此支付一筆數額很小的服務費。

您可以從您的開戶銀行那裡申請獲得一張銀行卡。爲了能夠以該卡使用機器來進行與帳戶有關的銀行業務，您將會需要創設一個個人身份證明號碼。該號碼通常被稱爲您的PIN號碼。您不應當把銀行卡借給任何人，或告訴任何人您的PIN號碼。甚至您在向銀行業務機輸入PIN號碼時，也不應當讓任何人看見所輸入的號碼。這樣做將能夠維持您銀行帳戶的安全——也就是說，維持您的錢財安全。

銀行卡還可以被用來在許多商店裡買東西。當您用銀行卡來付款時，錢是直接從您的銀行帳戶裡提走的。這種付款方式被稱爲Interac直接支付。

儘管上述各種服務都是很有用處的，但是，它們可能會使您感到難以明確自己都進行了哪些銀行業務。您不應當忘記對任何事情做出記錄，並且不應當忘記留意您的帳戶余額和那些與您有業務往來的各金融機構所收取的服務費。

直接存款

越來越多的加拿大人現在都開始使用直接存款服務了。所謂直接存款，是指那些應當付給您錢的組織或機構，例如您的雇用組織或應當發給您某種款項的政府部門，直接通過電子資金轉帳把錢存到您的帳戶上。這樣做使您能夠立即使用這筆錢，而用不著在家裡等待支票的到來或在銀行排隊等候把這張支票存入帳戶。如果您預計將會從某個組織或機構定期地得到付款，那麼您就可以要求該組織或機構向您提供這種直接存款服務。許多政府部門和公司都提供這種服務。

如何向海外寄錢

如果您需要向加拿大以外的國家寄錢，不要寄現錢，而應當使用保付支票或匯票來寄。您可以向您的開戶銀行詢問與這些選擇有關的資訊。另外，您還可以在郵局購買匯票，或通過私營匯款/轉帳服務機構進行電匯。

申請獲得信貸

獲得信貸意味著您現在借得一筆錢來購買一些東西，以後再附加上利息把它還回去。利息就是為讓您使用這筆錢而收的使用費。利息率可以是很高的，所以您在如何使用信貸這個問題上應當十分小心。

信貸有多種形式，如信用卡、信用額度安排、按揭、貸款等等。您可以在銀行和信托公司申請獲得信用卡。信用卡使您可以用信貸來購買物品，經過一段在一個月以內的時間之後才收到要求為這些物品付款的帳單。如果您在預定日期之前把這些帳單全部付清，那麼您將不必支付任何利息。

如果您使用信貸借了錢，那麼您就一定要確保自己切實明確什麼時候需要還錢和每次付款的總額將會是多少。如果您是用某種分期付款的方式來借的錢，那麼您的還款方式可能就會是每月按期支付一定數量的一筆月錢。

目前，許多百貨商店都大做一些所謂特別優惠的廣告。在這些廣告中，它們聲稱您可以現在購買某些物品，經過一段為期一年、六個月的時間以後再付款，不帶利息等。在您簽字購買任何這樣的物品之前，您一定要確保自己切實明確需要在什麼時候付什麼款。如果您覺得有關這些物品的資訊中有任何部分是難以理解的，那麼您就應當向一個您所信任的人詢問，獲得明確的解答。

電話推銷

可能會有一些人爲了推銷某些東西而給您打電話。這些人有可能會是誠實的，但同樣也有可能是不誠實的。您自我保護的最好方法是在任何情況下都不要通過電話來給出關於您的個人材料或財務資料。如果打電話的人使您感到不舒服，那麼您只需掛上電話就是了。

如何獲得更多的資訊

您的開戶銀行可以免費向您提供包括理財建議在內的大量資訊。加拿大銀行業者協會亦提供一系列的免費出版物，其內容從如何開始帳戶、如何管理錢財、如何使用銀行業務機直至如何爲孩子的未來教育而儲蓄等等，多種多樣。若欲獲取這些出版物，您可以撥打該協會的免費長途電話號碼：1-800-263-0231，或上因特網訪問其網站：<http://www.cba.ca>。

- 您是否已經在銀行開設了一個帳戶？

找工作

在一開始，您可能會覺得難以找到與自己擁有的技能相稱的工作。與此同時，在您具備加拿大經驗之前，您可能會難以找到一份在薪水方面如意的工作。請您盡量不要因此而感到沮喪。當最終獲得如願的工作時，您將會從以前的經驗中得到極大的益處。

在加拿大，當您申請工作時，雇主將會要求得到一些關於您的資訊。您應當攜帶一份介紹自己教育程度和工作經驗的履歷，即所謂 *résumé*。與此同時，帶上幾封以前雇主所寫的推薦信和您的專業學歷證書、職業培訓畢業證書。雇主可能會要求您提供出這些文件的英文本或法文本。

請您注意，有些行業或職業是受控的。所謂受控，是指您只有在獲得了某種執照、證書或成為某種註冊專業人員之後才有資格從事這種工作。換句話說，您必須擁有一定的必備條件。這些條件是由您計劃就業地點所在省份負責該職業的組織制訂的，它們在各省之間可能會有所不同。因此，即便您在另一個國家裡可能是有資格從事某種職業的，若欲於加拿大獲得執照在該職業領域裡工作，您所擁有的各項條件還須滿足加拿大的標準。

移民服務組織可為您提供幫助

如果您不會講雇主所講的語言，您可以請一位朋友替您作翻譯，或通過一家移民服務組織得到一名翻譯。與此同時，您還可以向該移民服務組織詢問一下如何才能得到一些就業服務，例如找工作聚會、找工作講習班、履歷與求職信撰寫協助等。這些服務通常都是由移民服務組織本身或省政府提供的。請查閱本手冊封底袋中名為《在您的社區內尋找幫助》(*Finding Help in Your Community*) 的小冊子。

加拿大人力資源開發部的分支機構

加拿大人力資源開發部位於您所在地區的分支機構有許多關於職位的資訊。這些資訊或者是列在該機構裡的招貼板上，或是儲存在該機構裡的自助服務電腦之中。加拿大人力資源開發部簡稱 HRDC，是加拿大政府中的一個部，其分支機構遍及全加拿大。這些機構向找工作的人們提供各種資訊和服務，其中有一部分還允許人們免費地使用其電腦、打印機、因特網、電話、傳真和資料室等。

這些機構還可能會提供關於如何撰寫履歷、如何找工作的講習班，以及關於電腦培訓和其它課題的一些課程。

與此同時，HRDC還設有一個稱為Job Bank的職位資訊庫和一個稱為電子勞工交流中心（簡稱ELE）的因特網網站。該網站在那些找工作的人和那些有職位空缺的組織和機構之間架起了一座橋梁。雇主們可以使用該網站來公布空缺的職位，而您則可以使用該網站來把所擁有的技能向成千上萬的潛在雇主公布。該網站的因特網網址為：<http://www.ele-spe.org>。

另外還有一個稱為“Worksearch”的網站可能會對您有用。該網站使用起來很方便，並且能夠就找工作的各個方面為您提供幫助。該網站的因特網網址為：www.worksearch.gc.ca。HRDC的青年查詢台（InfoLine）號碼是1-800-935-5555。

您可以在電話號碼簿藍頁部分中“Human Resources Development Canada”欄目下找到加拿大人力資源開發部離您最近的分支機構之地址和電話號碼。

利用報紙和其它資訊來源

報紙上登列有許多空缺的職位。您可以在分類廣告部分中“Help Wanted”和“Careers”欄目下尋找它們。周末報紙中可能還會單獨開設一個職位廣告部分。

圖書館也是很有用處的。圖書館裡有關於如何找工作或如何寫履歷的書，並且通常存有一些加拿大各地或您所在地區的企業名錄。這些出版物可以幫助您找到與潛在雇主有關的資訊。與此同時，圖書館的期刊部將會存有各種周刊，而這些周刊裡登列有加拿大全國各地新近空缺出來的職位。另外，您還可以在大多數公共圖書館裡使用因特網。您可以到圖書館的查詢處詢問一下，以便獲得與此有關的更多資訊。

在加拿大，“聯結關係網”亦是很多人使用的一種找工作方法。這種方法要求您與包括親戚朋友在內的所有認識的人都聯絡一下，讓他們知道您正在找工作。這樣做有可能會幫助您找到一份雇主從未在任何地方刊登過招聘廣告的工作。移民服務組織所提供的找工作聚會服務也可能會是很有用處的。

另外，市場上還有一些私營的就業安排服務機構。這些機構有可能會能夠幫助您找到固定的、臨時的或合同性的工作。請您注意，由於雇主在使用這些機構的服務時是需要付費的，所以您的薪水有可

能會比您自己找到同一工作時的薪水要低一些。這些機構的總稱為“職業介紹所”，其地址和電話號碼都是登列在電話號碼簿的黃頁部分裡的。您可以在“Employment Agencies”這個欄目下尋找。

證書和外國文憑

如果您想要在某個受控的行業或職業領域裡工作，那麼您可能就會需要擁有某種在加拿大獲得的合格證書。爲了得到該證書，您可能需要參加某項考試或作爲實習生工作一段時間。從業所需的必備條件在各受控職業之間是不同的，在不同省份中的同一職業之間也是不同的。您可以與加拿大和／或本省負責有關行業或職業從業資格評定的協會進行聯絡，還可以與加拿大國際文憑資訊中心或其它國際文憑評定服務機構聯絡一下。本手冊封底袋中名爲《重要資訊來源》(Key Information Sources)的小冊子爲您列出了這些機構的名稱和電話號碼。

工作報酬

雇主有權選擇每周、每雙周或每月向其雇員支付一次報酬。您的工作報酬支付形式可以是現金、支票或直接把錢存入您的銀行帳戶。工作報酬支票存根上將會寫明您的報酬總額是多少。該存根還將會列出從您報酬總額中減去的各款項。這些款項總稱爲扣除，是用來支付聯邦和本省的所得稅、養老金計劃的供款、就業保險的保險費和其它一些款項的。

自我雇用

現在，越來越多的加拿大人開始爲自己工作，在家裡經營自己的企業。您或許也會願意加入這支迅速壯大著的企業家大軍，自行開設一家企業，或與某位合伙人合作來做這件事情。若欲爲此而獲得一些資訊，您將會有許多來源。

加拿大銀行業者協會提供一本名爲《開設一家小型企業》(Starting a Small Business)的免費小冊子，其內容涵蓋了您在創業伊始時所需的絕大部分資訊。若欲獲取這本小冊子，您只需撥打該協會的免費長途電話號碼：1-800-263-0231即可。

加拿大企業發展銀行也向那些有意爲自己工作的新移民們提供一本小冊子，其名爲《在加拿大開設一家企業：新移民指導手冊》(Starting a Business in Canada: A Guide for New Canadians)。與此同時，該銀行還向企業家們提供管理培訓、咨詢和計劃制訂等服務。若欲

瞭解詳情，您可以撥打該銀行的免費長途電話號碼：1-888-463-6232，或上因特網訪問該銀行的網站：<http://www.bdc.ca>。

加拿大企業服務中心則是一個中心資訊來源。該中心為人們提供加拿大工商資訊，尤其是那些與政府有關的資訊。在各省和各地區中，您都可以找到這樣的中心。這些中心通過因特網向人們提供服務，但是您也可以直接與中心的一位工商資訊服務業務員交談。在電話號碼簿藍頁部分中的聯邦政府一節裡，您可以找到離您最近的一家加拿大企業服務中心之地址和電話號碼。

《小型企業貸款法》(*Small Business Loans Act*) 能夠幫助小型企業從銀行或其它貸款機構獲得貸款。若欲瞭解詳情，您可與加拿大工業部聯絡。您可以在電話簿藍頁部分中的聯邦政府部門一節裡找到該部之地址和電話號碼。

您的生意和為生意而做的旅行

儘管加拿大政府承認旅行往往會是生意活動中的一部分，但是，如果您在一年中留居在加拿大之外的時間超過了183天，那麼您就可能失去您的加拿大永久居民身份。因此，在您動身為生意而旅行之前，您應當給CIC的自動電話服務站打個電話來詢問一下有關情況。

如果您是作為企業家在一定條件下被接受成為加拿大居民的，那麼加拿大公民資格與移民部將會檢查您的生意進展情況，並且會提供諮詢這種特別服務來幫助您。如果您在兩年後仍未滿足入居加拿大各項條件的要求，那麼您和您所扶養的家屬就可能被要求離開加拿大。請您注意，這僅對那些作為企業家在一定條件下入居加拿大的人適用。

孩童日間照管

在找到工作以後，請您不要忘記把12歲以下的孩童單獨留在家裡在加拿大是犯法的。您可能會需要雇用他人來在您工作的時候照管孩子。為此，您有不少地方可供選擇，例如那些有照經營的日托心、家庭日託站、幼兒園和那些隨到隨收的日托中心。另外，您還可以雇人到您家裡來照管孩子。您可以查閱電話號碼簿黃頁部分中“Day Nurseries”和“Day Care”等欄目下的內容，還可以在報紙分類廣告部分中“Employment Wanted”欄目下來尋找一位居住在本地的兒童照管人員。低收入家庭還可享受政府資助的日托服務。

勞工法與人權

在加拿大，各省和聯邦政府都有其勞工法，以便同時保護雇員和雇主。這些法律設定最低工資水平、衛生與安全標準、工作小時數、產假和照常領取工資的年度假期，並且為兒童提供保護。與此同時，加拿大還有各種與人權有關的法律。這些法律保護雇員不會由於其性別、年齡、種族、宗教或殘疾而受到雇主的不公正待遇。

另外，您還有權在加拿大加入工會。工會為雇員的工資、工作小時數和工作條件與雇主進行談判。工會會員費將從您的工資中扣除。

如果您覺得受到了來自雇主的不公正待遇，您可以與本省的勞工局聯絡，尋求該局一位工作人員的建議和／或幫助。您還可以與加拿大人權委員會或加拿大人力資源開發部的一家分支機構聯絡，與聯邦政府負責勞工事務的一位工作人員交談。

作義工

您可以作為義工來幫助某機構或某社區組織進行工作。作為義工，您自願貢獻出自己的時間而不要報酬。但是，在幫助他人的同時，作義工可以使您增加在加拿大的工作經驗，瞭解加拿大工作場所的實際情況，練習自己的英語或法語，並結交新朋友。您可以在電話號碼簿黃頁部分中找到義工中心的地址和電話號碼，或與所在地區的社區機構聯絡。

義工工作中的一個例子是加拿大接待員項目（簡稱HOST項目）的工作。該項目是加拿大政府出資設立的一個項目，其目的在於幫助新移民做出必要的調整，以便安置並融合於加拿大社會之中。該項目的義工都是加拿大人，他們把自己的時間貢獻出來與新移民一同度過，向新移民介紹加拿大的生活方式。

如果您想瞭解更多的有關HOST項目的情況，請與本地的移民服務組織聯絡。在本手冊封底袋中名為《在您的社區內尋找幫助》(Finding Help in Your Community) 的小冊子為您列出了這些組織的地址和電話號碼。

- 您是否知道把12歲以下的孩童單獨留在家裡是犯法的？
- 您是否已經到加拿大人力資源開發部的一家分支機構去提交了獲得社會保險號碼卡的申請？

學習英語或法語

加拿大有兩種官方語言：英語和法語。幾乎所有加拿大人都至少能講這兩種語言中的一種，數以百萬計的加拿大人則同時能夠講這兩種語言。在每一省份和地區中，都同時存在有英裔人的社區和法裔人的社區。在加拿大全國各地，英語都是大多數人所操的語言，僅魁北克省例外。在該省中，法語是官方語言。與此同時，在加拿大其它一些省份中，尤其是在新不倫瑞克省、安大略省和曼尼托巴省中，法語亦是許多社區所用的語言。新不倫瑞克省是一個以英法兩種語言為官方語言的省份。

您適應加拿大生活所需的主要技能之一就是講英語或法語的能力。一旦具備了這兩種語言中一種或兩種的能力，許多事情對您來說都會變得容易得多，例如找工作、瞭解加拿大、甚至與自己孩子的溝通——您的孩子在校很快學會的語言也將會是英語或法語。另外，您只有在會講英語或法語的條件下才能成為加拿大公民。

許多地方都開設有語言課，而這些課程中有不少都是免費的。這些課程有時被稱為“非母語英語課程”（簡稱 ESL）或“非母語法語課程”（簡稱 FSL）。

加拿大新移民語言課程（簡稱LINC）

加拿大聯邦政府與各省政府、地方教育委員會、社區學院和移民服務組織合作，共同在全國各地向成年永久居民免費提供語言培訓課程。在絕大多數省份中，該政府項目的名稱為“加拿大新移民語言課程”（英語簡稱LINC，法語簡稱CLIC）。該項目的工作人員還可以對您現有的語言水平進行評估，以明確具體哪些培訓課程對您來說最為適用。

為了適應您的需要，LINC項目同時提供全日制和非全日制兩種課程安排。與此同時，絕大多數LINC項目中心都可以向您介紹本地開設的其它非LINC語言課程的情況，有些LINC項目中心甚至還可以在您上課時免費為您照管孩子。

請您注意，所開設的語言課程是面對您全家所有成年人的，而並非只是向那些正在找工作的人提供。

如何獲得更多資訊

若欲瞭解可在本地區的什麼地方參加LINC項目的課程，您可以參閱本手冊封底袋中名為《語言培訓》的小冊子。這本小冊子就各LINC評估中心為您列出了一份清單。您還可以與本地的移民服務組織聯絡。該組織可能會將您介紹給一家LINC評估中心，而該中心則會把您介紹給那些提供LINC培訓課程的組織。另外，您還可以直接給本地的教育委員會打電話，從而獲得那些與在社區內開設的各種課程有關的資訊。

絕大多數大學、社區學院、私營語言學校和部分社區組織也都提供語言課程。若欲瞭解有關詳情，您可以直接與這些機構和組織聯絡。請您注意不要忘了詢問有關費用的情況，因為這些課程有可能不是免費的。

子女上學與成人教育

6歲至16歲的少年兒童必須上學，並且他們當中的大多數上的是公立學校。一般來說，每學年都是從九月初開始，至下一年的六月底結束。聖誕節期間將會有一個為期兩周的假期，在二月或三月中還會有一個為期一周的假期。孩子們每周一至周五到校上課，每天上課大約6小時。他們一般都帶有自己的午飯。

在公立學校之外還有私立學校，但這些學校的學費可以是很高的。公立學校和天主教學校的費用都是靠稅收來支付的。

為孩子找學校

確定孩子應當上哪所學校最好的方法是給本地區的教育委員會打個電話。各教育委員會的地址和電話號碼都是登列在電話號碼簿黃頁部分中“Schools”欄目下的。一般來說，您選擇學校的依據將會是您的居住地點和您認為更可取的學校系統。

在許多情況下，因為學校的距離比較遠，所以孩子們無法步行到校上課，而是需要搭乘校車或公共交通系統的車輛去學校。（在加拿大，校車是由學校提供的，不需您付費或只需您付很少的費用）這是一個在選擇學校或居住地點時需要考慮的問題。

為孩子注册入學

當您去學校給孩子注册入學時，您應當帶上他們的出生證或其它身份證明文件。如果這些文件的原件不是英語或法語的，那麼您就應當把它們翻譯成英語或法語。與此同時，您還應當帶上他們的永久居民證 (IMM1000)、護照、以及所有的在校學習檔案和醫療檔案材料。另外，學校可能還將會要求您出示孩子的疫苗接種證書。

成人教育

在加拿大，求知是一件需要終生不斷進行的事情。因此，許多加拿大人在成年之後仍然繼續學習。成人教育是要付出費用的，您可向大學和學院申請獲得學生貸款。您可以通過成人教育來改變您的工作、或是改善您現有的技能。您還可以通過學習來獲得在某個行業或職業領域裡從業的資格。就許多行業和職業來說，獲得從業資格所需的條件在各省之間是不同的，並且您必須在有了某種執照之後才能獲得從業資格。請您注意，有些加拿大學校是不承認您在加拿大之外所獲的學歷或文憑的。

若欲獲得與成人教育有關的資訊，您可以與所在社區的教育委員會、社區學院或大學聯絡。您可以在電話號碼簿黃頁部分中“Schools”、“Colleges”和“Universities”欄目下尋找它們的地址和電話號碼。另外，您還可以從一家移民服務組織那裡得到一份本地區教育機構的清單。

與此同時，您還可以與所在省份中的有關行業或職業協會聯絡，就從業資格問題獲得一些資訊。

如何獲得更多資訊

其它一些資訊來源：

- 本省教育局；
- 教育委員會；
- 大學、社區學院；
- 有關行業或職業協會；
- 移民服務組織。

- 您的孩子是否已經到校註冊？
- 您的各種學歷證書是否都已經翻譯成英語或法語了？

加拿大的稅收

加拿大居民能夠從許多政府項目中受惠；而這些項目所需的費用則是來自他們自己所繳納的稅款和工資單中所扣除的各種款項的。這些項目所起的作用涵蓋了：向那些生活困難的人所提供的社會救助；向那些失業了的工人所提供的就業保險；向那些在工作中受傷的工人所提供的工人恤養金；以及向那些 65 歲以上的公民所提供的老年人恤養金等等。

所得稅

加拿大人所繳納的稅有許多種。政府征收所得稅的目的在於向居民提供各種服務，例如道路、學校和醫護服務等。加拿大的所有居民都必須繳納所得稅。您每年都必須提交一份所得稅納稅申報單，用此單告訴政府自己當年掙了多少钱、繳納了多少稅。在大多數情況下，您的收入在到手之前都會自動地被扣除一筆所得稅的。如果您因此而付了過多的稅，那麼您將會收到一筆退款；反之，如果您的稅沒有交足，那麼您就得補交更多的稅。

填寫所得稅納稅申報單是一件極端重要的事情。包括子女養育免稅津貼在內的許多政府福利都是在您每年填寫此單的前提下才能得到的。聯邦政府所得稅納稅申報單是可以從任何郵局或加拿大稅收與關稅署的任何納稅服務分支機構那裡得到的。加拿大稅收與關稅署為幫助新移民報稅而編寫了許多出版物，它們對您可能會是很有用處的。（若欲索取這些出版物，請撥打 1-800 387-1193 或上因特網訪問網站 <http://www.ccr-a-drc.gc.ca>）與此同時，該署還有許多義工，在“社區所得稅義工項目”的安排下幫助您填寫納稅申報單。該項服務是免費的。完成所得稅申報的截止日期在加拿大是每年的 4 月 30 日。請您注意，如果您在報稅年度裡居住在魁北克，那麼您在聯邦所得稅申報單之外還須填寫一份魁省所得稅納稅申報單。

其它稅種

無論購買什麼，您都需要在其本身價格之外交付一筆貨物與勞務銷售稅（簡稱 GST）。該稅是附加在從襪子到新房子等任何東西的價格之上的。與此同時，您可能還得交付一筆本省的銷售稅（簡稱 PST）。該稅的征收範圍在省與省之間有所不同。如果您擁有所住房子的產權，那麼您就還得繳納不動產稅和教育稅。若欲瞭解有關

這兩種稅的詳情，您可以與所在地區的教育委員會聯絡，或與所在市的市政府聯絡。

如何獲得更多資訊

您可以與下列機構聯絡：

- 加拿大稅收與關稅署，
- 省政府稅務局，或
- 本地區教育委員會。

所有這些機構的地址和電話號碼都可以在電話號碼簿中找到。

加拿大的法制

加拿大是一個依據一整套法律系統來治理的國家。法律是由政府制訂的，而政府則是人民自由選擇的結果。在加拿大，法律對包括警察、法官、政治家和政府組成人員在內的所有人都是一樣適用的。我們制訂法律的主要目的是向社會提供次序、為解決糾紛提供一種和平的途徑、並替加拿大社會表達出價值觀和信仰。加拿大每一個人不論是公民還是永久居民，在司法系統面前都是平等的。

警察

設立警察的目的在於保護人民的安全和實施法律。在各種情況下，您都可以向警察求助，例如：有事故發生、有人偷了您的東西、有人侵犯您的人身、您看見有人犯罪、或某位您所認識的人失蹤了等等。

加拿大有幾種不同類型的警察，有各省自己的警察隊伍，還有負責實施聯邦法律的加拿大皇家騎警。請您不要忘記，有警察在那裡為您服務。一旦遇到緊急情況，您就應當毫不猶豫地撥打 911 或撥 0 找接線員向本地警察局告急。

如果由於某種原因您被警察查問或逮捕，不要抗拒。請您不要忘記，您是在加拿大，您在被證明確實有罪之前是被假定無罪的。您應當正視警官，以盡可能清楚的方式表達自己。您應當十分爽快地出示出某種身份證明物件。如果您被拘留，那麼您將有權知道其原因、有權獲得一位律師的服務，並且在必要時，有權獲得一位翻譯的服務。根據加拿大的法律，試圖向警察行賄——試圖通過給錢、送禮或提供服務來取得特殊待遇——是一種嚴重的罪行。

律師服務

如果您需要一位律師在法庭上保護您的權益，那麼您可以出錢雇用一位。您可能會有權獲得免費律師服務。這種服務被稱為“法律協助”，您是否有權得到取決於您的收入情況。在本手冊封底袋中名為《重要資訊來源》(Key Information Sources) 這本小冊子裡，您將能夠找到本省法律協助部門的電話號碼。另外，任何一家移民服務組織也都將會能夠告訴您如何尋找和獲得這種服務。

孩子的權利

在加拿大，家長依法有義務為其16歲以下的孩子提供各項基本生活所需。在我們國家裡，虐待孩子是犯法的。無論是心理、肉體傷害還是性侵犯，以任何形式來虐待孩子都是嚴重的罪行。各種虐待形式可以包括重打孩子以致出現青腫、恐嚇或侮辱孩子、任何猥褻動作、以及對孩子不加照管。如果某位警察、醫生、教師或某位負責保護少年兒童的社會工作者認為某個孩子正在受到傷害，那麼他們就都會出面干預的。如果情況十分嚴重，那麼他們就有權把孩子與其父母分離開來。有些文化中的通常作法是加拿大所不能接受的。例如，加拿大法律禁止以任何形式來割殘女性的生殖器官。

婦女的權利

在加拿大，男人和女人都是平等的。依據《加拿大權利與自由憲章》(Canadian Charter of Rights and Freedoms)，所有人都擁有相同的權利。歧視婦女與對婦女施暴一樣，都是犯法行爲。受到丈夫虐待的婦女可以到社區收容所裡為她們自己和孩子們尋求幫助，並且有權為她們自己和孩子們的安全尋求法律保護。

加拿大有許多旨在維護和爭取婦女權益的組織，並且它們當中有一些是特別注重向婦女移民提供幫助的。您所在地區的移民服務組織將會能夠告訴您這些組織的名稱的。若欲獲得關於婦女合法權益和社區收容所更多的資訊，您可以撥打那些登列在電話號碼簿頭幾頁“Distress Centres”、“Child Abuse”或“Sexual Assault”條目旁的電話號碼。

家庭暴力行爲

在加拿大，對任何人——無論是男人、女人還是孩子——所施加的暴力行爲都是犯法行爲。任何人都無權打人、威脅人或強迫他人與其發生性行爲。無論受害人是誰——無論他(她)是妻子、丈夫、生活伴侶、男朋友、女朋友、父母還是其它親戚，這些法律都適用。

如果您或您的孩子受到了虐待，您可以撥打911或本地區的其它應急電話報警。警察能夠幫助您獲得醫療服務或，如果您願意，開車把您送到一個安全的地方。受虐待的成年人和孩子都可以獲得應急收容所、咨詢和免費法律顧問的服務。與此同時，還有一些專門為強姦和性侵犯受害人而設的服務中心，您可以在電話號碼簿的頭幾頁裡找到它們的電話號碼，並且不要忘了有這樣的中心在那裡為您服務。另外，如果您僅僅是想找人說說心裡話，在加拿大的許多

城市裡都設有一些24小時開放的電話服務熱線。這些服務熱線還能夠告訴您如何得到所需的其它服務。

許多社區服務中心也都提供諮詢服務。這種服務主要是面嚮那些有虐待行爲但正在尋求幫助的生活伴侶、那些不希望相互分離的家庭和孩子們的。

老年人的權利

所謂老年人是指那些年齡在 65 歲以上的人。如果您是一位老年人，那麼您可能就會有權獲得一些政府福利，例如老年人恤養金（簡稱 OAS）和保證收入補助金（簡稱 GIS）等。您必須是在滿足了一定的居住期要求之後才能有資格獲得這些福利。在此之外，您可能還會同時有資格從您的原籍國家獲得老年人恤養福利。在這些福利的基礎上，加拿大的有些省份還向老年人提供一些額外的其它福利，例如與憑處方購買的藥物有關的福利等。若欲瞭解詳情，您可以撥打免費長途電話號碼：1-800277-9914。如果您的聽力或說話能力不足，需要使用TDD 或 TTY 專用設備，那麼請您撥打1-800255-4786。提供法語服務的免費長途電話號碼是：1-800277-9915。

許多企業也都或是向老年人提供各種優惠產品服務價格，或是特為老年人劃出一個服務區域，以使他們能夠更為方便地獲得服務。

- 您是否知道對任何人的暴力行爲——無論是對男人、女人還是孩子——在加拿大都是犯法的？
- 您是否知道割殘女性生殖器官的做法是犯法行爲？

交通

獲得駕駛執照

在加拿大開車必須持有有效駕駛執照。駕駛執照是由您所居住的省份或地區頒發的。在您剛剛入境加拿大以後一個較短的時期內，您所持有的外國駕駛執照有可能可以繼續有效。但是，入境一段時間以後，您就得通過一項加拿大駕駛考試才能獲得一張有效駕駛執照了。為該考試做準備將能夠幫助您瞭解加拿大的交通規則。另外，您還可以得到一張國際駕駛執照。若欲瞭解有關詳情，您可以與本省交通局或負責頒發機動車牌照的政府機構聯絡。

有不少私營公司開設駕駛課程。這些課程都是收費的。在參加駕駛考試之前，您可以上一些駕駛課。請您參看電話號碼簿黃頁部分中“Driving Instruction”欄目下的有關內容。

請您注意：依照有關法律，您在任何時候開車都必須隨身攜帶駕駛執照。與此同時，您還應當攜帶您的汽車註冊證和車輛行駛許可證。帶上您的汽車保險證明也是一個好主意。

買車

汽車無論新舊都是很費錢的。您需要確保自己是有能力支付維修、汽油、分期付款所需的月錢、汽車註冊、以及汽車保險等各項費用的。許多加拿大人喜歡租車來使用。租車可以是一種很方便的辦法，但是它涉及許多隱蔽的費用，例如管理費或使用稅等。無論是買車還是租車，您都需要確保自己對具體得要承擔哪些費用是搞清楚了的。

汽車保險則是另一項重大開支。所有汽車的車主都必須將其汽車在所居住省份負責機動車牌照的政府機構那裡註冊，並且必須為其汽車投保。這是法律。汽車保險可以是很昂貴的，可是萬一您出了車禍，它就能為您和其它開車的人提供保護。您需要從私營保險公司購買汽車保險。這些公司的名稱都是會在電話號碼簿黃頁部分中“Insurance”欄目下登列出來的。在有些省份中，您還可以從省政府所屬的公司那裡購買。您應當多詢問幾家保險公司，通過貨比三家來得到最優的保險價格。開車無事故的良好記錄將會能夠幫助您得到更為優惠的保險價格。若欲瞭解更多的有關資訊，您在加拿大的絕大多數省份都可以撥打加拿大保險企業聯絡處的免費長途

電話號碼：1-800-361-5131，或上因特網訪問該處的網站：
<http://www.abc.ca>。

使用座椅安全帶

當您在加拿大開車時，您自己和車上的其它乘客在任何時候都必須繫繫座椅安全帶。這是法律。安全帶在發生車禍時能夠拯救您的生命。如果您不繫安全帶，那麼您就可能受到罰款。

使用車用兒童活動座

當您開車時，那些年齡太小無法安全地使用座椅安全帶的嬰兒和兒童必須使用車用兒童活動座。如同安全帶一樣，這些活動座在發生車禍時能夠拯救他們的生命。為適應不同年齡和體重兒童的不同需要，有幾種不同的活動座。例如，嬰兒必須使用一種面嚮車後方嚮的特殊活動座。18公斤以上的兒童則需要使用一種平衡座。

如果發生車禍……

如果您需要醫療服務，那麼您就應當立即撥打911或本地區的其它應急電話號碼。留在原地不要離開，請別人打電話報警。您還應當盡可能快地把事故情況報告給您投保的汽車保險公司。十分重要的另一件事情是與事故對方的開車人交換各自的姓名、地址、電話號碼、汽車保險保單號碼和駕駛執照號碼。千萬不要離開事故現場；在您撞了人之後尤其不要離開——這種做法被稱為“肇事後逃跑”，是一種嚴重的犯法行為。

如何獲得更多資訊

您可以與本地區的公共交通系統、本省交通局、本省負責辦法機動車牌照的辦公機構或保險企業協會聯絡。這些組織機構的名稱都是登列在電話號碼簿中的。

- 您是否持有有效駕駛執照？
- 您是否為自己的汽車投了保？
- 您是否為孩子備有車用兒童活動座？

與親友保持聯繫

加拿大郵政公司

在加拿大，郵件是由加拿大郵政公司郵遞的。您在寄發郵件時需要貼郵票，並且可以在任何郵局裡買到郵票。與此同時，許多藥店、旅館前台、機場、火車站、長途汽車站和一些報刊銷售處也都出售郵票。郵寄一封信或一個包裹所需郵資多少取決於該郵件重量、體積的大小和目的地的遠近。在向加拿大境內某地郵寄某物時，請您不要忘了在收件人地址中寫上其六位數碼的郵政編碼，並且不要忘了在郵件上寫下回寄地址。這樣做將能夠加快郵件的郵遞速度。如果向海外郵寄某物，那麼您就必須使用該國家的專用編碼。您可以到任何郵局瞭解有關詳情。

如果您需要郵寄信件或小包裹，那麼您可以去郵局或直接將其投入加拿大郵政公司的紅色郵箱。這種郵箱在加拿大全國各地遍及街頭和各購物中心。大包裹需要到郵局去郵寄。

加拿大郵政公司還向人們提供多種其它服務，例如快遞、郵政匯票和重要郵件的保險等。這種保險能夠在郵件丟失或損毀時為您提供保護。快遞服務是要比平信貴的，您可以在離您最近的一家郵局詢問一下價格。與此同時，還有一些提供特快專遞或信使服務的私營公司，您可以在電話號碼簿黃頁部分中“Courier”欄目下找到它們的名字。除了法定節假日之外，各種郵件派送都是在每周一至周五之間進行的。郵件向住戶、郵政專用信箱或社區信箱的派送都是如此。如果您需要打電報，那麼您可以通過查閱電話號碼簿黃頁部分中“Telegram Services”欄目下的內容來瞭解有關資訊。

居民回國許可證

您有時可能會想要離開加拿大去走親戚。如果您不是加拿大公民，並且在一年中打算留居在加拿大境外的時間超過183天，那麼您就需要申請獲得一張居民回國許可證。如果沒有這份文件，那麼您在回加拿大時就可能會被拒絕入境，並且可能會失去您的加拿大永久居民身份。因此，在動身之前，您應當先給CIC的自動電話服務站打一個電話，詢問一下有關情況並索取一張申請表。請您注意，政府的許可證服務是要收取手續費的。

申請成為加拿大公民

儘管您只有在於加拿大居住期滿至少三年之後才能申請獲得加拿大公民身份，但是您可以從入境加拿大的第一天起就對成為加拿大公民意味著什麼進行考慮。加拿大人相信加拿大是一個特殊的國家。絕大多數加拿大人都同意聯合國“加拿大是世界上適於居住的國家”這一說法。

若欲申請獲得加拿大公民身份，您將需要展示出自己對成為這個國家一員的深切願望：

- 您需要能夠滿足有關居住期的要求。只有在加拿大住滿至少三年之後，您才能申請獲得加拿大公民身份。
- 您需要具備關於英語或法語的足夠知識。
- 您需要能夠證明自己對加拿大和加拿大公民的權利與義務都有所瞭解。
- 您必須年滿18歲以上。

加拿大公民的權利與義務

對許多新移民來說，得到公民身份，獲得這種成為新國家一員的特殊感覺，是一個指引著他們日常生活工作中許多方面的目標。這種感覺是一種自豪感，是一種信任感——對平等、多元化和尊重他人等觀念的信奉。成為加拿大公民不僅意味著接受加拿大人所共有的那些具有加拿大特色的價值觀，而且意味著尊重作為一個加拿大人所擁有的權利和應盡的義務。

加拿大公民身份是值得珍惜、受人尊重的。獲得公民身份就如同與您的國家簽署了一份合同；您通過該合同有權享有公民的一切權利和福利，同時也必須盡到公民的一切義務。

如何申請

若欲瞭解與獲得加拿大公民身份有關的資訊並得到一套申請材料，您可以給CIC的自動電話服務站打一個電話。至於如何獲得這些服務站的電話號碼，請您參閱本手冊《基本服務》一章中“加拿大公民資格與移民部（簡稱CIC）的自動電話服務站”一節裡的有關內容。

結束語

我們希望本手冊能夠使您對加拿大的世情有所瞭解。爲此，我們試圖把具體實用的資訊和一些關於價值觀與信仰的概括性介紹結合在一起進行闡述。這些價值觀和信仰把我們團結在一起，是我們加拿大人的特色，也是加拿大這個國家的特色。在您逐步成爲加拿大公民的過程中，我們衷心地希望本手冊的內容能夠幫助您獲得那種親切感、那種成爲新國家一員的特殊感覺。我們加拿大是一個新移民的國家，歡迎您加入我們這個大家庭。

“我現在已經是一位加拿大公民了。我爲此感到自豪、幸福和幸運。我對加拿大萬分感激。我的童年已經損失掉了，現在正在開始自己人生中的一個新階段。我認爲，每一個加拿大人都應該爲自己感到自豪。雖然我的皮膚顏色與別人不同，但我同樣擁有屬於我的各種權利——我是一個加拿大人。”

Channa Som，柬埔寨“殺人場”幸存者

“對我來說，加拿大是許多事物和來自許多地方之許多人的一種獨特組合。加拿大是一個創造，而全世界——以及我們自己——都應當珍惜她、爲她做出貢獻。”

Serge Radchuk，原籍烏克蘭

“我永遠也忘不了在多瓦爾機場遇見的那位加拿大移民官。他留著又寬又長的金色翹八字鬚，看上去就像是一對燃燒著的寶劍。他轉過身來面嚮我，隨口而出的第一句話是：“歡迎您來加拿大。”我立時覺得萬分感動——他知道我有一些疑慮，他能夠感受到我的緊張！”

Hubert de Santana，原籍肯尼亞

請您注意

本手冊所涵蓋之資訊皆僅在手冊出版時有效。這些資訊具有多種來源，讀者切勿將其與官方政策或項目說明相混淆。若有關資訊在本手冊各次印刷之間發生變動，加拿大政府將不承擔任何責任。

新移民備忘清單

因爲您有這樣多的事情需要記憶，所以我們決定開列出一份清單，以便幫助您根據事情的重要性依次把各件事情做好。我們希望此單能夠對您有用。

在頭幾個星期裡

您將會需要……

- 兌換一些加拿大貨幣
- 找到臨時住處
- 隨身攜帶一些ID物件
- 申請獲得私營公司的醫療保險
- 搞到一張本地區的地圖，瞭解所在地區的交通情況
- 爲自己索取一本電話號碼簿
- 與所在社區的一家移民服務公司聯絡
- 填寫表格申請社會保險號碼卡和醫療保險卡

在頭幾個月裡

您將會需要……

- 找到永久性的住房
- 安裝一部電話
- 替孩子在學校註冊
- 找到一位家庭醫生
- 爲孩子接種疫苗
- 在銀行開設一個帳戶
- 找工作
- 隨身攜帶您的地址和電話號碼
- 結交朋友 -- 參加HOST項目
- 找到社區裡的加拿大新移民語言課程（LINC）評估中心，爲參加語言培訓課程登記注册

在頭一年裡

您將會需要……

- 獲得有效駕駛執照
- 提高語言水平
- 為參加成人教育課程登記註冊
- 花一些時間來娛樂和參加社區活動
- 學習瞭解自己依照加拿大法律所擁有的權利和應盡的義務
- 瞭解關於自己在加拿大居住期滿三年以後可以申請成為加拿大公民這件事情的具體情況