

ORIENTATION TO ONTARIO

您知道您可以参加Orientation to Ontario研讨会吗?

欲知更多相关信息, 请访问
www.settlement.org/o2o

欲与我们直接联系, 请致电我们的双语热线
1-855-626-0002或发送邮件至O2O@costi.org。

Funded by:



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Financé par :

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada



orientation to
ontario  **l'ontario**
c'est chez moi

安省新移民安置介绍

Orientation to Ontario



安省新移民安置介绍



鸣谢

Orientation to Ontario/L'Ontario, c'est chez moi 项目的资金是由 Immigration, Refugees and Citizenship Canada (IRCC) 和 Ontario Ministry of CAE=K>GÜj H F F NG&MRj9G=ij1H<89Ej1>KO&<>L (MC 11) 所提供。本双语项目通过 Orientation to Ontario手册、研讨会和英语(settlement.org/o2o) 及法语 (etablissement.org/o2o) 网站, 专为吸引新移民的参与而开设。

COSTI Immigrant Services要鸣谢下列项目管理和咨询委员会成员机构与合作伙伴的支持及领导作用, 是他们的协助促成了本项目: Association of Canadian Community Colleges (ACCC), Canadian Immigration Integration Project (CIIP), Catholic Centre for Immigrants - Ottawa, Collège Boréal, Colleges Integrating Immigrants to Employment (CIITE) Project, Fanshawe College, George Brown College, JVS Toronto, Multicultural Council of Windsor and Essex County, Ontario Council of Agencies Serving Immigrants (OCASI), Ontario 211 Services Corporation, Skills International, World Education Services (WES), Kitchener-Waterloo YMCA, YMCA of Greater Toronto.

我们还要感谢 Centre de santé communautaire Hamilton-Niagara、我们的法语合作伙伴、参与实施项目试点的服务交付机构, 是他们的承诺于奉献, 才使得试点项目能够在全省开实现

- Agincourt Community Services Association
- Brampton Multicultural Community Centre
- Catholic Centre for Immigrants
- Catholic Crosscultural Services
- Centre for Immigrant and Community Services
- Centre francophone de Toronto
- Collège Boréal
- Conseil Économique et Social d'Ottawa - Carleton
- Community Development Council Durham
- Culture Link
- Folk Arts Council of St. Catharines Multicultural Centre
- HMC Connections
- Immigrant Services Guelph-Wellington
- Kingston Community Health Centres
- La Passerelle
- London Cross Cultural Learners Centre
- Multicultural Council of Windsor and Essex County
- Newcomer Centre of Peel
- New Canadians' Centre of Excellence Inc.
- North York Community House
- Peel Multicultural Council
- Polycultural Immigrant & Community Services
- The 519
- Thorncliffe Neighbourhood Office of Toronto
- Thunder Bay Multicultural Association
- Wesley Urban Ministries
- WoodGreen Community Services
- Working Women Community Centre
- YMCA of Hamilton/Burlington/Brantford
- YMCAs of Cambridge & Kitchener-Waterloo
- YMCA of Simcoe/Muskoka

本项目要鸣谢并感谢Albert Casson为本手册提供的美术作品。

最后, 我们要感谢所有决定在安省安家立业的新移民。没有他们的奉献, 本项目是难以完成的。欢迎!



O CANADA (加拿大国歌)

O Canada!
Our home and native land!
True patriot love
in all of us command.

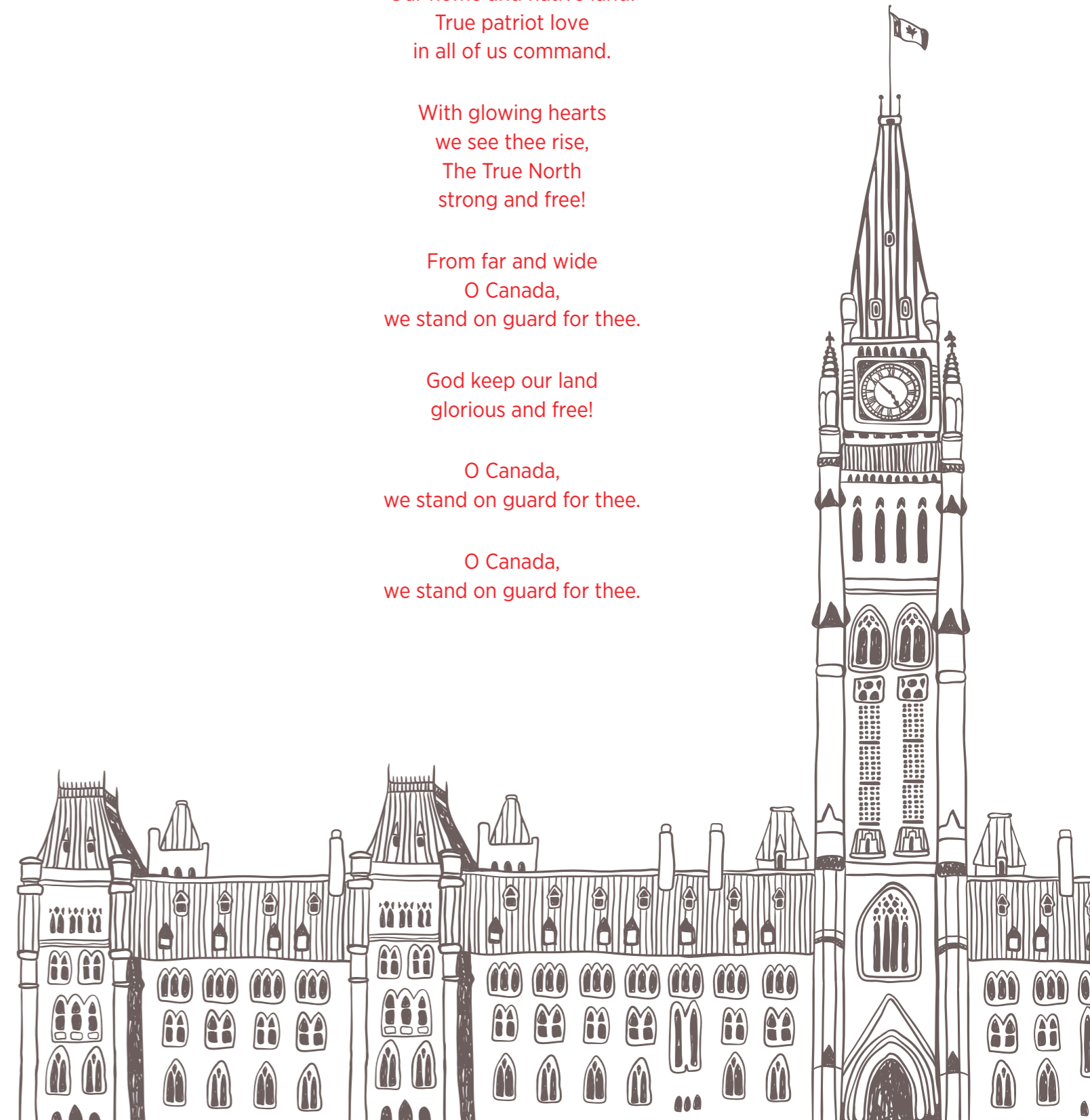
With glowing hearts
we see thee rise,
The True North
strong and free!

From far and wide
O Canada,
we stand on guard for thee.

God keep our land
glorious and free!

O Canada,
we stand on guard for thee.

O Canada,
we stand on guard for thee.



关于本手册

欢迎来到加拿大安大略省。加拿大是一个自豪的多元文化社会，欢迎来自世界各地的新移民。安大略省超过一千三百万¹的人口当中，包括了说一百三十种语言、来自两百多个国家的人。²在一个新国家安家令人振奋。*Orientation to Ontario* 手册会为您提供指引。

在本手册中可以找到哪些内容

本手册为您提供在安大略省安家的基本信息。它包含六个章节。每一章节有多个主题，介绍有关全省的信息，包括政府各部门的网站和电话号码。

大部份章节都有相关的安置计划，归纳了您的各项主要任务。在“考虑事项”标题下，您还会看到一些问题。这些问题将帮助您思考在安置过程中您需要做的各种选择。

要制定您自己的安置计划，您将需要查找其他的信息。本手册为您提供了在网上查找相关信息的一些建议，还提供了一些有用的工具。

您还可以在以下网址浏览本手册 settlement.org/o2o（英语）或 etablissement.org/o2o（法语）。另外，还备有其他语言的版本，可上网浏览，也有印刷版。

您可以把 *Orientation to Ontario Workbook*（认识安省工作手册）当作您的地图与指南针；您可用它来决定您要去的地点以及如何前往。

安置计划工具

想要制定您自己的安置计划，您会在每个章节后找到按主题列出的安置筹划工具。

- 这些工具会帮助您识别关键信息来源，以及帮助您建立短期目标的时间表。
- 这类工具在网上也可以找到 settlement.org/o2o

加拿大安居工具

Immigration, Refugees and Citizenship Canada 创建了一种网上工具，您也可以用它来订立您的安置计划。请上网查找该工具 cic.gc.ca 或 findlink.at/cic-lctvac

欢迎来到加拿大指南：您所应该了解的

在本手册中，您会看到很多提示，请您参阅由 Immigration, Refugees and Citizenship Canada 出版的 *Welcome to Canada*（欢迎来到加拿大）指南中的相关信息。请留意这一图标：



您也可以上网阅读：cic.gc.ca 或 findlink.at/welcomecan

查找链接

为帮助您方便地找到信息，我们列出了所有互联网地址的主域名，以及能带您去某一特定页面的 FindLink（查找链接）。

^{1,2} 来源: Ministry of Finance: ontario.ca/page/ministry-finance or findlink.at/092



互联网访问

全省的图书馆和安置机构都有可供免费使用的电脑/互联网。在各个公共场所所有供移动设备上网的免费Wi-Fi连接。

目录

认识加拿大和安大略省	3	工作与就业	39
介绍加拿大	4	为就业做好准备	40
政府	5	找工作	42
介绍安大略省	6	工作场所权利	44
安置机构	10	自行创业	46
实用电话号码与网址	11	安置计划	47
生活在您的新社区	13	金钱与个人财务	49
医疗保健	14	金钱与银行业务	50
消费者服务	17	取得信用	51
住房	18	税务	52
社区参与	21	福利与社会援助	53
交通	22	安置计划	54
法律权利与服务	24	人与环境	55
安置计划	26	包容性	56
教育与培训	29	残障人士	57
托儿	30	家庭伴侣关系	58
小学和中学教育	31	关爱环境	59
专上教育	33	安置计划	60
继续教育	34	附录	61
语言培训	35	联邦政府资源	62
安置计划	36	安省政府部门	63
		索引	64



Access by phone



Access online



Important notes

认识加拿大和安大略省

本章节为您介绍加拿大和安大略省，包括其地理、气候、人口、经济、语言和政府。您还会找到有关安置机构的信息以及有用的电话号码和网址。

4

介绍加拿大

5

政府

6

介绍安大略省

10

安置机构

11

实用电话号码和网址





介绍加拿大

加拿大是世界第二大国家，国土面积达一千万平方公里（三百九十万平方英里）。由于疆域辽阔，加拿大有着不同的地貌，包括山脉、森林、草原和北极冻原。

城市、省和地区

加拿大的首都位于安大略省的渥太华，是加拿大的第四大城市。加拿大最大的三个城市是多伦多（安大略省）、蒙特利尔（魁北克省）和温哥华（不列颠哥伦比亚省）。

加拿大共有十个省和三个地区，各自都有其首府城市。加拿大的主要地区是：

- 大西洋省份（纽芬兰和拉布拉多、爱德华王子岛、新斯科舍和新不伦瑞克）
- 加拿大中部省份（安大略和魁北克）
- 草原省份（曼尼托巴、萨斯喀彻温和阿尔伯塔）
- 西海岸省份（不列颠哥伦比亚）
- 北方行政区（努纳武特、西北地区和育空）

 p.18

建国民族和移民

加拿大有三个建国民族：原住民族、法语民族和英语民族。

原住民在欧洲探险者、拓荒者和移居者到来之前就已经生活在加拿大。目前，原住民一词指三大族群：第一民族（有时称“印第安人”）、Inuit（因纽特人）和Métis（梅蒂人）。原住民生活在加拿大各地他们自己的社区中，也居住在各个城市里。

法国移居者在17、18世纪来到加拿大，而来自英国、威尔士、苏格兰和爱尔兰的英语移居者的到来则是在十七世纪和二十世纪之间。

在过去二百年里，不同族裔和宗教背景的人们移民到了加拿大。今天，约有百分之二十的加拿大人是出生在加拿大以外的国家。在多伦多，这一数字超过百分之四十五。

英语和法语是加拿大的两种官方语言。根据法律，联邦政府必须在加拿大全国用英语和法语提供服务。

 p.21

成为加拿大公民



您一到加拿大就可以开始为成为加拿大公民做准备。请在 *Welcome to Canada* 中查找更多的相关信息。请上网 canada.ca 或 findlink.at/cic-study 阅读免费的公民考试学习指南。

 p.137

政府

加拿大是君主立宪制和联邦民主制国家。这意味着加拿大的国家元首是英国女王或国王，而总理则是政府首脑。联邦和省或地区政府间对主要职责进行了分工。加拿大人通过公众投票制度选出他们的联邦、省和市的代表。

女王或国王在加拿大的代表是一位总督（联邦级）和十位省督（省级）。

 p.24-25

联邦政府

联邦政府负责处理全国性事务，诸如国防、外交、货币、银行、就业保险、邮政和刑法。联邦政府由总理领导，联邦政府议会代表称为**国会议员**（或MP）。

省/地区政府

省/地区政府负责处理卫生健康、教育和运输等事务。在安大略省，省级政府被称为 **Ontario Legislature**（安大略省省议会）。省级政府议会代表称为**省议会议员**（或MPP）。

市级政府（您所在社区或城市的政府）负责处理垃圾收集和康乐服务等地方事务。市级政府议会代表称为**市议员**。



- 欲知更多有关加拿大政府体制的情况，请浏览：canada.ca 或 findlink.at/cgovsystem
- 欲知更多有关安大略省政府的情况，请浏览：ontario.ca 或 findlink.at/govontario
- 欲知更多有关安大略省的市级政府的运作方式，请浏览：yourlocalgovernment.com

考虑事项

我的国会议员是谁？他/她负责的事务有哪些？

我的省议员是谁？他/她负责的事务有哪些？

我如何与市议员联系？





介绍安大略省

加拿大移民中大约有一半继续选择安大略省作为他们的新家园。³安大略省为其多元文化社会而感到自豪，安省还是一个多样化的国际贸易和商业中心。

人口与地理

安大略省是加拿大人口最多的省份（超过一千三百万）。大部分安省人居住在位于本省南部边界毗邻大湖区的各个都市中心。一般来说，本省北部地区的城镇和社区都比较小。

安大略省许多城镇的名字反映出本省丰富的原住民历史和文化遗产：安大略一词来自伊洛魁语的“kanadario”，意思是“美丽的湖泊”或“闪耀的水”。

安大略省的面积在加拿大的十个省份和三个地区中位列第四。谈到面积大小，安大略省大约是法国的两倍，印度的三分之一。



计划在安大略省旅行，可以去安大略省政府的官方旅游网站：ontariotravel.net

欣赏安大略省的自然环境，可以去安省的省级公园。欲知有关详情，请访问：ontarioparks.com

³ 来源: Government of Canada: canada.ca or findlink.at/prstats



原住民文化

“原住民”是对北美最早的居民及其后代的统称。他们在安大略已经至少居住了七千年。

加拿大宪法承认三个原住民族群：第一民族、Métis（梅蒂人）和Inuit（因纽特人）。这是三个明显不同的族群，各自具有独特的历史、语言、文化习俗和精神信仰。安大略省的第一民族包括说阿尔冈琴语的Cree（克里人）、Ojibwa（奥吉布瓦人）、Algonquin（阿尔冈琴人）、Ojibwa（奥吉布瓦人）、Odawa（奥达瓦人）、Potawatomi（帕塔瓦米人）和Delaware（特拉华人），加上说伊洛魁语的六大部族——Mohawk（莫霍克人）、Oneida（奥奈达人）、Onondaga（奥内达加人）、Cayuga（卡尤加人）、Seneca（塞内卡人）和Tuscarora（塔斯卡洛拉人）。梅蒂人是第一民族和欧洲人的混血人对自己的称呼。因纽特人是加拿大北极区的原住民，地域包括努那乌特、西北地区、育空、魁北克北部和拉布拉多。

在2009年，六月被宣布为全国原住民月。安大略人每年都参加原住民的文化活动，了解安省和全加拿大原住民的丰富文化遗产。

根据2006年加拿大的人口统计数据，共有超过一百万人自认为是原住民。在加拿大，原住民占加拿大总人口的2.8%。

安大略省拥有数量最多的原住民。目前，有近三十万第一民族、梅蒂人和因纽特人居住在安省，占安省总人口的百分之二，约占加拿大全部原住民的五分之一。他们居住在保留地以及城镇和农村社区。

部分原住民生活在边远地区的小型社区，全年出入只能靠飞机，或在冬季通过冰路与外界联通。城市中的原住民大多居住在Thunder Bay（桑德贝）、Sudbury（萨德伯里）、Sault Ste. Marie（苏圣玛丽）、渥太华和多伦多。



欲知更多有关原住民的信息，请访问aadnc-aandc.gc.ca 和 ontario.ca/ministry-aboriginal-affairs

语言

英语是安省最常用的语言，也是最主要的商用语言。安省的法语社区使用法语，省内所有的小学生都学习法语。如果您拥有可以流利地说英语和法语的能力，在找工作时将具有优势。

经济

安大略省拥有多样化的经济。安省的南部有金融服务、餐饮、制造、生命科学以及信息和通信技术等行业。

安省北部的经济传统上一直以天然资源为基础。主要的工业包括矿业、林业和水力发电。

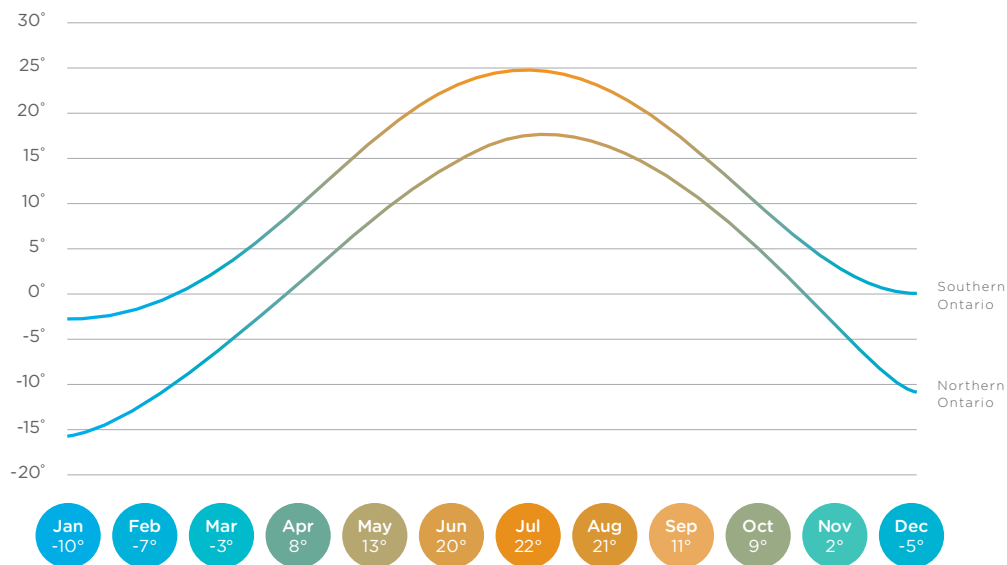


欲知更多有关安省经济的情况，请浏览Ministry of Finance（财政厅）的网站：ontario.ca或上网findlink.at/economy



气候

安大略省月平均气温（摄氏度）⁴



⁴来源: currentresults.com or findlink.at/091

您知道吗？

- 多伦多国际电影节 (TIFF) 每年九月举行，是世界上最大和最重要的电影节之一。
- 安省共有二十所公立大学和二十四所应用艺术和技术学院。
- 安省共有一千多台风力涡轮机——这使加拿大成为风力发电方面的领先国家。
- Algonquin Provincial Park (阿冈昆省立公园) 创建于1893年，是安省第一个也是最大的公园。

安大略省一瞥

首府

多伦多，加拿大最大的城市，人口约四百万

省花

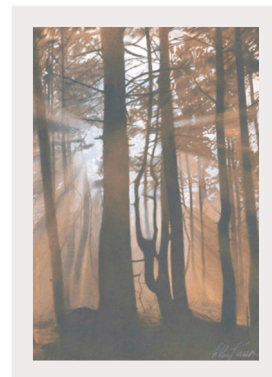
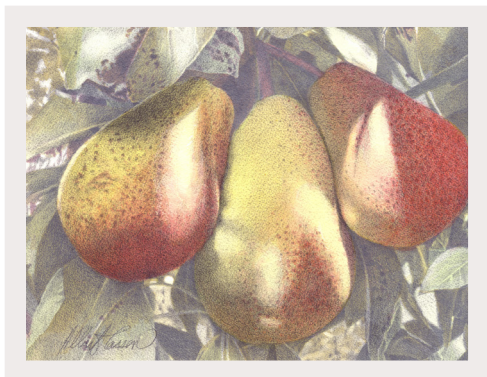
白延龄草

省树

东部白松

省鸟

普通潜鸟





安置机构

您来到安省后，便可以从本地的安置机构获得帮助。安置机构是帮助新移民的社区组织。服务是免费的，而且是保密的，并以多种语言提供服务。

安置机构的员工可以给您介绍并帮您了解有关许多不同社区和政府服务的信息。您可以询问有关住房、医疗保健、语言培训、如何找工作以及其他很多服务的信息。

不少安置机构提供相关的计划，帮助您和您的家人与您的新社区建立起联系。

加拿大政府和安省政府为这些安置机构提供经费支持，使其能够为全安省的新移民提供安置服务。

在您的地区找到服务



Settlement.org提供您所在地区各种社区服务的链接，以及与您的所有安置需求相关的有用信息：

settlement.org/findhelp

Immigration, Refugees and Citizenship Canada提供了一份安置机构的清单：canada.ca 或 findlink.at/cic-serve

Ontario Ministry of Children, Community and Social Services列出了提供安置服务的机构：ontario.ca/page/citizenship-and-immigration

您可拨打211，了解有关当地服务的信息。



实用电话号码

9-1-1——紧急服务

任何需要警察、火警或救护协助的紧急情况，请随时拨打**911**。接线员会询问您的完整地址，包括邮政编码。可以提供150种语言以上的翻译服务。

911只提供紧急服务。

2-1-1——服务

要得到本地区的社区及社会服务的相关信息和转介，请拨打**211**。这项服务一天24小时、一年365天，以150多种语言为您服务。致电**211**是免费的而且内容完全保密。欲知更多有关这项服务的信息，请访问：www.211ontario.ca



实用网址

mcss.gov.on.ca

这是Ontario Ministry of Children, Community and Social Services的官方网站。查找有关新移民安置、语言培训和搭桥培训计划的信息。搭桥培训计划为您在安省从事您的职业或专业工作做好准备。

canada.ca

这是Immigration, Refugees and Citizenship Canada的官方网站。查找各种有关安置主题的链接和视频，以及能帮助您制定安置计划的“Living in Canada”工具。请上网到：findlink.at/livingcana

settlement.org

查找范围广泛的有关安置的信息，包括去哪里找寻当地的安置服务。

servicecanada.gc.ca

提供许多加拿大政府计划和服务的入口。您可找到专为新移民提供的信息：findlink.at/ncservices

ServiceOntario INFOLine热线

致电**1-800-267-8097** 获取有关政府服务的信息，查找您所在地区ServiceOntario中心的地址。您需要自己前去ServiceOntario中心申请OHIP卡，办理驾照以及为汽车办理牌照。

Service Canada INFOLine热线

致电**1-800-622-6232** 了解有关移民、税务、公民、就业保险、您的社会保险号或任何其他联邦政府计划或服务的信息。

电话查号服务

拨打**411** 查找住宅或商户的电话号码。这项服务是收费的，从座机拨打，一般收费50分，手机则收费\$1.50。

serviceontario.ca

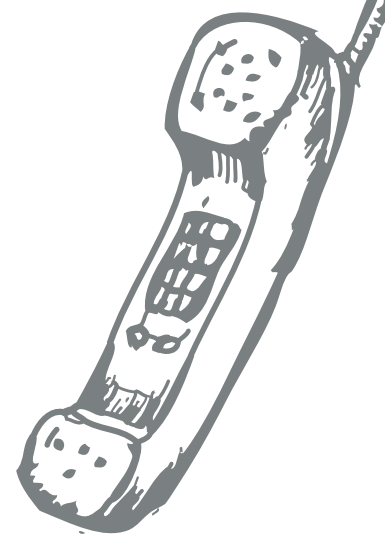
了解安省的相关计划和服务，包括与就业、教育、培训和驾车有关的信息。

yellowpages.ca

查找住宅、商户和政府部门的电话号码。您还会收到一本印刷版的电话目录（称作电话簿），这是免费为安省居民提供的。如果您需要电话簿，请致电：**1-800-268-5637**。

cic.gc.ca/english/newcomers/credentials

提供相关信息和服务，帮助在国外受教育的个人获取适当的资格认证。



生活在您的新社区

这一章节列出与安省日常生活有关的信息，包括如何获得医疗保健服务、寻找住所及参加社区康乐计划、找到购买食品杂货的商店以及使用区域内的各种交通工具。您还将了解您的基本权利以及如何获得法律服务。当您找到并开始使用这些服务时，您很快便会把您的新社区当成您的家。



14

医疗保健

17

消费者服务

18

住所

21

社区参与

22

交通

24

法律权利
与服务

26

安置计划





医疗保健

联邦、省和地区政府在加拿大医疗保健系统的管理方面起着关键的作用。提供医疗保健是省和地区政府的职责。加拿大的全国医疗保险计划（称作Medicare）为所有居民提供预先支付的医院和就诊服务。

医疗保险

安省政府通过Ontario Health Insurance Plan (OHIP) 为安省居民提供全民医疗保健服务。这一保险计划支付基本的医疗服务，例如看家庭医生和急诊医疗服务。作为加拿大公民或永久居民，您通过缴纳所得税来支付该保险计划。

要加入OHIP，您必须申请OHIP卡（通常称作您的健康卡）。每次使用医疗服务时，您必须出示该卡。健康卡证明您有资格在安省获得医疗服务。

OHIP+

OHIP+计划可为24岁及以下没有私人保险的青少年免费报销4400多种药物产品。您无需登记或注册，只需提供健康卡号和符合条件的处方，即可享受OHIP+服务。

OHIP+计划将在您25周岁生日或您加入私人保险时停止。



有关OHIP+的更多信息，请访问：
ontario.ca/page/ministry-health

有关由OHIP支付的各项服务的说明，请前往Ontario Ministry of Health and Long-term Care的网站查找：health.gov.on.ca或findlink.at/healthont



OHIP无法支付所有的医疗保健需求。例如，OHIP不支付牙医服务或处方药费。



有些雇主提供的医疗福利计划可以支付部分这类额外项目的费用，这种福利因雇主而异。您也可以购买私人保险以支付这类OHIP不承保的医疗保健支出。

如果您没有OHIP保险，您仍可去社区医疗中心，获得有限的服务。请查阅下一页上的相关资源。

请到下列网站，了解安省的医疗保健：

- health.gov.on.ca 或 findlink.at/ohip-info
- settlement.org 或 settlement.org/topics.asp?section=he

申请您的ONTARIO HEALTH INSURANCE PLAN (OHIP) 卡

您在备齐所有必要的文件后，应尽早申请您的OHIP卡。但您在抵达加拿大后须等待三个月才能收到OHIP卡。等待期从您Record of Landing（落地记录）上显示的日期开始计算。

要申请OHIP卡，请去最近的ServiceOntario中心办理。请携带能证明您符合OHIP资格的公民或移民文件，另附两份其他的身份证件。这些都列明在 settlement.org 或 findlink.at/hc-docs 网站上。



要查找离您最近的ServiceOntario中心：

- 请致电ServiceOntario INFO热线，电话：[1-800-267-8097](tel:1-800-267-8097) 或
- 请访问ServiceOntario网站：serviceontario.ca 或 findlink.at/mto-office

在等待期间，您可去社区医疗中心，获得有限的服务。或者，您可购买私人医疗保险。请查阅本页侧栏的相关资源。

免除等待期

90天的OHIP医保等待期可以对下列人士免除：

- 在安省出生的新生儿；
- 16岁以下且符合OHIP资格的被领养儿童；
- 受保护人士（公约难民和需要庇护人士）；和
- 从其他省份或地区直接搬进安省长期护理设施的人士，或在搬到安省后三个月内需要入住长期护理设施的人士。

欲了解更过有关OHIP等待期的信息，请访问 canada.ca 或 findlink.at/waitingperiod。

难民联邦医保计划

联邦临时医保计划可为符合资格的难民提供医保福利，包括不符合OHIP资格的难民。该计划也包括处方药的保险。

欲了解更多有关申请资格和不同保险范围的信息，请访问 canada.ca 或 findlink.at/ifhp。

您的家庭医生

您的家庭医生对您和您家人的身心健康起着重要的作用。家庭医生通常是您生病或需要医疗建议时最先咨询的对象，在必要时家庭医生会转介您去看专科医生。但是，在加拿大的某些地区，要找一位家庭医生会比较困难。以下是着手寻找时的一些途径：

- 使用Ontario Ministry of Health and Long-Term Care提供的Health Care Connect服务，查找您所在地区的家庭医生。致电Health Care Connect热线：[1-800-445-1822](tel:1-800-445-1822) 或访问其网站：ontario.ca 或 findlink.at/hc-connect

使用College of Physicians and Surgeons of Ontario 网站上的Doctor Search。请访问：cpso.on.ca

与您的安置辅导员讨论。
请您的家人和朋友推荐。

Telehealth Ontario（安省健康专线）

欲向护士咨询非紧急的医疗建议，请致电 [1-866-797-0000](tel:1-866-797-0000)，这项服务一周七天、一天24小时、以英语和法语以及其他110种语言为您提供。另为听障人士提供TTY专线：[1-866-797-0007](tel:1-866-797-0007)。

免预约医疗中心

如果您没有家庭医生或无法等到预约时间才就诊，可以去当地的免预约诊所。您需要出示您的OHIP卡。要寻找您附近的免预约诊所，可上Health Care Options网页：ontario.ca 或 findlink.at/hcoptions

社区健康中心

要寻找社区健康中心并获取更多信息，请访问：health.gov.on.ca 或 findlink.at/healthcare

牙医

使用Ontario Dental Association（安省牙医协会）提供的Find a Dentist 服务：youroralhealth.ca 或 findlink.at/013

私人医疗保险

请上网查阅黄页电话簿：yellowpages.ca





牙医

OHIP一般不包含牙医服务费用，尽管其会支付某些必须在医院内提供的牙医服务。



当地的公共卫生单位可为未满17岁的儿童免费提供部分牙医服务。欲知更多有关Healthy Smiles Ontario计划的信息，请致电：[1-800-268-1153](tel:1-800-268-1153)或访问 Ontario Ministry of Health and Long-Term Care的网站：health.gov.on.ca或 findlink.at/smiles-ont

紧急医疗



如果您遇到紧急、可能致命的医疗情况，请随时致电911。接通您电话的接线员会派遣救护车到您所在的地方。救护车配有辅助医护人员，他们会立即提供治疗。紧急呼叫中心可提供170多种语言的翻译服务。请注意，您通常需要支付一部分救护车服务的费用。详情请见：ontario.ca或 findlink.at/ambulance

您也可以前去就近的医院急诊室。急诊室通常每周七天、一天24小时开门。如果您没有OHIP保险，您就必须支付所接受的任何医疗服务的费用。

疫苗接种

安省有疫苗接种（免疫）计划，以防成人和孩童患上多种疾病。如果您或您的孩子已接受过疫苗接种，请在抵达安省时带上您的接种记录。

如果您或您的孩子没有接受过疫苗接种，请告知您的家庭医生或社区健康中心的职员，以便查明您需要接种的疫苗。您可能需要向您孩子的学校提供疫苗接种记录。



欲知更多有关安省疫苗接种的信息，请访问Ministry of Health and Long-Term Care的网站：health.gov.on.ca或findlink.at/immuneinfo

 p.102

精神健康照护

OHIP支付由精神科医生提供的精神健康照护服务。由心理治疗师（心理医生）、社工和其他顾问提供的服务则不属OHIP承保范围，但如果这些服务是由精神健康机构或社区健康中心提供，而这些机构是由政府资助，您则可以享受免费服务。



欲知更多有关安省精神健康照护服务的信息，请致电Ontario Mental Health Helpline：[1-866-531-2600](tel:1-866-531-2600)或访问：connexontario.ca

要使用为患有精神疾病、药物滥用或赌博问题的人士提供的免费电话热线，请访问ConnexOntario网站：connexontario.ca

医疗监测

在您移居加拿大之前，您可能做过一次医疗体检，并被告知您在抵达加拿大后需要再做一次检查。这称为医疗监测，是为了保证您的身体健康。



如果您是这种情况，您必须在抵达安省后的30天内与当地的公共卫生部门联系。如果您不主动联系，则可能会在移民过程中遇到问题。要查找您所在地的公共卫生部门的地址，请访问：health.gov.on.ca或 findlink.at/ph-units

 p.103

考虑事项

如何找到家庭医生？

如何找到牙医？

哪里是离我最近的免预约医疗中心？

哪里是离我最近的社区健康中心？

哪些服务是OHIP不承保的？

OHIP不承保的服务项目费用是多少？

我的雇主是否提供可以支付牙医和/或处方药费用的医疗保险计划？

我在加拿大境外旅行时，OHIP支付的医疗费用是否与在安省相同？

消费者服务

一些小事情可以带来很大的不同。申请电话、上互联网和去超市买菜都是安置过程中的重要部分。

消费者须知

安省的市场上充满有用的商品和服务。大部分消费交易都受保护消费者和商户的法律约束。

联邦、省和地区政府联合编制了 *Canadian Consumer Handbook* (加拿大消费者手册) 以



帮助您成为更精明的消费者。该手册提供网购、银行、住房和房屋装修等主题



的相关信息。The Ministry of Government and Consumer Services

负责安省的消费者保护法。欲知更多详情，请访问：

ontario.ca/consumerprotection或致电

1-800-889-9768。

电话和互联网服务

在城市地区，有很多不同的电话和互联网服务可以选择。在农村地区，可选择的此类服务就相对比较少。

许多公司提供**捆绑**或套餐服务，以单一的优惠价格提供电话（手机或座机）、互联网和有有线电视的套餐服务。家庭计划也是捆绑手机服务的好方法，可以省钱。长途和国际电话卡则是另一种选择。

在您签字之前，请先阅读并理解所有合约的细节。

您使用您的图书馆卡，可在安省各地许多公共图书馆免费上网。另外，如果您有可以无线上网的手提电脑，则可在提供免费无线上网（也称**Wi-Fi**热点）的地点上网，例如咖啡馆和饭店等。

邮政服务



Canada Post (加拿大邮政) 是全国性的邮政服务机构，在大部分城市、镇和乡村中心都设有零售服务点。您可以在任何一处服务点邮寄和领取包裹。您还可通过 epost 在网上管理和支付账单。请访问：www.epost.ca/service/landingPage.a

购买食品

食品杂货店有品种繁多的新鲜食物和其他食品杂货。您也可在较小的被称作街角店的便利商店购买食物（但一般价格较高），或是去小型的蔬果店、肉店和糕饼店购买。在很多地区，您可以在农贸市场购买当地产的蔬果。

小费

人们常会付小费给餐厅、酒吧和酒店的服务人员以及出租车司机。小费不是必须付的，但却是您对他们提供的优质服务表示感谢的一种方式。

小费通常是帐单金额的百分之十到十五。

 p.106



紧急食物需求



如果您无法支付购买食物的费用，您可以在当地的食物银行得到免费食物。请咨询您的安置辅导员或致电 Feed Ontario (食物银行协会)：416-656-4100，也可上网站到 feedontario.ca。



要查找安置辅导员，请上网 settlement.org

加拿大消费者手册

ontario.ca/consumerprotection
1-800-889-9768

加拿大邮政

canadapost.ca
1-866-607-6301

电话和互联网服务

settlement.org或
findlink.at/dailylife

农贸市场

farmersmarketsontario.com





住房

住房是所有新移民主要的考虑事项：能够找到一个舒适而平价的可以称之为家的地方是安置过程中的一个重要部分。

临时住房

您来到加拿大之后，首先需要找一个临时住所，然后再寻找可以长期租赁的房子，或购买公寓或屋宅。与酒店相比，hostel（招待所）是一种较便宜的选择。招待所有私人房间，或者提供床位，但房间是与人共享的。您还要与他人共用浴室和厨房。要寻找酒店或招待所：



- 请访问黄页网站：yellowpages.ca
- 搜寻互联网上的旅游网站，查阅您将安置的城镇的住房清单。
- 购买加拿大旅游指南，里面列有酒店和招待所的清单。

 p.87

安省的房屋种类

- 出租公寓——大楼或屋宅内的一房、两房或三房公寓；*bachelor*（单室）单元只有一间，起居区和卧室合二为一。所有公寓都有厨房和浴室。
- 出租房间——有时较大的住屋会分为几个私人卧室，分租给几个人，大家共用厨房和浴室；这类住屋有时称作*rooming house*（分租屋）。
- Condominium或condo（共管公寓）——大部分共管公寓都是高层建筑，其中有很多单元。业主每月要支付管理费。
- 屋宅——独立式屋宅四周有宅地；半独立式屋宅有一面墙与邻居共享；镇屋则有两面墙与人共享。

 p.88



租赁



寻找出租房屋的最常用方法是查看社区报纸的分类广告：newspaperscanada.ca或findlink.at/newspapers

您还可以：

- 到您喜欢的街区走走，查看建筑物上是否张贴有“Apartment Available（公寓出租）”或“For Rent（有房屋出租）”的告示。
- 询问朋友、亲戚和同事。
- 查看图书馆、食品杂货店和社区中心的告示栏。



浏览viewit.ca网站。

欲知更多有关安省出租房屋的信息，请访问本页一侧信息栏中列出的网站。

本省各地的房屋租金各不相同。一般来说，大城市的房租高于小城市或小镇。在象多伦多这样的大城市里，在不同街区租房，房费也存在较大的差异。大部分加拿大的专家建议，您在住房上的支出不应超过您收入的百分之三十。

签订租约

许多房东要求订立租约，这是一份法律合约。您的租约应写明租赁协议的有效期（通常为12个月），租金金额以及租金是否包含停车、有线电视、电或煤气等费用。

许多房东还要求交付相当于一个月租金的押金。这一押金被视为您最后一个月的租金。

支付租金

通常您在每个月的第一天付租金，有数种支付方式可供选择：

- 现金——确定您拿到一张全额房租已付的收据。
- 远期支票——写明未来日期的支票，即该支票在写明日期之前不可兑现。您的房东可能会要求您提供涵盖租赁期的远期支票。
- 保付支票——由您的银行担保的支票。您的房东可能会要求您第一个月和最后一个月的支票是保付支票。
- 银行账户自动扣款 - 允许您直接从一个银行账户向另一个账户进行支付
- 电子邮件转账 - 通过电子邮件直接在账户间进行转账的网银渠道



p.93

租赁：权利与义务

Residential Tenancies Act（住宅租赁法，RTA）是管治安省住房的法律。该法包含了房东和租客必须遵守的全部规则，包括房东可以提高租金的频率与幅度，以及您必须提前多久告知房东您将要搬离。



- 欲阅读RTA，请访问Ministry of Municipal Affairs and Housing的网站：ontario.ca/page/ministry-municipal-affairs-housing或findlink.at/rtact
- 欲知更多有关房东和租客必须遵守的法律，请联络Landlord and Tenant Board，电话：[1-888-332-3234](tel:1-888-332-3234) 或访问：ltb.gov.on.ca

政府资助的住房

安省的大部分城市都有政府资助（通常称为**补助**）的住房，该类住房的租金依据您的收入而定。政府资助住房的等候时间会很长，有时要等上许多年。

欲知更多有关您所在地区补助住房的信息，请与您的安置辅导员联系。

Ontario Ministry of Municipal Affairs & Housing

欲阅读该厅有关住房策略的资料，请上网：ontario.ca或findlink.at/ont-mmah

Canada Mortgage & Housing Corporation

阅读*Renting Your First Home in Canada: What Newcomers Need to Know*（首次在加拿大租房：新移民须知）：cmhc.ca或findlink.at/cmhcnc

Settlement.org

欲查找有关安省住房的详细信息，请上网：settlement.org或findlink.at/housinginf

Housing Help Association of Ontario

了解为无家可归者或可能成为无家可归者提供的服务，请上网：findhousinghelp.ca





非盈利合作住房

合作住房是由其居住者拥有并管理的住房。非盈利合作住房的租金通常低于平均租金。合作社成员要帮助管理和维护其合作住房。通常合作住房的等候时间较长，一般是二到四年。欲寻找您所在地区的非盈利住房合作社，请上网搜寻 *non-profit co-op Housing*（非盈利合作住房）。

 欲寻找您所在地区的非盈利住房合作社，请访问：findlink.at/co-op

 p.97

购屋

购屋需要作很多的规划，所以最好尽快开始收集相关的信息。

对于第一次购屋者，请阅读Canada Mortgage and Housing Corporation（加拿大房屋贷款与房屋公司）为考虑购屋的新移民提供的指南，请上网：cmhc.ca或findlink.at/cmhcnc

当您申请房屋贷款来购屋时，就一定要有良好的信用记录。作为新移民，您可能没有加拿大银行认可的信用记录。因此，您要尽快开始建立信用记录。请与银行的客户服务代表商谈如何建立信用记录。

在您准备出价购屋时，最好列明房屋要通过专业验屋，以此作为购屋的条件。如果验屋师发现房屋需要修理，您可以取消或更改您的出价。

 p.94-96

考虑事项

在我想居住的地区是否有非盈利的住房合作社？我该如何申请？

我该如何登记排上政府资助住房的等候名单？

如果我决定购屋，哪家银行或信用社可为我提供房屋贷款？

如果我决定购屋，我须存多少钱才够付首付款？

我的房租包括哪些费用：取暖、空调、家电（例如冰箱和炉子）？


大专院校学生住房

许多大学和学院为学生提供住房。欲知更多有关信息，请联络您计划就读的大学或学院的住房部。

大学和学院的住房有时会在夏季租给非学生租客。对于新移民和旅游者，这可以是经济实惠的居所。


 p.97

紧急住房（庇护所）

 庇护所为无家可归或处于危机中的人们提供短期住所。如果您被逐出家庭或在家中身处被虐待的危险，您可以待在庇护所里。当地庇护所的电话号码列在电话簿前面，和其他紧急电话号码排在一起。您也可拨打211。

 p.97

耆老住房

 您可以在电话簿的蓝页中找到当地政府资助的耆老住房。有关私人的耆老住房，请查找黄页或上网到：yellowpages.ca

 欲知更多有关为耆老提供的各类服务（包括住房），请致电Ontario Seniors' Secretariat（安省耆老秘书处），电话：[1-888-970-1999](tel:1-888-970-1999) 或访问seniors.gov.on.ca 或findlink.at/seniorguid

ONTARIO HUMAN RIGHTS CODE （安省人权法）与住房

根据Ontario Human Rights Code，您不能因种族、祖先、原居地、肤色、族裔、国籍、宗教、年龄、性别、性取向、犯罪记录、婚姻状况、同性伴侣状况、家庭状况或残障等原因而受到不公平对待。

 欲知更多有关您的权利的信息，请访问Ontario Human Rights Commission（安省人权委员会）：ohrc.on.ca或findlink.at/ohrhousing



社区参与

社区和康乐计划能帮助您结识他人，提高您的语言技能，还能享受休闲活动。请多了解为您和您的家人提供的社区活动。

社区康乐中心

安省的每个城市都有社区项目（或课程，下同）和公共康乐中心。所有这类中心都有供社区小组聚会的场所。许多中心还有溜冰场、游泳池、健身房和运动场。这类项目和设施是免费的，或只收取很低的费用。

欲知更多有关您当地社区康乐中心的活动和项目，请联络您的安置辅导员，致电211，查找电话簿的蓝页，或用关键词Community Recreation Centre + 您所在的城镇名上网搜寻。

公共图书馆

在您当地的公共图书馆，您可以借阅英语和其他语言的书籍、CD、DVD、报刊杂志。大部分图书馆还提供免费上网。图书馆举办多种针对成人和孩童的项目，包括阅读和讲故事俱乐部、新移民语言课程和作家读书会。部分图书馆还提供就业信息及相关支持服务。

 欲寻找您当地的公共图书馆，请访问 Ministry of Heritage, Sport, Tourism, Culture Industries (历史遗产、体育、旅游和文化产业厅)：ontario.ca/page/ministry-heritage-sport-tourism-culture-industries或findlink.at/opl

要办理图书卡，您需要一张正式的身份证件（护照或驾照）以及能证明您住址的文件（例如电话费、电费或有线电视费帐单）。


宗教场所

根据Charter of Rights and Freedoms (权利与自由宪章)，加拿大人有信仰宗教的自由。安省是一个世俗社会，但安省人会在教堂、犹太教堂、清真寺、寺庙和其他宗教场所集体表达其信仰。

要查找您附近的宗教场所，请用关键词Places of Worship + 您所在的城镇名上网搜寻。

义工

贡献自己的时间为有价值的事业当义工，这是接触他人和更好了解您所在社区的好方法。做义工还对您找工作有所帮助，因为您可以得到宝贵的人际关系网，可以丰富您的工作经历。有些机构在接受您做义工之前，可能会要求您先通过警局的背景调查。

 欲知更多有关义工的信息以及查找您所在地区的义工中心，请访问Ontario

 Volunteer Centre Network (安省义工中心网络)：ovcn.ca

请访问：Ontario Ministry of Children, Community and Social Services网站：ontario.ca或findlink.at/mci-active

有关您所在地区做义工的机会，请洽询您的安置辅导员。

致电211。



交通

不管您是去上班工作、探索您的新街区或是带您孩子去上学，能在您定居的新城镇中往来走动对于社区安置是至为关键的。

驾驶执照

有关申请安省驾驶执照的信息，请访问 drivetest.ca 或 findlink.at/driverinfo

驾驶考试中心

要在电话簿黄页中查找您当地的驾驶考试中心，请访问 yellowpages.ca 或到 DriveTest 网站：drivetest.ca 或 findlink.at/testcentre

驾驶员手册

要阅读道路交通规则并准备您的笔试，请上网到 ontario.ca 或 findlink.at/dhandbook。您可在任一驾照考试中心以及许多零售商店购买该手册的印刷版。

骑自行车与安全

请致电 ServiceOntario，电话：[1-800-267-8097](tel:1-800-267-8097) 或访问 ontario.ca 或 findlink.at/cycling

城市地图

请阅读 *Welcome to Canada* (*欢迎来到加拿大*)

 p.28

公共交通

安省的大城市通常拥有发达的公共交通系统，包括公交车、火车、地铁和有轨电车等等。安省执行“上车付费”政策，乘客可使用现金或 PRESTO 智能卡进行支付。

有了 PRESTO 电子支付系统，您无需再使用车票、代币、乘车证或现金，您的行程将因此更便利、快捷。PRESTO 系统在大多伦多地区 (GTA)、汉密尔顿地区 (GTHA) 和渥太华均可使用，您乘坐公交时可快捷、安全地进行支付。

 请访问 prestocard.ca，了解更多信息、您所在地区的公交详情，也可查询电话簿黄页资讯；您还可以访问 Ministry of Transportation 的网页：ontario.ca 或 findlink.at/transit


乘坐公共交通的礼仪

礼仪是指在公共场所的礼貌行为。欲知更多有关乘坐公共交通礼仪的信息，请参阅 *Welcome to Canada*。

 p.120

出租车和共享乘车服务

在安省大部分地区，您都可以呼叫出租车或使用共享乘车移动应用来预约乘车服务，前往目的地。出租车比较昂贵，在您启程前务必先询问司机大致的费用。您还要能清楚看到计价器（显示旅程费用），这点也很重要。

 要查找当地的出租车公司，请查阅电话簿黄页或访问：yellowpages.ca

更多共享乘车服务详情，请访问：canada.ca 或 findlink.at/rideshr

租车

如果您自己没有车，租车是非常方便的。在签字前，务必仔细阅读租车合约。您还必须购买租车保险。

在许多大城市里，您可以参加 Zipcar 等汽车共享服务，可在当地短期租用一辆车外出办事。这类服务一般取车和还车的地点都很方便。



要查找当地的租车公司和汽车共享服务，请查阅电话簿黄页或访问：yellowpages.ca

申请驾驶执照

如果您在原居国有驾驶执照，您的驾照在抵达加拿大后的60天内有效。在这之后，您需要有安省的驾驶执照才可开车。

在您申请安省驾照时，您之前的驾驶记录会被考虑。但无论您之前是否有驾照，您都得通过有关安省交通规则笔试，还要通过一次或两次路考。驾照是正式的身份证件。

如果您选择不申请驾照但想要有正式的身份证件，您可以申请 Ontario Photo Card (安省有照证件)。这也被视为正式的身份证件。



申请时，您需要出示列明您的合法姓名、出生日期和签名的身份证件原件。您还需要填写一份申请表。欲知更多相关信息，请访问：serviceontario.ca 或 ontario.ca/government/ontario-photo-card






驾驶规则

违反驾驶法规会受到较重的处罚。最重要的一些相关法律见下：

- 您必须有驾驶执照才能驾车，而且须一直随身携带。
- 您必须有汽车保险。
- 您必须有汽车所有权的证明——证明要放在车里。
- 驾车速度不得超过标示的限速。超速会有高额罚款，还会使保险费用升高。
- 您和您的所有乘客必须使用安全带。
- 婴幼儿必须使用特殊汽车座椅。
- 不得酒后驾驶。如果警察发现您在驾驶时的血液酒精浓度超出法律限定标准，您会受到严厉处罚。
- 驾驶时不得使用手机，除非具有免提装置。
- 驾驶时切勿使用手持式通信或娱乐设备，除非将设备安全地固定在仪表板上，汽车仪表盘内置设备除外。
- 开车的同时饮食、梳妆打扮、吸烟、阅读、探取物品均可能造成分心或危险驾驶。

 吸食大麻产品后切勿开车。在受大麻影响的情况下驾驶机动车非常危险，且属非法行为。您将因此受到严厉的惩罚，驾照也有可能被吊销。详情请见：
ontario.ca/page/cannabis-and-driving

保险

安省采用无过失保险计划。这意味着您的保险提供商会支付您车辆的任何损坏，无论损坏是因为您的过错或是另一驾车者的过错而造成的。



要了解更多有关无过失保险的信息，请上网到 Insurance Bureau of Canada（加拿大保险局）：ibc.ca或findlink.at/nofault

不同保险公司的汽车保险费各不相同。可向多家公司询问价格，或与保险经纪联系，经纪会试着为您找到最好的价格。要查找经纪和保险公司的联系方式，请浏览 yellowpages.ca或上网搜寻。

 p.124

骑自行车

在您的新社区，骑自行车可以是一种很好的代步方式。有些城市为骑车上下班的人士辟有自行车专用道，很多还有供休闲运动用的自行车路径。根据 *Ontario Highway Traffic Act*（安省公路交通法），作为骑车人士，您被视为车辆的一种。这意味着您必须遵守所有的交通法律。

请注意，所有未满18岁的骑车者必须佩戴经核准的自行车头盔。

考虑事项

如果我决定不申请安省驾驶执照，我可以使用的其他哪种政府签发的有照片的身份证件？

购买新车或二手车需要花多少钱？购买保险和支付汽车登记费及牌照费的费用是多少？

法律权利与服务

联邦和省或地区的法律都保护个人的权利与自由，例如个人自由和平等。我们的法律体系是建立在法制和民主的原则之上的。

CANADIAN CHARTER OF RIGHTS AND FREEDOMS (加拿大权利与自由宪章)

Canadian Charter of Rights and Freedoms 保障男女拥有相同的权利与自由：

- 表达信仰和发表意见的自由。
- 与任何人结社以及与他人和平集会的自由。
- 信奉宗教的自由。
- 选择在加拿大任一地方居住的权利。
- 保障不受非法或非正义拘捕或拘留的权利，以及享有正当法律程序的权利。这意味着政府必须尊重您的所有合法权利。
- 享有不因种族、原居国或族裔、肤色、宗教、性别、年龄、精神或身体残障等原因而受到歧视的平等法律保障和平等利益。
- 以英语或法语获得联邦政府服务的权利。

 要阅读宪章，请上网到Federal Department of Justice的网站：justice.gc.ca或findlink.at/constiacts


 p.35

ONTARIO HUMAN RIGHTS CODE (安省人权法)

 *Ontario Human Rights Code* 保护所有安省居民在就业、住房和服务等领域免受不公平待遇。因个人的种族、祖先、原居国、肤色、族裔、性取向、犯罪记录、婚姻状况、同性伴侣状况、家庭状况或残障等原因而歧视或骚扰他人是非法的。请访问：
Ontario Human Rights Commission:
ohrc.on.ca



法定成年人年龄和承诺年龄

 在安省，法定成年人年龄是18岁。这是法律认定某人为成年人的年龄。对性行为的承诺年龄是16岁。所有未经承诺的性行为都是犯罪。欲知更多有关承诺年龄的信息，请访问：justice.gc.ca或findlink.at/ageconsent

 p.42

找律师

-  您的安置辅导员可以帮助您找一位具备您所需要专长的律师。
- 查找当地电话簿黄页或访问 yellowpages.ca
- 要查阅律师和法律助理名录，请访问 Law Society of Upper Canada (上加拿大法律协会)：lsuc.on.ca或findlink.at/lsuc
- Legal Aid Ontario (安省法律援助) 为低收入者提供法律服务。请致电：[1-800-668-8258](tel:1-800-668-8258)或访问legalaid.on.ca

移民和大麻产品

在加拿大，吸食大麻属合法行为。安省政府制定了相关规定，确保民众能够安全购买和使用休闲性质的大麻产品。

年满19周岁者方可购买、使用、持有和种植休闲性质大麻产品，并可在任何时候在公共场所持有不超过30克购自安省大麻产品在线商店 (OCS) 或安省博彩委员会 (AGCO) 授权商店的干大麻产品 (或同量制品)。您可以在任何允许吸烟的场所使用大麻产品。携大麻产品跨越加拿大国境属违法行为。您所在地的市镇政府可能已经设立了相关条例，以规范当地大麻产品的使用。详情请见：canada.ca

任何违法者都可能依《联邦大麻产品法案》受到刑事指控，其后果可能包括失去永居资格 (永久居民)、失去入境或在加拿大停留的资格 (持签证者)。有关处罚的更多信息，请访问：canada.ca

Human Rights Legal Support Centre (人权法律支援中心)

协助并代表那些觉得自己受到歧视的人：hrisc.on.ca

Ombudsman of Ontario (安省监察专员)

帮助那些觉得自己受到安省政府不公平对待的人：ombudsman.on.ca

Justice Ontario (安省司法厅)

要了解安省法律体制 (备有12种语言供选择)，请上网到：attorneygeneral.jus.gov.on.ca 或 findlink.at/on-justice

Settlement.org

要了解加拿大法律体制和法律服务，请上网到：settlement.org 或 findlink.at/legal-serv

Community Legal Education Ontario (安省社区法律教育)

制作作用简明语言描述法律的资料，帮助人们理解并行使其法律权利：cleo.on.ca

安置计划

医疗保健

- 前去ServiceOntario中心申请OHIP卡。
- 找家庭医生。
- 购买到加拿大之后前三个月的医疗保险。
- 找到最近的医院和免预约诊所地点。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

消费者服务

- 探访您社区的食品杂货店和市场，了解食物价格。
- 如有必要，了解在哪里可以上网。
- 安排好一个可以联络到您的电话号码。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

住所

- 找到适合您预算的住所。
- 如果您租房，了解您作为租客的权利与义务。
- 规划好与住房有关的所有支出，包括保险、水电煤气和地产税。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

社区参与

- 了解当地社区中心的各种项目和设施。
- 找到您街区公共图书馆的地点，办好借书卡。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

交通

了解您社区中各种公共交通的选择。

申请安省驾驶执照。

1. 任务

完成日期 / /

信息来源

2. 任务

完成日期 / /

信息来源

3. 任务

完成日期 / /

信息来源

法律权利与服务

1. 任务

完成日期 / /

信息来源

2. 任务

完成日期 / /

信息来源

3. 任务

完成日期 / /

信息来源

教育与培训

这一章节提供有关教育与培训机会的信息，从托儿所一直到研究生院。本章节还介绍成人和继续教育以及语言培训。



30
托儿

31
小学与中
学教育

33
专上教育

34
继续教育

35
语言培训

36
安置计划





托儿

在安省有多种不同的托儿（或称日托）选择。您可以为孩子报名参加最适合您家庭的服务。

有执照和无执照的托儿服务

在安省有两种托儿服务：有执照（有时称为正式）和无执照（有时称为非正式）。

根据*Day Nurseries Act*（*日托中心法*），照看超过五个和自己没有亲属关系且未满十岁的儿童，其看护者必须持有Ministry of Education颁发的执照。有执照的托儿计划必须符合特定的省级标准。

无执照托儿是看护者与家长之间的私人安排。照看五个或五个以下和自己没有亲属关系儿童的看护者无需领有执照。


每个托儿服务提供者有不同的规定。有些会要求您孩子全日入托。其他则提供半托和临时入托服务。等候入托的名单可能会很长，收费差异也很大。

 欲知更多有关您孩子的入托选择，请访问 Ministry of Education 网站：ontario.ca/page/ministry-education 或 findlink.at/childcare

托儿补助金

 有些家庭因负担不起托儿费用，会得到一些补助金。欲知您是否符合条件以及如何申请，请与您的安置辅导员联系或访问 Ministry of Education 网站：ontario.ca 或 findlink.at/payingchc

ONTARIO EARLY YEARS CENTRE (安省早教中心)

 六岁及六岁以下的儿童可以在由政府资助的安省早教中心内游戏和学习。儿童一定要由家长或监护人陪同。这些中心也为家长提供一些服务。早教中心提供的服务是免费的。

要查找您附近的 Ontario Early Years Centre，请致电 ServiceOntario: [1-800-268-1153](tel:1-800-268-1153) 或访问：ontario.ca

考虑事项

当我与托儿服务提供者面谈时，我应该问哪些问题？

托儿服务提供者在时间上是否灵活？

在我孩子没去托儿所的日子，我是否仍需支付托儿费用？

如果我接孩子时迟到了，会怎样？



小学和中学教育

您的孩子可以免费就读公立学校。公立学校分为小学（幼儿园小班到八年级）和中学（九年级到十二年级）。您孩子也可以上私校，但您要付学费。提供安省中学文凭的私立学校由Ontario Ministry of Education（安省教育厅）负责检查。

小学和中学教育

大部分孩子的学校生涯始于幼儿园，那时他们的年龄是四岁或五岁。根据安省法律，年龄在六至十八岁之间的孩子必须上学。

中学为学生做好进入专上教育机构（学院、大学和职业训练）的准备，或者提供在中学毕业后可以马上工作的技术培训等课程。

孩子必须在当地的学校或教育局注册。在大多数情况下，孩子就读的学校取决于居住地点。

教育局

安省的每个社区都有一个或多个公立的教育局或教育主管部门。全省都设有英语教育局和法语教育局。大部分地区还有公费资助的天主教教育局。

请确保您熟知负责您所在地区学校的教育局或教育主管部门。这些机构提供多种方式让您可以参与学校及社区的活动。

学生注册

孩子第一次在学校注册时，您需要联系您当地的教育局。他们会对您孩子进行评估，明确应该上几年级以及是否需要额外的帮助，例如英语或法语课程。

 p.77

Ministry of Education

研究安省的公立学校，可以从Ministry of Education开始：ontario.ca

Settlement.org

查阅中小学教育指南：settlement.org/ontario/education

当地教育局

欲知安省所有教育局和教育主管部门的清单，请访问：ontario.ca 或 findlink.at/boardlist

法语教育

有12个教育局负责向家长母语为法语的孩子提供法语教育。欲知更多信息，请上网到：ontario.ca或 findlink.at/fsl

安省法语教育

如需了解安省哪些学校和机构开设各个等级的法语课程，请访问：www.elf-canada.ca



考虑事项

孩子下一学年的注册截止日期是什么时候？

我孩子是否已做过评估、被安排上几年级？

孩子如何去学校上学？有没有校车服务？

如果我孩子有特殊需要，当地学校和教育局可提供哪方面的支持？

我的教育局是否提供浸透式法语教育？我该如何申请？

语言教学

英语——有些学生是在上小学或中学时，第一次开始学习英语。学校会为母语不是英语的学生提供语言支持。

法语——英语教育局为所有学生提供法语作为第二语言（FSL）课程。课程包括：

- 核心法语——学生把法语作为一门学习科目。
- 扩展法语——学生把法语作为一门学习科目，而且法语至少是一门其他科目的教学用语。扩展法语通常从七年级开始。
- 浸透式法语——学生把法语作为一门学习科目，而且法语至少是两门或两门以上其他科目的教学用语。浸透式法语通常从幼儿园开始。

 欲知更多有关FSL课程的信息，请访问 Ministry of Education网站：ontario.ca/page/ministry-education或findlink.at/onfsl


浸透式法语和扩展法语课程并不是所有教育局都开设的。欲知您所在地区哪些学校开设这类课程，请与您当地的教育局或教育主管部门联系。

Heritage Language Program（传承语言课程）这类课程提供多种不同语言的教学与活动，为不同年龄的学生开设。一般在常规上课时间以外进行。欲知您所在地区开设哪些相关课程，请向当地学校、教育局或教育主管部门查询。

全日制幼儿园

所有安省学校目前为四岁和五岁的孩子开设全日制幼儿园。到2014年9月，所有公立学校都将开设全日制幼儿园。

根据家长的需求情况，有些学校也会开设课前和课后活动，大约从上午7:00到9:00，下午3:30到6:00。这些一般是为全日制幼儿园学生开设的，通常会收取一定的合理费用。

 欲知更多有关全日制幼儿园以及课前和课后活动的信息，请访问Ministry of Education网站：ontario.ca/page/ministry-education或findlink.at/full-dayk

特殊需要

为在行为、沟通、学习和/或体能方面有特殊需求的学生开设的课程和提供的支持，能让他们充分得益于在学校的经历。

 欲知有关这类课程的信息，请访问 Ministry of Education网站：ontario.ca/page/ministry-education或findlink.at/speceduc

专上教育

安省的学生可以在学院或大学里接受专上教育或职业训练。大学和学院还为在国外已接受过专上教育的人士提供多种研究生证书课程。

学院

安省的学院开设注重职业训练的课程，为学生在多个职业领域就业做好准备，包括技术、医疗卫生、商业、酒店和旅游行业等。学院开设证书和文凭课程以及职业训练（和某些应用学科领域的学位课程）。

学院证书课程通常需要一年或少于一年的学习时间。文凭课程则常常需要两或三年的全日制学习。

大学

学生在大学里学习本科（学士学位）和研究生（硕士和博士学位）课程。大学开设文科和理科课程，以及一些特定专业的课程，例如教育学、医学、法学和工程学。

一般来说，大学和学院要求申请者具备中学毕业文凭或同等学历。如果您没有中学毕业文凭，但已年满19岁且是加拿大公民或永久居民，您可以“成人学生”身份提出申请。

大学和学院的课程表提供了有关其课程和入学要求的信息。如果您曾在加拿大以外受过教育，您的学业文件需要经过评估。每所学校有其自定的评估标准和程序。如果您已经在外国完成学业，您可能有资格因以前所受的教育而免修学分、减免学时或获得其他学分。请与学校招生办公室联系，了解更多有关资历认可和评估的信息。

财务资助

专上教育课程的学费因您选的课程不同而有所不同。专上教育学生财务资助的主要来源是Ontario Student Assistance Program（安省学生资助计划，OSAP）。联邦政府也通过Canada Student Loans（加拿大学生贷款）计划提供部分资金。

每所学院和大学都有其自己的奖学金和助学金。欲知更多相关信息，请访问学校的网站或致电其财务资助办公室。

职业训练

见习生是在较有经验的工作者指导下，从工作中学习技术性工作。作为训练的一部分，见习生还要完成课堂学习内容。见习生是一名雇员，在学习技能的同时可以领到薪水。有超过150种的技术行业可通过见习训练的方式进行学习。参阅本页一侧的资源信息。

REGISTERED EDUCATION SAVINGS PLANS（注册教育储蓄计划，RESP）

 在银行、信用社或互惠基金公司开设一个避税的RESP账户，您就可以为孩子的学院或大学教育进行储蓄。欲知更多相关信息，请访问Employment and Social Development Canada: hrsdc.gc.ca或findlink.at/can-resp

安省的学院和大学

要查找安省的学院和大学，请浏览：ontario.ca 或 findlink.at/findschool

法语学院和大学

要查询安省的法语学院和大学，请浏览：ontario.ca或 findlink.at/frenschool

学生的财务资助

要查询您是否符合OSAP的条件，请浏览：www.osap.gov.on.ca。要了解加拿大学生贷款计划，请浏览：canada.ca

职业训练计划

请访问Ministry of Training, Colleges and Universities: ontario.ca 或 findlink.at/trades



继续教育

学院、大学和教育局都提供许多继续教育课程，这些课程常常是在夜间或周末授课。

继续教育

人们经常在取得学位或文凭之后就读继续教育课程，以培养他们的个人兴趣（例如园艺或摄影），或达成与工作有关的目标。这是很好的学习体验，也有助于您结识社区里的人。

欲知有关继续教育的信息，请浏览相关学院、大学和教育局的网站。



- 要查找您当地的教育局，请查阅电话簿的蓝页或访问：ontario.ca/page/ministry-education或findlink.at/schoolinfo
- 要查找安省的学院和大学，请访问Ministry of Colleges and Universities: ontario.ca/page/ministry-advanced-education-andskills-development 或 indlink.at/findschool
- 继续教育课程也为希望提升阅读、写作和数学技能的成人开设。请访问MAESD网站查找相关课程：ontario.ca/page/ministry-colleges-universities或findlink.at/adultlearn

成人取得中学文凭

如果您已年满18岁并且想取得中学文凭，有许多免费的课程可供您选择。



- 欲知更多相关信息，请访问Ministry of Education: ontario.ca/page/ministry-education或findlink.at/ossd
- Independent Learning Centre (独立学习中心) 开设很多中学学分课程，您可以在网上修课。请浏览：ilc.org



语言培训

学习英语或法语是您在加拿大安家的重要一环。流利使用一种或两种加拿大的官方语言能使您在生活的各个方面受益。

语言课程


联邦和省政府提供经费给教育局、学院和社区机构，以便他们能开设免费的英语和法语课程。

学院、大学和私立语言学校也开设收费的语言课程。

在安省有许多种不同的英语和法语课程，包括：

- English Literacy Development (ELD)
- English and French as a Second Language (ESL和FSL)
- Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC)
- Cours de langue pour les immigrants au Canada (CLIC)
- Occupation-specific Language Training (OSLT)
- Enhanced Language Training (ELT)
- Specialized Language Training (SLT)

语言能力评估

 在您注册入读语言课程前，您要先做一次语言能力评估。您的安置辅导员会指引您前去您所在地区的评估中心，或上网到：cic.gc.ca/english/newcomers/map/ontario.asp。在安省的部分地区，您可以选择对您的英语或法语能力进行评估。

语言能力评估

欲知更多有关语言能力评估的信息，请访问www.language.ca或findlink.at/clb-assess

查找语言课程

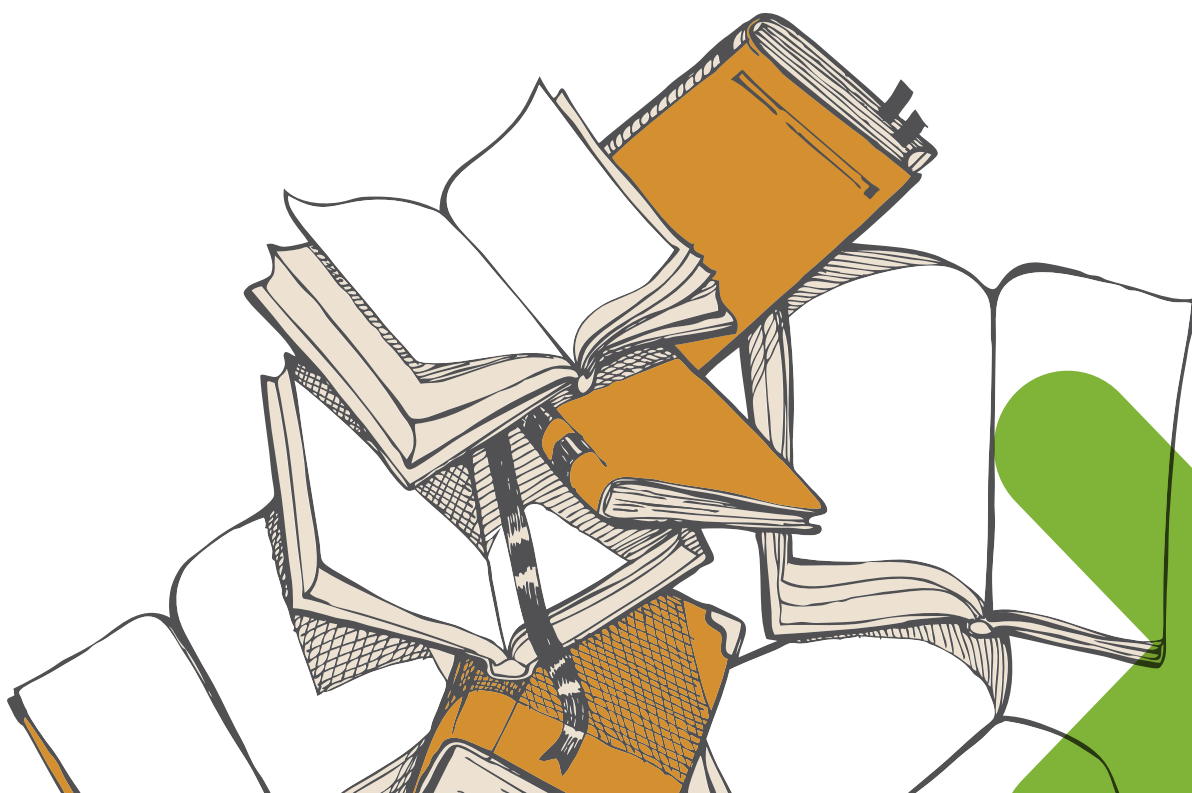
查找您所在地区的语言课程，请访问Ontario Immigration：ontarioimmigration.ca或findlink.at/onlinetool。您也可拨打211或访问211ontario.ca

加拿大新移民语言教学 (LINC)

欲知更多有关可以在家学习的LINC培训课程的信息，请访问tcet.com或findlink.at/homestudy

针对特定职业的语言培训 (OSLT)

OSLT在安省的学院中提供针对特定职业沟通技能的免费课程。欲知更多相关信息，请上网到：co-oslt.org



安置计划

托儿

安排好托儿服务

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

小学和中学教育

了解您孩子将就读的学校。

了解孩子注册入学的截止日期。

安排好孩子往来学校的交通。

准备好孩子注册入学所需的所有文件：

年龄证明

住址证明

监护人证明

免疫接种记录

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

专上教育

了解您或您孩子申请就读学院或大学的截止日期。

申请财务资助。

了解入学的一般要求。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

继续教育

了解与您的兴趣或职业相关的学院、大学或教育局的继续教育课程。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

语言培训

评估您的语言能力。

向辅导员查询针对您职业的语言培训。

选择最适合您需要的语言课程。

1. 任务

完成日期 / /

信息来源

2. 任务

完成日期 / /

信息来源

3. 任务

完成日期 / /

信息来源

工作与就业

这一章节提供有助于您了解并进入安省就业市场的相关信息。您将了解如何做好在安省就业的准备工作，如何让您的国外教育和工作经验得到认可，如何有效地找工作，以及如何自行创业。

40

为就业做好准备

42

找工作

44

工作场所权利

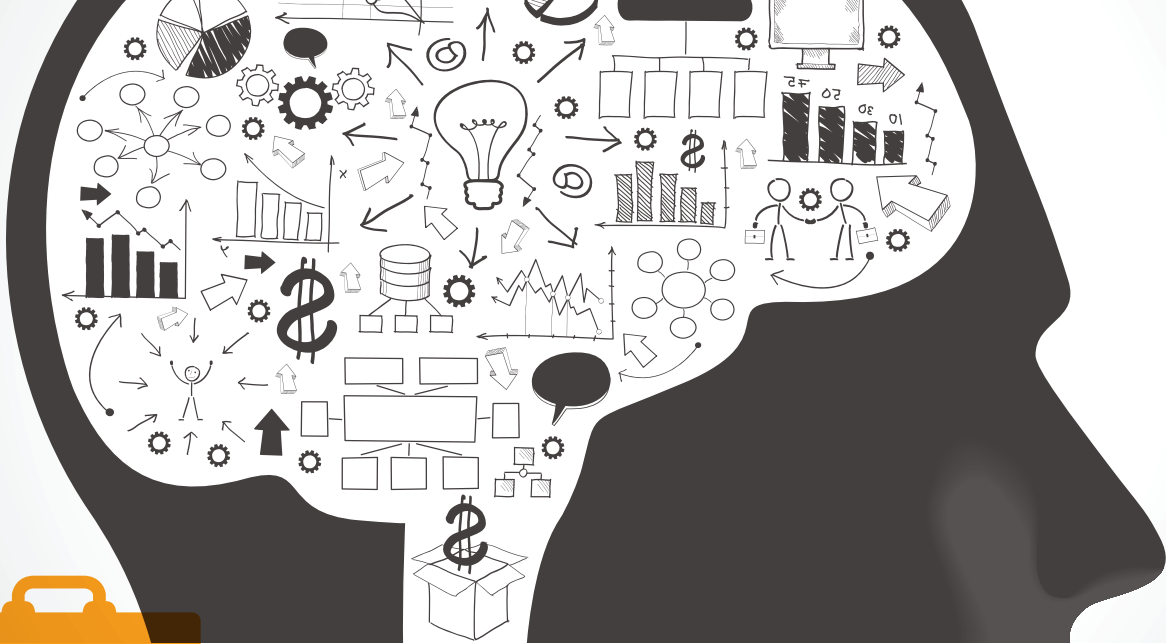
46

自行创业

47

安置计划





为就业做好准备

申请SIN卡

欲知如何申请SIN卡，请访问Service Canada: servicecanada.gc.ca 或 findlink.at/sin

资历评估

请访问Canadian Information Centre for International Credentials: cicic.ca 或 findlink.at/cicic-cred，或访问Foreign Credentials Referral Office: canada.ca

Global Experience Ontario

查询安省的受规范职业，请致电1-866-670-4094 或访问: ontario.ca 或 findlink.at/globalexpe

HealthForce Ontario

如果您是在国外受教育的医务工作者，请致电1-800-596-4046 或访问: healthforceontario.ca

搭桥计划

欲知有关搭桥计划的信息，请联络您的安置辅导员或访问: ontario.ca 或 findlink.at/training

SOCIAL INSURANCE NUMBER (社会保险号码, SIN)

您一定要有社会保险号码(常被称为SIN)才可在加拿大工作。您找到工作后，雇主需要您的SIN才能完成聘用手续。您也需要这个号码来填写您的报税表或申请特定的政府服务。您应确保您的SIN号码保密并受到保护。

安省的职业

安省有很多不同的职业、专业和工种。有些是受规范的，而另一些则是不受规范或自我规范的。

国外学历评估

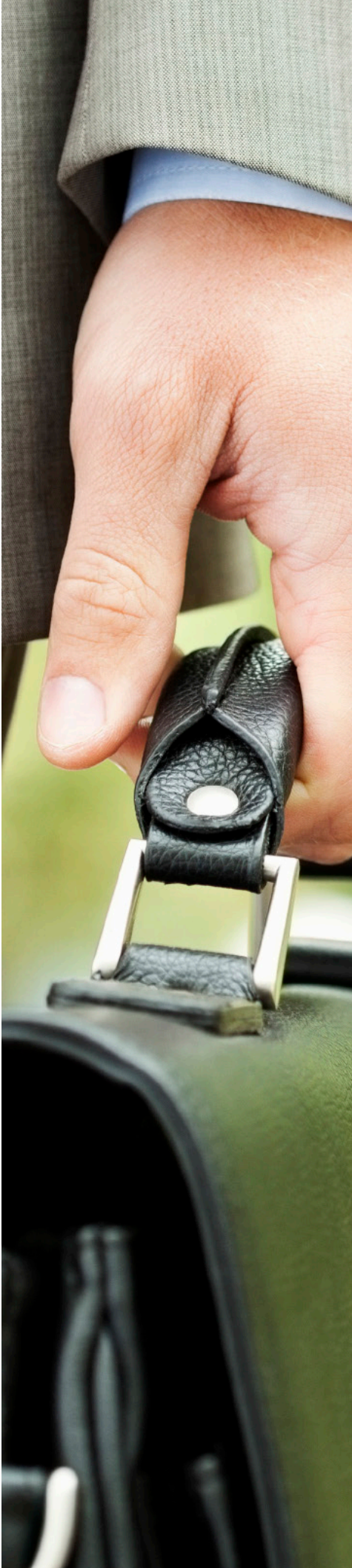
首先要明确您是否需要对你的国外学历进行评估，这点很重要。对于有些自我规范或不受规范的职业，无需进行评估，评估与否通常由雇主决定。

如果您需要进行评估，因为您的职业有特定的学历要求，那么您的学历将会与加拿大的对等学历进行比较。这一评估会让您知道，您是否需要接受更多的培训或教育才能在安省从事您想从事的工作。请参阅本页一侧的资源信息。

不受规范或自我规范的职业

在安省，大部分专业和很多工种都不要求特定的执照或证书。这些称为不受规范职业。不受规范职业包括财务经理、经济学家、电脑程序员、簿记员、系统分析员、普通木匠、厨师以及许多其他的职业。

有些职业在安省不要求具备证书，但您可以获得这类证书。这些称为自我规范职业。人力资源顾问便是一个例子。



受规范职业

在安省，许多专业和工种（包括社工、护士、电工和管道工）要求您必须向规管机构注册或持有其签发的执照。这些称为**受规范职业**。如果您想从事受规范的职业，您需要对安省该职业的规管机构进行研究，了解您该如何取得执照或登记注册。

Global Experience Ontario (GEO) 是为在国外接受训练、希望在安省从事非医疗卫生职业和技术工种的新移民提供免费信息和协助的服务中心。对于医疗卫生职业，HealthForceOntario则是在国外受教育的医疗卫生专业人士应洽询的主要机构。

搭桥计划

安省的搭桥培训计划通过提供培训、提高技能、协助寻找特定行业工作和就业支持，帮助您做好相关职业的就业准备。有些搭桥培训计划为您取得受规范专业的执照提供协助。其他的搭桥计划则通过介绍工作实习、辅导老师以及与雇主的交流，为您提供职业领域的机会。参阅对页上的资源信息。

考虑事项

我想在安省从事的工作是受规范还是不受规范职业？

如果是受规范职业，我要如何才能取得执照？

我是否已备齐所有做资历评估所需的文件？要补齐所缺的文件，我该与谁联络？

我想从事的职业是否要求有一定程度的学历证明？该职业是否要求特定的学科专业？

我是否具备必要的学历？

找工作

寻找您想从事的工作要花时间，还要进行规划。在安省找工作可能会遇到新的挑战。简历的写法可能不同，建立人际网络常常是找工作的重要部分。各种求职中介和支持协助可在找工作方面为您提供协助。

求职协助

有很多计划和网站可以帮助新移民了解安省的劳务市场和寻找工作。您可以通过下列途径开始着手：

- 了解安省的劳务市场。可浏览：ontario.ca或findlink.at/lmi
- 致电Employment Ontario Contact Centre (安省就业联系中心)，了解有助于您找工作的信息和提示，电话：[1-800-387-5656](tel:1-800-387-5656) 或访问Employment Ontario: ontario.ca 或 findlink.at/etlanding
- 了解Employment Ontario (安省就业) 服务机构可为您提供哪些协助，请上网到：findlink.at/ineedajob
- 加拿大政府制作了一个工具“Working in Canada (在加拿大工作)”，要了解该工具，请上网到：workingincanada.gc.ca



- 阅读与求职相关的有用文章，请上网到：settlement.org或findlink.at/employInfo
- 进入Service Canada的数据库，在线查找安省和加拿大各地的工作职位：jobbank.gc.ca

与在业人士建立联系



- 做义工是与加拿大的在业人士建立联系的很好方法。请致电211，询问您当地义工中心的地址，或访问Ontario Volunteer Centre Network (安省义工中心网络)：ovcn.ca

Career Edge (职业桥梁) 为技术移民提供许多不受规范行业的实习机会，包括商务管理、化学、通信、环境研究和财务金融。欲知更多相关信息和进行申请，请致电：[1-888-507-3343](tel:1-888-507-3343) 或访问：careeredge.ca

考虑事项

为了在职业上取得成功，我是否需要进一步接受针对特定行业的沟通技能培训？

我在哪里可以获得专家对我的简历和求职的意见反馈以及其他找工作方面的支持？

我在哪里可以遇见我的同行？

我想在安省从事的工作的平均收入是多少？

我想在安省从事的行业和职位最近有哪些重大变化？



申请工作

一般通过寄出简历（也称“履历表”或CV）和求职信来申请工作职位。简历列出了您的资历和工作经验。求职信则是说明您为何是某职位的有力候选人。



有些雇主对于您之前在外国的经历不甚确定。在您的简历和求职信中，一定要表明您过去的工作经验如何能使安省的雇主从中获益。您可以在以下网站获得撰写简历、求职信以及准备面试的相关信息：

workingincanada.gc.ca和jobsetc.gc.ca

 p.63

安省的工作场所文化

工作场所文化因国家而异，甚至因职业而异。一般来说，安省的雇主很重视沟通技能。您当地的安置机构和其他就业方面的专家可以协助您学习安省的工作场所文化。某些语言培训课程也包含对工作场所文化和沟通的培训。





工作场所权利

工作场所的平等



Ontario *Human Rights Code* 禁止工作场所的歧视。任何在安省工作或申请工作的人不能应种族、祖先、原居地、肤色、族裔、国籍、宗教、年龄、性别、性取向、犯罪记录、婚姻状况、同性伴侣状况、家庭状况或残疾等原因而受到不公平对待或骚扰。欲知更多有关您在工作场所的平等权利和义务，请访问 Ontario Human Rights Commission: ohrc.on.ca 或 findlink.at/ohrcemploy

ONTARIO EMPLOYMENT STANDARDS ACT (安省就业标准法)

安省的员工有权在公平和安全的工作场所工作。Ontario *Employment Standards Act* (安省就业标准法, *ESA*) 规定了雇主和雇员必须遵守的最低标准。

薪资



安省的大部分雇员有权得到最低工资。自2020年10月起，一般最低工资是每小时\$11.40 - \$14.00，学生最低工资是每小时\$10.70 - \$13.15⁵ 欲知更多详情，请访问 Ministry of Labour 网站: ontario.ca/page/ministry-labour-training-skills-development 或 findlink.at/minwage

工作时数

除一些例外情况外，一般来说，不可要求雇员一天工作超过八小时，一周总时数不可超过48小时。通过书面协议并经 Ontario Director of Employment Standards (安省就业标准局局长) 批准，才可以超出最高工时。

公共假日

安省每年共有九天公共假日。符合条件的雇员可在公共假日休息，并领取公共假日工资。安省的公共假日有：新年元旦、家庭日、复活节耶稣受难日、维多利亚日、国庆日（加拿大日）、劳动节、感恩节、圣诞节和节礼日。

年假时间

一般来说，雇员每工作12个月可得到最少两周的年假时间。如果带薪年假时间不休息，雇员至少可领取全部工资的百分之四作为年假补薪。

⁵这一最低工资适用于年龄未满18岁、在学校上课期间每周工作28小时或以下的学生，或是在学校放假或暑假期间工作的学生。

领取工资

雇主必须定期给员工发工资，并提供工资单，上面应列明员工本期的工资额和扣除额。

产假与育婴假

上班的母亲和父亲在预产期或刚生下婴儿期间可请短期无薪假。Employment Insurance (就业保险, EI) 为符合条件的父母提供相关福利。



欲知更多您依据就业标准法应有的权利和义务，请致电Ministry of Labour的Employment Standards Information Centre (就业标准信息中心)：1-800-531-5551 (使用23种语言提供信息)，或访问Ministry of Labour：ontario.ca 或findlink.at/on-esa。您也可以访问Service Canada中心，向联邦政府的劳工事务官员洽询。要查找相关地址，请查阅电话簿的蓝页或访问servicecanada.gc.ca。



 p.103

健康与安全

Ontario Occupational Health and Safety Act (安省职业健康与安全法) 订立了保护安省工人健康和安全的标准。除一些例外情况外，它适用于安省所有行业的所有工作场所。

- 要了解您和您雇主在工作中有关健康与安全的权利和义务，请阅读*Worker Health and Safety Awareness in 4 Steps (工人健康与安全认知4步骤)* 工作手册。请上网到Ministry of Labour



的网站，阅读该手册：ontario.ca或findlink.at/hsawarenes。您也可致电ServiceOntario索取，电话：**1-800-267-8097**，手册会邮寄给您。



- 欲知更多有关Ministry of Labour保护工人的策略，请访问：ontario.ca或findlink.at/hsafety
- 欲知如何报告工作中存在的安全方面的顾虑，请致电Health and Safety Contact Centre (健康与安全联系中心)：**1-877-202-0008**。

ONTARIO WORKPLACE SAFETY AND INSURANCE BOARD (安省工作场所安全与保险局)

Ontario Workplace Safety and Insurance Board (安省工作场所安全与保险局, WSIB) 为雇主及其员工经营管理安省的工作场所无过失保险。该局的经费由雇主支付的保险费提供。WSIB提供残障福利，监督员工所得到的医疗服务的品质并协助在工作中受伤的员工。

如果您在工作中受伤或想了解更多有关工作场所安全及保险的信息，请致电**1-800-387-0750** 或访问WSIB：wsib.on.ca





自行创业

安省有许多令人振奋的自行创业机会。2012年，安省有超过290万人受雇于中小型企业。这些企业占安省公司总数的98%。⁶



欲知如何在安省自行创业，请访问 Ministry of Economic Development, Job Creation and Trade: ontario.ca或findlink.at/business



安省政府在省内各地设立了多个小型企业创业中心。在这些中心，您可以获得有关开办、拥有和成功经营小型企业的信息及服务。欲知更多相关信息，请致电：1-800-567-2345 或访问：ontario.ca 或findlink.at/sbec

安省政府设立了多个加拿大企业服务中心。这些中心为您自行开办企业提供相关信息及支持。欲知更多相关信息，请致电 1-888-576-4444 或访问：canadabusiness.ca

⁶ 来源：Ministry of Economic Development, Job Creation and Trade, ontario.ca或findlink.at/onmedte



安置计划

为就业做好准备

- 申请Social Insurance Number (社会保险号, SIN)。
- 将您的学历送交评估。
- 确认您的职业在安省是否为受规范职业。
- 查找您所在地区内与您的职业目标相关的搭桥机会。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

找工作

- 与安置辅导员或就业辅导员讨论您的求职需求及下一步的计划。
- 开始有效地拓展人际关系网并建立当地的联系人名单。
- 基本理解您想在安省从事职业的工作场所文化。
- 寻找当地任何与您的专长有关的义工职位，进而增加工作经验。
- 准备简历和求职信。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

自行创业

与小型企业创业中心联系，获取有关自行创业的信息。

1. 任务

完成日期 / /

信息来源

2. 任务

完成日期 / /

信息来源

3. 任务

完成日期 / /

信息来源

金钱与个人财务

这一章节涵盖了与您的金钱相关的关键事项。您可以找到有关开立银行账户、取得信用、支付税款以及有关福利与社会援助的信息。

50

金钱与银行业务

51

取得信用

52

税务

53

福利与社会援助

54

安置计划



金钱与银行业务

安省居民通常把钱存在银行、信用社或信托公司。这些金融机构既安全又方便。大部分金融机构是Canadian Deposit Insurance Corporation（加拿大存款保险公司）的成员，这意味着政府会担保您帐户中最高不超过\$100,000的存款。

金钱

欲了解有关加拿大货币和外币兑换加币的信息，请阅读*Welcome to Canada*。

千万不要在信中夹寄现金。要使用支票、汇票（向银行购买）或邮政汇票（向邮局购买）。银行和私人汇款服务公司也提供其它汇款方式。

 p.105-106

银行服务

即使您没有工作或不能马上在帐户中存钱，您也可以开设银行账户。大部分银行提供以下服务：

- 支票账户和储蓄账户
- 提款卡
- 24小时的互联网和电话银行业务
- 贷款和信用卡
- 投资产品和规划
- 财务咨询



虽然加拿大银行被认为非常安全可靠，您仍需要充分了解各种信息，以便保护自己的财务利益。有关如何保护自我和自身财务免受欺诈（例如信用卡欺诈）的信息和提示，请上网阅读Industry Canada的*Consumer Handbook*（消费者手册）：consumerhandbook.ca

 p.109-111

设立账户

在开立账户之前，应多研究几家不同的金融机构。银行产品和服务的收费标准以及利息可能各不相同。要询问是否有免费的银行账户，这种账户越来越受欢迎。另外，要询问是否有为新移民提供的特别服务。

如果您的雇主采用工资直接打入账号的发工资方式，那么您会需要一个支票账户。储蓄和投资账户也很有用，因为它们的利息高于支票账户，但账户中交易的种类或数量可能会受到限制。大部分开立储蓄账户的消费者也有支票账户，用于日常的银行业务。

在银行、信用社或信托公司开立账户，您需要出示两种身份证件，例如护照和社会保险号码（SIN）卡。通常其中一种身份证件上必须有您的照片。

您在开立银行账户后，会得到一张银行卡（也称提款卡）。您可以在大部分商店、餐厅和其他商家使用这张卡代替现金。您还能在银行机器上（称为**自动取款机或ATM**）使用这张卡。

 p.109-111

考虑事项

哪些银行有为新移民提供的特别服务？

我是否需要一个储蓄账户和一个支票账户？

如果我用一家银行的提款卡在另一家银行的取款机取款，需要支付多少服务费？

取得信用

信用

信用指的是借钱。信用卡和银行贷款是最常见的信用种类。通常借方以分期付款方式归还贷款。还款的频率和金额应在提供贷款或信用时就已经明确下来了。


在获得银行贷款或使用信用卡时，您要付**利息**。利息是贷方（通常是银行）向借方收取的款项。**利率**是指您在一段时间内支付的利息占借款总额的百分比。有些贷款和信用卡的利率非常高。因此，当您以银行贷款或信用卡的形式向银行借款时，应该问清楚利率是多少。

请阅读*Welcome to Canada*，了解更多有关不同种类的信用与贷款，以及如何选择和申请信用卡。


 p.112-115

建立信用记录

您在贷款或使用信用卡时，信用报告机构会收集有关您是否按时付款以及您偿还借款所需时间的信息。这些信息成为您信用记录的一部分。

 **在安省建立信用记录很重要。如果您想申请信用卡、贷款或房屋贷款，您的金融机构会查阅您的信用记录，以判断您过去的财务管理状况。根据您的信用记录，金融机构会决定是否为您提供您想要的贷款。**

许多人是通过信用卡着手建立他们的信用记录。请与您的金融机构职员讨论有关针对新移民的信用卡计划。在签订合同前，请仔细阅读所有的条款与条件。

 Financial Consumer Agency of Canada 加拿大金融消费者局) 有不少关于信用的有用提示和信息，请上网查询：
fcac-acfc.gc.ca

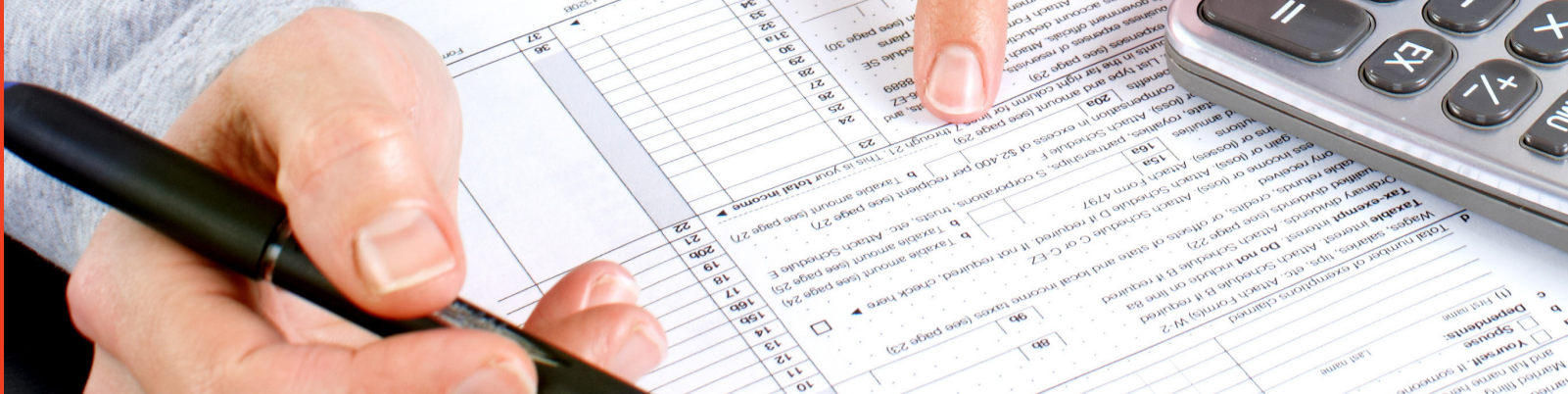


考虑事项

我的信用卡利率是多少？

我如何知道我目前的信用评级？

我该如何建立我的信用记录？



税务

在加拿大，三级政府都征税：联邦、省和市政府。税收用来支持政府出资的项目，例如教育、医疗卫生、交通基础设施和技能培训。

考虑事项

有关我的税务问题，我可以去哪里查询？

填写所得税表时，我可以去哪里寻求帮助？

我是否符合条件申请Canada Child Benefit（加拿大儿童福利金）？

税的种类


最常见的税种是所得税、销售税、地产税和商业税。

请务必了解您全年中要收集的收据和其他文件，以用于报税。

 欲了解对不同税种的说明，请访问 Ministry of Finance：
ontario.ca/page/ministry-finance 或
findlink.at/finance


所得税

加拿大人每年要在4月30日前缴交所得税表。您必须申报所有收入来源的收入，包括海外的收入。

 您可以通过Community Volunteer Income Tax Program（社区义工所得税计划）获得填报所得税表的免费协助。请访问Canada Revenue Agency（加拿大税务局，CRA）：
canada.ca或findlink.at/incometax

合并销售税减免

所有安省居民在购买大部分消费品时都要付合并销售税（HST）。加拿大税务局（CRA）通过税务减免，向低收入者退还全部或部分的合并销售税。您可以填写税表第一页上的HST Credit Application（HST减免申请表），提出这项减免申请。如果CRA确定您符合相关条件，您便会收到退税支票。

 欲知更多相关信息，请上网到：
canada.ca或findlink.at/gst-hst

加拿大儿童福利金

如果您有18岁以下的子女，您可能有资格领取加拿大儿童福利金。如果符合条件，您每月将得到加拿大政府提供的福利金，以补贴您抚养孩子的费用。福利金的金额取决于您的收入和受抚养子女的人数。

 欲知您是否符合条件以及如何申请，请访问Canada Revenue Agency：
canada.ca或
findlink.at/cra-bnfts

福利与社会援助

在安省，有各种帮助财务困难者的省和联邦计划。

就业保险 (EI)

如果您因为您无法控制的原因而失业（例如，工作短缺、季节性或大幅度裁员），您可能有资格申请EI福利。您必须在失业之前52周内加拿大的工作中积累了足够的可保险工时，才有资格申领这项福利。

 欲知更多有关申请EI福利的信息，请向您的安置辅导员查询或访问 Service Canada：
servicecanada.gc.ca或
findlink.at/ei-app

CANADA PENSION PLAN (加拿大退休金计划, CPP)

您在加拿大工作期间，您的雇主会自动从您的工资中扣款，代您缴交CPP供款。

如果您符合下列条件，便有资格领取CPP退休金：

- 您曾在加拿大工作，并至少缴交过一次CPP供款（付款）。
- 您年满60岁，或介于60和70岁之间且符合法定的收入与供款要求。

 欲知更多有关CPP的信息，请访问 Service Canada：servicecanada.gc.ca或
findlink.at/cpp

OLD AGE SECURITY PENSION (老年保障退休金, OAS)

OAS是按月提供给65岁或以上的加拿大人的福利。您必须具有相应的加拿大法律及移民身份，才有资格申领。

 欲知更多信息，请访问 Service Canada：servicecanada.gc.ca或
findlink.at/oldagesecu

社会援助

Ontario Works（安省工作计划）是一项为面临暂时财务困难的安省居民提供帮助的计划。它提供两方面的服务：财务协助以及帮助找工作。

 如果您符合条件，*Ontario Works*可以帮助您支付食物和住房等基本所需的费用。欲知更多有关这一计划与其资格要求的信息，请访问 Ministry of Community and Social Services：mcss.gov.on.ca或
findlink.at/socialassi

ONTARIO DISABILITY SUPPORT PROGRAM (安省残障支持计划, ODSP)

ODSP帮助面临财务困难的残障人士。该计划协助符合条件的申请人找工作，并为他们提供财务援助，以支付食物和住房的费用。

 欲知更多有关ODSP的信息，请访问 Ministry of Children, Community and Social Services：mcss.gov.on.ca或
findlink.at/ont-dsp



安置计划

银行业务、取得信用与税务

研究银行业务的各种选项并开立银行账户

申请信用卡。

向银行职员查询针对新移民的银行业务。

如果符合条件，申请Canada Child Benefit（加拿大儿童福利）。

1. 任务

完成日期 / /

信息来源

2. 任务

完成日期 / /

信息来源

3. 任务

完成日期 / /

信息来源

人与环境

这一章节提供的信息能帮助您理解安省多元社会的一些重要价值观，包括性别平等、以平等方式尊重和重视每个人、以非暴力方式解决家庭问题以及关爱环境。



56

包容性

57

残障人士

58

家庭伴侣关系

59

关爱环境

60

安置计划





包容性

安省是一个多元社会，人们努力相互合作，相互学习，建立一种开放的文化。您会有很多机会去结识与您不一样的人。安省的目标是亲和与包容——让大家在这里都有家的感觉。

考虑事项

我身上有哪些由文化决定的态度和信念？

我对于观点不同者有多大容忍度？

我对其他文化都知道些什么？

我如何才能了解其他文化？

人们对我的文化有什么概念化的认知？

多元化与包容性

安省有很多来自不同文化和宗教背景的人，他们有着不同的技能，不同的性取向以及各种各样的差异。

我们需要包容，才能得益于这一人口的精妙组合。包容意味着积极与各种背景的人士交往，也意味着要确保每个人都有平等的机会参与安省生活的方方面面。



Ministry of Government and Consumer Services有计划把Ontario Public Service（安省公共服务局，OPS）建成一个更包容的工作场所。欲知更多相关信息，请访问：ontario.ca或findlink.at/omgs

Ontario Human Rights Code（安省人权法）把不公平对待他人定为非法，为包容性奠定了基础。欲知更多相关信息，请访问Ontario Human Rights Commission：ohrc.on.ca

男女平等

在加拿大，男女平等是一项核心价值。贬低或伤害妇女或女孩的文化习俗是不能容忍的。

LGBTQ社区

LGBTQ是女同性恋、男同性恋、双性恋、变性人、酷儿的缩写。LGBTQ是安省社会的自豪参与者。根据安省人权法，因性取向而歧视或骚扰他人是非法的。



欲知针对LGBTQ群体的计划和服务，请上网到 settlement.org或findlink.at/



lgbtqservi您也可以拨打211 或访问：serviceontario.ca

残障人士

在安省每七人中就有一人患有残障，安省残障人口总数约为一百八十五万。⁷ 随着人口老龄化，这一数字将会上升。安省的目标是成为一个人人都能参与社区活动的地方。安省的企业、机构和社区努力为残障人士提供更多便利措施，对残障人士更加包容。

残障

残障是指多种不同类别和程度的身体状况。有些残障是别人可以看得出的，有些则看不出。残障可以是先天性的，也可以是意外或患病造成的。人们可以有身体上、精神上或学习上的障碍，有听力或视力上的障碍，患有癫痫症，精神健康上的障碍及成瘾症，对环境过敏以及其他状况。



欲了解残障人士用诗歌、散文和视频描述的个人经历，请上网到 Ontario Human Rights Commission（安省人权委员会）：
ohrc.on.ca 或 findlink.at/

欲了解残障人士依据 Ontario Human Rights Code（安省人权法）所享有的权利，请上网到：ohrc.on.ca 或 findlink.at/acccsibact

无障碍标准

安省2005年订立的 Accessibility for Ontarians with Disabilities Act（安省残障人士无障碍法案，AODA）要求制定无障碍的标准。这些标准列述所有的商户和机构必须采取的措施，以确保残障人士能够完全参与安省的社会。目标是到2025年建成一个无障碍的安省。

无障碍标准共有五条：

1. 客户服务——所有提供商品和服务的机构必须有一份书面计划，表明他们将如何为残障人士提供服务。计划可以包括允许残障人士的辅助动物和轮椅进入、安排接待支持人员以及进行有效的沟通等等。

2. 就业——所有机构必须把无障碍作为员工招聘、录用和支持的固定内容。例如，这可包括为他们提供特殊设备或工作条件。
3. 信息和沟通——机构必须使他们的宣传册、网站和教育材料等信息可以被残障人士获取。
4. 交通——该标准适用于公车、出租车、残障人士专用交通车、医院接送车、校车和部分渡轮。要求包括提供升降设备、楼梯、扶手杆、照明、标识等等。
5. 公共空间——该标准适用于游乐场、停车场和野餐区等建筑和公共空间。



欲了解 Accessibility for Ontarians with Disabilities Act（2005年），请上网到：
ontario.ca 或 findlink.at/acccsibact

欲了解无障碍标准，请上网到：ontario.ca 或 findlink.at/acccstandr

欲知更多面向残障人士的计划和服务，请致电 211 或访问：ontario.ca/page/people-disabilities

Ontario Disability Support Program（安省残障人士支持计划）帮助有财务困难的残障人士。欲知更多信息，请上网到：mcss.gov.on.ca 或 findlink.at/ont-dsp

⁷ 来源：mcss.gov.on.ca 或 findlink.at/ont-dsp

考虑事项

我的工作场所有多便利？

我周围的人是否有隐性残障？





家庭伴侣关系

家庭可以是您在安省安置时的最重要支撑。联邦和安省法律保护所有的家庭成员。

Ontario Women's Directorate (安省妇女事务署)

欲查找为家庭暴力或性暴力的女性受害者提供的信息，请上网到：women.gov.on.ca 或 findlink.at/serviwomen

Victim Services- Ministry of the Attorney General (安省司法厅受害者服务处)

欲查找为家庭暴力和性暴力受害者提供的信息，请上网到：attorneygeneral.jus.gov.on.ca 或 findlink.at/ovs

Family Law Education for Women (妇女家庭法教育)

欲了解依据安省家庭法对妇女权利的讲解，请访问：onefamilylaw.ca 或 women.gov.on.ca 或 findlink.at/flew

Family Law Guide (家庭法指南)

欲了解依据安省家庭法对个人权利与义务的介绍，请访问：attorneygeneral.jus.gov.on.ca 或 findlink.at/on-famlaw

婚姻

在加拿大和安省，婚姻是大多数人家生活的基础。在任何时候，您只能与一个人有婚姻关系。如果您在另一个国家已经与人结婚，您必须先离婚才能与其他人在安省结婚。在安省，同性婚姻自2003年起已经合法。如果您与伴侣同居却没有结婚，而同居关系已三年以上、或在有共同孩子的情况下已一年以上，则被视为“同居伴侣”。

 p.44

离婚

只有法庭能准许您离婚。配偶（婚姻伴侣）的一方皆可申请离婚。您必须提出证据表明婚姻已破裂。如果您的配偶在另一个国家获准离婚，假如您的配偶离开加拿大至少已有一年，安省通常会视为合法离婚。

 p.45

虐待配偶

针对配偶、同居伴侣或任一家庭成员的所有形式的身体暴力都是非法的。这包括非自愿的性行为。威胁伤害或杀害他人也是一种犯罪。被裁定对家庭成员实施家庭暴力的人会受到严厉惩罚，包括入狱服刑。

 p.42

警察在加拿大社会中的作用

警察保护人们在社区中的安全，并保证人人都遵守加拿大的法律。您在各种情况下随时都可以请警察帮忙，包括家庭暴力、意外事故、人员受伤或发生犯罪。



如果您遇到危险，请致电911与警察联系。他们会立刻赶到您家中。欲知更多关于警察在安省所起作用的信息，请阅读 *Welcome to Canada*。

 p.41



有遭家庭成员虐待危险的妇女可以致电 **Assaulted Women's Helpline**（受伤害妇女求助热线）：**1-866-863-0511**，每周7天、每天24小时开放。热线提供电话危机咨询服务，并可转介到社区提供的支持及服务。请访问热线网站：awhl.org。另请访问 **Ministry of Children, Community and Social Services**：mcss.gov.on.ca 或 findlink.at/womenhelp



您也可以致电211，了解有关您所在地区的家庭咨询或子女教育培训班等服务的信息。

虐待和忽视儿童

虐待儿童，是指任何形式的身体、情感、性虐待，或对儿童疏于照顾，此类行为会对儿童或青少年造成身体伤害或情感创伤。虐待儿童、青少年的行为包括情感、身体或性（接触或非接触）虐待，让孩子处于家庭暴力环境中，以及对孩子的忽视。不能让孩子获得住所、食物、衣物、教育、良好的卫生条件、监督、医疗保健、充足休息、道德指导、锻炼、安全环境和新鲜空气的行为，都属于对他们的忽视。

安省的所有成年人必须报告任何他们怀疑存在虐待儿童的情形。如果怀疑存在虐待儿童的情况，安省的儿童保护法律允许儿童福利官员介入，与父母交谈、视察家庭环境、提供育儿教育和支持，或在必要时，把孩子从家中带走。

 p.42

关爱环境

关爱环境是安省的一项重要价值观。您可以从自身做起，不乱丢垃圾，参与回收计划以及节约能源。

不乱丢垃圾！

乱丢垃圾是指在市内或乡村，把任何一种垃圾丢在路上或地上。

安省的大部分城市都有反对乱丢垃圾的法律。乱丢垃圾的罚款额从\$100到\$1,000或更多。如果警察看见您在公路上乱丢垃圾，他们会拦下您的汽车。

把垃圾丢入垃圾箱或带回家，可以让安省的环境保持清洁。

家庭废物回收计划

安省的大部分家庭都可以参加*Blue Box*（蓝盒）回收计划。废物会被用来制造新产品，而不是扔入垃圾填埋场。您可以把各种玻璃、金属、塑料和纸张废物放入蓝盒，当地环卫工人会把放在马路边上蓝盒中的回收垃圾取走。

有些城市还有*Green Bin*（绿箱）计划，让您回收蔬果垃圾、鱼和肉以及咖啡渣等有机废物。有机废物转换成堆肥，用来改善公园和农地的土质。

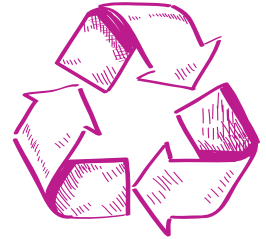
想要领取蓝盒、或想了解您所在地区是否有绿箱计划，请联系您当地的市政府。可以查阅电话簿的蓝页或访问Ministry of Municipal Affairs and Housing网站，查询安省各城市的名单及其联系方式：ontario.ca或findlink.at/muniseroff

Orange Drop（橙色丢弃点）计划可以让您安全地处置含有危害物质的家居产品，包括油漆和溶剂、防冻剂、一次性电池、压力容器和空油箱。很多这类产品可以重新加工制成新产品。欲知您附近的丢弃点，请访问：makethedrop.ca。

电子废弃物回收计划

电子废弃物（又称电子垃圾）包括照相机、电脑、显示器、电话和电视机等物品。它们里面有很多有毒、但却有价值的材料，不应扔入垃圾填埋场。您在安省购买电子产品时，要支付环保处理费。所收集的经费用于回收或翻新电子产品。

欲查找您所在地区的电子产品回收站，请访问：recyclemyelectronics.ca。



节约能源

生产电力或燃气对环境有负面影响。我们用得越少越好。欲知如何在家中节约能源，请访问Ministry of Energy：ontario.ca或findlink.at/savinenerg。另请访问Natural Resources Canada的Office of Energy Efficiency：oee.nrcan.gc.ca

考虑事项

在哪里可以拿到蓝盒、什么东西可以放进蓝盒中？

我所在城市有绿箱计划吗？

我不再需要的电子产品要拿到哪里去？

要让我家更节能，我可以做些什么？



安置计划

包容性

了解依据安省人权法我应享有的权利和该履行的义务。

关爱环境

到市府去拿一个蓝盒（或回收袋）。

查找当地的电子垃圾丢弃点。

查询市府是否有绿箱计划。

研究家居节能的各种选择。

1. 任务 完成日期 / /

信息来源

2. 任务 完成日期 / /

信息来源

3. 任务 完成日期 / /

信息来源

附录



62

联邦政府资源

63

安省政府部门

64

索引

联邦政府资源

Come to Canada (到访加拿大)

cic.gc.ca或findlink.at/ctcextstay

您想来加拿大或延长逗留时间吗? 这一工具会帮助您确定您的身份资格、填写和提交申请表。

您所在地区的移民服务

cic.gc.ca或findlink.at/cic-serve

服务内容可能包括协助寻找住房、协助找工作、语言评估与课程、协助填表以及提供有关社区服务的信息。

Living in Canada (在加拿大生活) 工具

cic.gc.ca或findlink.at/cic-lctvac

回答几个简单问题, 即可得到所需的协助, 包括在加拿大安置以及在这里生活的方方面面。

Working in Canada (在加拿大工作)

canada.ca或findlink.at/workincana

Working in Canada是加拿大政府提供工作及劳务市场信息的主要来源。它为使用者免费提供职业和工作信息。

Discover Canada: The Rights and Responsibilities of Citizenship

(发现加拿大: 公民的权利与义务)

cic.gc.ca或findlink.at/cic-study

Discover Canada: *The Rights and Responsibilities of Citizenship* 是新移民用来复习入籍考试的。

省和行政区政府的新移民网站

阿尔伯塔省

albertacanada.com/immigration

不列颠哥伦比亚省

welcomebc.ca

曼尼托巴省

immigratemanitoba.com

新不伦瑞克

welcomenb.ca

纽芬兰和拉布拉多省

gov.nl.ca/immigration

西北地区

ece.gov.nt.ca

新斯科舍省

novascotiaimmigration.com

努纳武特地区

gov.nu.ca

安大略省

ontario.ca

爱德华王子岛省

gov.pe.ca/immigration

魁北克省

immigration-quebec.gouv.qc.ca

萨斯喀彻温省

saskatchewan.ca

育空地区

immigration.gov.yk.ca

安省政府部門

Agriculture, Food and Rural Affairs
omafra.gov.on.ca

Attorney General
attorneygeneral.jus.gov.on.ca

Children, Community and Social Services
ontario.ca/page/ministry-children-community-and-social-services

Colleges and Universities
ontario.ca/page/ministry-colleges-universities

Economic Development Job Creation and Trade
ontario.ca/ministry-economic-development-job-creation-trade

Education
ontario.ca/page/ministry-education

Energy, Northern Development and Mines
ontario.ca/page/ministry-energy-northern-development-and-mines

Environment, Conservation and Parks
ontario.ca/page/ministry-environment-conservation-and-parks

Finance
ontario.ca/page/ministry-finance

Francophone Affairs
ontario.ca/page/ministry-francophone-affairs

Government and Consumer Services
ontario.ca/page/ministry-government-and-consumer-services

Health
health.gov.on.ca

Heritage, Sport, Tourism and Culture Industries
ontario.ca/page/ministry-heritage-sport-tourism-culture-industries

Indigenous Affairs
ontario.ca/page/ministry-indigenous-affairs

Infrastructure
ontario.ca/page/ministry-infrastructure

Intergovernmental Affairs
ontario.ca/page/ministry-intergovernmental-affairs

Labour, Training and Skills Development
ontario.ca/page/ministry-labour-training-skills-development

Long-Term Care
ontario.ca/page/ministry-long-term-care

Municipal Affairs and Housing
ontario.ca/page/ministry-municipal-affairs-housing

Natural Resources and Forestry
ontario.ca/page/ministry-natural-resources-and-forestry

Seniors and Accessibility
ontario.ca/page/ministry-seniors-accessibility

Solicitor General
ontario.ca/page/ministry-solicitor-general

Transportation
ontario.ca/page/ministry-transportation

Treasury Board Secretariat
ontario.ca/page/treasury-board-secretariat

Women's Issues
ontario.ca/page/womens-issues

索引

职业训练.....	33	LGBTQ.....	56
银行业务.....	50	法律权利.....	24
基本权利.....	24	法律服务.....	25
福利与社会援助.....	53	精神健康照护.....	16
搭桥计划.....	41	OHIP卡.....	15
加拿大权利与自由宪章.....	24	残障人士.....	57
托儿.....	30	电话和互联网服务.....	17
气候.....	9	邮政服务.....	17
消费者须知.....	17	公共交通.....	22
通信服务.....	11	康乐.....	21
社区联系与康乐.....	21	回收.....	59
信用.....	51	租车.....	22
骑自行车.....	23	租房.....	19
牙医.....	16	安置机构.....	10
家庭暴力.....	58	社会保险号.....	40
驾车.....	23	自行创业.....	46
驾驶执照.....	22	税务.....	52
经济.....	8	出租车.....	22
教育:		交通.....	22
成人教育和继续教育.....	34	义工.....	21
小学.....	31	工作:	
专上教育.....	33	找工作.....	42
中学.....	31	工作场所权利.....	44
紧急电话.....	11		
就业(找工作).....	42		
节能.....	59		
家庭医生.....	15		
家庭法.....	58		
食品.....	17		
地理.....	6		
政府.....	5		
医疗保健.....	14		
节假日.....	44		
住房.....	18		
人权法.....	24		
包容性.....	56		
介绍加拿大.....	4		
介绍安大略省.....	6		
找工作.....	42		
劳务市场.....	42		
语言评估.....	35		
语言培训.....	35		