

# 《初来乍到》指南

为安大略省新移民提供

赞助商:



Citizenship and Immigration Canada    Citoyenneté et Immigration Canada



© Ontario Council of Agencies Serving Immigrants 2008

First Days Guide - Chinese Simplified

# 目录

欢迎来到安大略省! .....	1
到达安大略省.....	3
住房 .....	6
健康医疗.....	11
就业 .....	16
教育.....	20
移民与公民.....	22
法律服务 .....	24
社区和娱乐.....	27
消费者信息 .....	29
后续事项 .....	36

# 欢迎来到安大略省！

迁居一个新的国家是一件困难的事情。离开朋友，甚至家人是很艰难的。许多事情与您刚刚离开的国家相比可能有所不同。取决于您来自哪个国家，学校、健康医疗、就业和法律等似乎全然陌生。熟悉安大略省的一切需要一定的时间，尤其是在您不掌握恰当的信息和不知道从哪里做起的情况下。

《初来乍到必读》是由 Settlement.Org 的专业人士编写的一本小册子，此机构是一家由帮助新移民处理每天定居事务的专业人士建立的新移民网站。它回答新移民提出的各类最重要的问题并帮助他们在安大略省建立自己新家的过程中迈出前几步。。

《初来乍到必读》向您介绍到达安大略省后的前两周需要知道些什么。它并不回答您的有关在安大略省定居和生活的全部问题。它将帮助您迈出前几步。您可以查询信息的地方有很多，我们将在下文中向您一一介绍。如果您方便使用计算机和互联网，请访问 Settlement.Org 的网站 [www.settlement.org](http://www.settlement.org)，了解有关您在本文中所读到的任何事项的更详尽信息，或查阅您可能存在的其他问题的答案。

本指南内容繁杂。了解从哪里开始做起可能有一定的困难。因此，请耐心等待仔细地阅读本指南，确保找出对您重要的事项以及做好这些事项的方法。

有些人在这里早已有了朋友，他们可帮助您完成某些重要的事务并向您说明一些事情在加拿大的做法。这的确很有帮助，但无论如何也请一定阅读本指南，以确保亲自了解其中的全部重要事项。您在这里可能没有现成的朋友，因此许多事情都需要由您自己亲自去做。另外，在来安大略省之前，您也可以事先做好许多对您有帮助的事情。

在您到达加拿大最初的几周内，您有许多事情要做。您需要填写多种政府表格。这些表格帮助您了解您不明白的一些名称，如您的 SIN、OHIP、CCTB 等。您不必为这些表格付费。一般情况下，您可从互联网上下载这些表格。您不需要为在填写表格时所得到的帮助付费。您可从定居安置机构那里免费获取此类帮助。在本指南中，您可了解到如何与这类机构取得联系。

本指南与 Settlement.Org 网站一样，按主题、分章节组织编写。本指南提供了一份在您来到安大略省后的最初的几周里要做事项的一览表。本指南的各个部分详细说明了这些事项的相应内容。每个部分都包含较详实的信息。对于网站上篇幅较长的文章以及有关您可从其获取帮助的机构的信息，都提供了相应的链接。您可从网站上下载并打印重要的表格。

## 最初几周要做的事项

您可决定首先做什么。您没有必要全部都做。比如，如果您没有孩子，那么您就没有必要在您家的附近寻找学校。有些事情您应立即做到，比如申请您的健康卡和社会保险号码(Social Insurance Number)。

也许您在要定居的城市有朋友或家人。他们可给予您很大的帮助。他们可向您介绍城市的整体布局并帮助您寻找住所。他们可帮助您了解您的新社区。

- 寻找住所
- 申请社会保险号码(Social Insurance Number, SIN)
- 申请健康卡(Health Card, OHIP)

- 申请儿童税务福利金(Child Tax Benefit)
- 开立银行帐户
- 获取求职信息
- 在家庭附近寻找定居安置机构(Settlement Agency)
- 寻找离您家最近的社区医疗中心(Community Health Centre)
- 寻找离您家最近的就业资源中心(Employment Resource Centre)
- 寻找离您家最近的公共图书馆(Public Library)
- 获取有关您作为雇员和租户权利的信息
- 查明如何为孩子办理入学手续
- 获取街道布局图并查明公共汽车运行线路
- 为您和您的家人寻找英语培训班
- 了解购物场所
- 登录 [www.settlement.org](http://www.settlement.org) 查询信息

## 定居加拿大需要多高的费用？

费用可能比您想像的高。加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)要求您到达时出示“资金证明”。他们希望您证明在您到达加拿大后，您有足够的资金为您及您的家人提供支持。

但是他们希望您拥有的资金金额可能不足以使您拥有如您在您的祖国时所拥有的生活。许多新移民来后几个月找不到工作。要使您在这里的生活达到您期望的标准，需要时间。

当您找到公寓时，在搬入之前，您必须付清第一个和最后一个月的租金。您必须为您的公寓购置家具。您也许不得不购买冬季服装。您必须支付交通、电话、饮食、医药、娱乐等各项费用...需要付费的项目有很多。

城市不同，具体费用情况也不同。要了解定居加拿大需要多高费用的一些实例，请登录 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/01](http://www.settlement.org/FD/01)，阅读《三口之家定居加拿大需要多高的费用？》一文。

在那里您应能够查明在您希望定居的城市生活需要多高的费用。请尽量多带些资金，以便您在初到的几个月里生活轻松些。

# 到达安大略省

当您通过海关和移民处(Immigration)时, 请向加拿大移民处(Canadian Immigration)的官员查询您可能存有的任何有关移民或签证身份的问题。如果您等待随后查询, 获得所需的答复可能会更困难些。

如果您在到达前阅读本指南, 那么请阅读《**作为新移民登陆加拿大需要携带哪些证件?**》一文, 了解有关情况。[www.settlement.org/FD/02](http://www.settlement.org/FD/02)

如果您从多伦多皮尔森国际机场(Lester B. Pearson International Airport)登陆, 那么移民接待与信息服务有限公司(Immigrant Reception and Information Services, IRIS)亭可向您提供一套有用的信息册, 以向您提供帮助。这一套信息册将告知您到达安大略省后, 您首先需要做什么以及从哪里可以找到新移民帮助机构。

机场的工作人员可告知您到达您的预定住处的最佳路线。机场通常设有将您送往您需要去的地方的公共汽车、出租车和其他交通方式。取决于您要去的不同地方, 某些交通方式的费用与其他交通方式相比要高出许多, 因此, 在作出选择之前, 请向机场工作人员或交通服务部门查询。

## 逐步了解您的新城市

初来乍到, 您需要做的事情有很多。您需要拿出一部分时间了解您的新城市。做这件事情的最好办法是像游客那样去做。

到达之前, 请索取有关您计划定居的城市的旅行信息。到达后, 请拿出几天时间, 驾车或乘坐公共汽车到处走走。这对您来说有多个方面的好处。对您的新家及周围情况进行实地考察可帮助您:

- 了解不同商店的位置
- 找出前往各类场所的最佳路线
- 了解可供您使用的各类活动及场所

在您开始办理在新家定居的各类事项之前, 首先放松一下, 以消除旅途的疲劳是一个不错的做法。

## 有关安大略省

### 天气

安大略是一个大省, 因此不同的地区温度各不相同。即使在同一个地区, 温度甚至也有所差异。一般来说, 一月份是一年中最寒冷的月份, 七月份最热。广播和电视预报员以摄氏(Celsius)度预报温度(C), 但也经常附报华氏(Fahrenheit)度(F)温度值。

一年有四个季度组成:

### 冬季 - 12月21日至3月19日

冬季气候寒冷。经常下雪。在冬季的各个月份(十二月、一月和二月)里, 本国大多数地区白天和夜间的温度通常都在 0°C 以下。该省某些地区的温度可降至-25°C 以下。在安大略省的大多数地区, 地面自十二月中旬至三月中旬会有积雪。越靠近北方, 冬季越长, 并且越寒冷。

## 春季 - 3月20日至6月20日

春季在安大略省的大多数地区是雨季。在整个季节里，白天温度上升，而夜晚仍然保持凉爽。三月、四月和五月初，白天的平均温度约为 12°C 左右。

## 夏季 - 6月21日至9月21日

夏季从 6 月 21 日开始，但对于大多数安大略省的人来说，七月份和八月份才是夏季主要的月份。在本国的大多数地区，夏季天气炎热。在安大略省的南部，白天温度通常高达 20°C 以上，甚至时常升至 30°C 以上。因此，夏季酷热且湿度很高。您可从电视和广播中收听到有关因酷热、阳光和烟雾而导致的健康问题的警报。

## 秋季（又称秋天）- 9月22日至12月20日

秋季或习惯上所称的秋天从九月份开始。天气转冷，许多树木的叶子变色，洒落到地面上。另外，在一年中的这个季节里，甚至还会阴雨绵绵。在安大略省南部的某些地区，十月下旬可能开始下雪。在本省的大多数地区，白天的平均温度约为 10°C 到 12°C，且随着冬季的临近会逐渐变低。秋季月份包括九月、十月和十一月三个月。

安大略省的冬季很冷且多雪。如果您来自某个温暖的 国家，那么您会发现冬季寒冷难熬。冬季是玩雪的季节，但了解其潜在的危险和如何保暖很重要。这里列出了您需要的冬季服装：

- 保暖的靴子
- 防风厚外套
- 围巾和 / 或面巾
- 带衬里的手套
- 保暖内衣
- 遮耳帽子。此为冬季重要的着装方式，因为人的大部分体温是从头部流失的。

通过听广播，看电视或读日报，您可了解您所在地区的温度情况。

## 寻求帮助

### 定居安置机构

很多机构可帮助您在安大略省开始您的生活。这些机构称为定居安置机构(Settlement Agencies)或移民服务机构(Immigrant Service Agencies)。他们为来安大略省的新移民提供帮助。

一旦到达安大略省，请立即寻找靠近您的定居安置机构。他们将帮助您在您的新城市安家落户。在您初到这里的日子里，您可能暂住在酒店。定居安置机构可帮助您寻找您最初的住所。另外，他们还可帮助您了解您的新社区。

您可能会听到人们把这些中心称为 ISAP 机构、多文化中心或移民服务中心等。在您的出发国，可能有，也可能没有此类服务。在加拿大，定居安置服务是免费的，而且通常也是保密的。这里列出了某些这样的服务：

- 口译和文件翻译
- 帮助寻找住所、英语班级、工作、培训计划或低价购买食品、衣服或家具的场所等
- 协助填写各类表格和文书
- 提供有关社区内其他有帮助的资源的信息

到达您的新城市后，您可查找定居安置机构或服务，另外您也可访问 Settlement.Org 网站上的“在家庭附近寻找帮助”(Find Help Close to Home)部分进行查找。[www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04)

## 新移民信息中心(Newcomer Information Centres, NIC)

如果您位于多伦多或皮尔区(Peel Region)，您可首先与新移民信息中心(Newcomer Information Centre, NIC)联系。新移民信息中心(NIC)将把您推荐到可帮助您在大多伦多地区(Greater Toronto Area)定居的社区机构。请查阅电话号码簿，查找离您最近的新移民信息中心(NIC)。

## 社区信息中心(Community Information Centres)

如果您要了解有关社区、社会、健康或政府服务的信息，请给您当地的社区信息中心(Community Information Centre)打电话查询。他们能够帮助您寻找靠近您的住所的免费服务。他们的服务是免费的且保密。您没有必要向他们提供有关您自己的任何个人信息。

要寻找最近的社区信息中心(Community Information Centre)，请查阅电话号码簿的蓝页。请查找标题为“社区信息”(Community Information)的部分。电话号码簿将显示此类中心的电话号码和街道地址。如果您对使用电话号码簿没有把握，那么请使用本指南“消费者信息”(Consumer Information)部分的“电话号码簿”(Telephone Book)部分查询。

在许多地区，您可使用您的电话拨打 211 而获取社区信息。

## 加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)

到达加拿大后，如果您对您的移民身份存有任何疑问，请给加拿大公民及移民部客户服务中心(Citizenship and Immigration Canada (CIC) Call Centre)打电话查询。

您可从一则一周 7 天、一天 24 小时的录音留言中收听有关信息。

如果您希望与服务人员通话，请在周一到周五的上午 8:00 至下午 4:00 之间打电话。该客户服务中心(Call Centre)的电话号码为 **1-888-242-2100**，它只用英语和法语提供相关服务。

# 住房

## 寻找住所

如有可能，请在到达之前尽量事先安排好您在您初到的几天里要居住的地方。您可与您本国的旅行社联系，让他们为您寻找和预订在多伦多或安大略省其他城市的住处。

如果您是在北美，您可拨打 1-800-ONTARIO (1-800-668-2746)与安大略省旅游局(Tourism Ontario)联系。安大略省旅游局(Tourism Ontario)可帮助您寻找并预订房间。此项服务是免费的。

在寻找住所期间，您需要有临时住处。您可找一家酒店、家庭旅店、公寓式酒店、旅行客栈或大学和学院内的学生公寓暂住。您可在旅行客栈或学生公寓住几天、几周，甚至几个月，费用会比酒店便宜。家庭旅店是一栋房子内的一个房间，房东每天向您提供早餐。

如果您到达的机场是多伦多皮尔森国际机场(Lester B. Pearson International Airport)而且您没有住处，请寻找移民接待与信息服务(Immigrant Reception and Information Services, IRIS)标志或拨打 905-672-3660 联系、查询。他们也可提供有关机场附近酒店和住处的信息。机场附近的酒店比较昂贵，因此请从城市近郊寻找酒店。

安大略省的许多住房比较昂贵。您最初的住房不一定是您所期望的。您需要一定的时间了解租房市场和希望入住哪个社区。请尽可能不要在住房上花费过多的资金。大多数新移民来后几个月找不到工作。

大多数专家建议，在住房上不要花掉您税后总收入的三分之一(33.3%)以上。

## 住房选择方案

与他人同住一所公寓或住房可省钱。学生和年轻人通常这样做，因此成年人也可通过这样的方式省钱。

城市内各个地区的租金各不相同。一般说来，大城市市中心附近的租金较高。请在您到达之前尽可能多地了解租房市场的情况。

租房前要问的问题：

- 公寓靠近公共汽车或地铁站吗？
- 附近都有哪些其他服务？（学校、商店、自助洗衣店、公园、运动场、社区中心、诊所、教堂等）
- 公寓安静吗？
- 其他租户的情况如何？
- 如果您有车，那么有停车场吗？
- 社区安全吗？
- 如果您有孩子，那么学校离得近吗？
- 您需要支付取暖和用电附加费吗？

## 资源

这里是一些在您来安大略省之前可以查询有关住房的更详尽信息的资源。

**房地产租赁服务(Real Estate Rental Services):** 此类服务又称为物业租赁管理(Property Rental Management)或租房中介(Rental Locators)。他们是帮助房东寻找新租户的公司。您可与他们联系,让他们帮助您寻找住所 – 但需付一定的费用。

请向他们查询他们所提供的服务项目。如果您对他们的服务不满意,他们会退还您的费用吗?如果他们不退还, **请不要**向他们支付任何费用,并且也不要使用这些服务。

**加拿大再定居机构(Relocate Canada):** 此为面向加拿大居民再定居和到加拿大定居的人士提供的在线指南。您可寻找您期望居住的城市并查阅有关住房、儿童照护、天气、各类费用和许多其他事项的信息。另外,您还可下载您希望居住城市的电话号码簿。

[www.settlement.org/FD/03](http://www.settlement.org/FD/03)

**黄页(Yellow Pages):** “黄页”(Yellow Pages)是电话号码簿中的一部分,其中列出了各个企业和专业化公司的电话号码,按字母顺序排列。企业按类别组织和排列。您可通过互联网站点 [www.settlement.org/FD/18](http://www.settlement.org/FD/18) 上的黄页(Yellow Pages)搜索房地产租赁服务机构(Real Estate Services)。

**分类广告:** 安大略省的大多数报纸设有分类广告(Classifieds)版面,其中许多房东在此登载他们的招租信息或租赁条件。房东通常在希望租户入住的前一个月登出其招租的公寓。

阅读这些广告有助于您了解您期望的各类住房的成本和供应状况。您可在安大略省的许多报纸网站上找到这类的住房分类广告。

如果您亲自与房东联系,那么您通常不得不等待到达这里后,方可寻找住房。您可在您到达安大略省之前给房东打电话,但不要奢望公寓会给您留着。大多数房东希望在将公寓或住房租给您之前亲自与您碰面。

## 定居安置机构

到达安大略省后,您可与您的新社区中的定居安置机构取得联系。他们向新移民提供多项服务。他们可帮助您寻找住房、就业机会以及您所需的任何其他服务或信息,以帮助您在新的社区定居。

有些人把这些中心称为 ISAP 机构、多文化中心或移民服务中心等。所有这些名称的含义都是一样的。他们为安大略省的新移民提供帮助。

当您到达新社区时,您可拜访定居安置机构。

您可从 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 上的“在家庭附近寻找帮助”(Find Help Close to Home)部分查阅此类代理的一览表。

## 住房帮助中心

许多社区设有住房帮助中心(Housing Help Centre),以向寻找低成本住房的人士提供帮助。只当您到达安大略省之后方可使用此项服务。手中没有太多资金的人士使用此项服务。定居安置机构可帮助您寻找位于您的城市的住房帮助中心(Housing Help Centre)。

## 他们的服务包括:

- 帮助您寻找住房
- 提供有关法律服务和《住房租赁法》(Residential Tenancies Act) – 一部保护租户的法律 – 的信息
- 提供有关资金预算的信息
- 协助租户与社会工作者、法律援助提供者、社会住房提供者和物业管理经理人进行商谈
- 提供私有住房房东名单
- 提供房东信息和教育
- 帮助您申请社会住房
- 提供酒店 / 住所信息
- 帮助您寻找满足其他需要的计划, 如饮食、衣服或健康

## 公告牌

您可在社区中心、自助洗衣店、杂货店及当地的其他商业店铺发现一些公告牌。这些公告牌通常张贴招租信息。

大多数大学和学院设有住房公告牌、网站和住房办公室, 以帮助其学生寻找住所。如果您是学生, 请查看学院和大学住房办公室的公告牌。这些都是非常好的资源。

有时, 您会在有房间或公寓招租的公寓大楼前面或住房的窗户上看到挂有“招租”或“空房”字样。另外, 您也可向公寓大楼的管理主管询问是否有很快空出的公寓。请他们把您的姓名写在等房人名单中。

家人和朋友通常了解一些住房招租信息。请告知他们您正在找房。

首先从较小的大楼找起, 或者寻找在其家中有招租公寓或房间的房东联系。某些大型租赁公司希望您向他们提供在本市的认识您的人的姓名。或者, 他们可能在将房子租给您之前要求您支付一大笔押金。

下文提供了更详尽的信息。我如何能够找到招租的住房或公寓? [www.settlement.org/FD/05](http://www.settlement.org/FD/05)

## 文件与申请

提出租房申请时, 您可能需要提供下列各类文件:

- 由雇主出具的证明您的收入的证明信
- 证明您有充足资金的银行结算单
- 信用历史记录
- 担保人或共同签字人 (如果您无力支付租金, 承诺为您支付租金的人), 如果您的收入较低或无收入
- 证明人, 如以前的房东、朋友、定居安置工作者或语言教师等

某些新移民或难民几乎没有钱, 也没有工作, 并且他们在安大略省认识的人也很少。他们无法提供此类全部文件。

## 押金

在您入住之前，您通常必须支付押金，作为最后一个月的租金。您可以现金、支票、保付支票或汇票等形式支付。请始终要索取收据。

如果诸如自来水和供电等的公共事业费用不包括在租金中，您则必须与公共事业公司联系，以开立帐户和启用其服务。

押金的支付额切勿超过第一月和最后一个月的租金。请一定要索取书面收据。您的房东每年必须向您支付押金的利息。当您搬走时，您的房东将向您退还押金并支付任何未付的利息。这是法律所允许的唯一形式的押金。

房东要求租户支付“保证金”以赔偿可能对房屋及设施造成的损坏或高于更换钥匙成本的“钥匙押金”是合法的。

## 租约

当房东认可您的申请后，便同意将他的公寓租给您。接下来，您需要签署一份租房协议或租约。此为一份您（租户）与租房给您的人或公司（房东）之间的法定协议。有时，房东不要求您签署租约。这称为“按月结算租金租房”。

您可在签署租约或按月结算租金租房两种方式之间作出选择。但不论是哪种情况，您和您的房东均必须遵守《住房租赁法》(Residential Tenancies Act)的相关规定。

请仔细阅读您的租约。签署租约之前，您必须同意其中的所有内容。

### 租约的内容包括：

- 协议的期限（通常为 12 个月）
- 租金金额
- 提高租金的日期
- 所租房屋包括哪些项目（如停车场或公共事业项目等）
- 有关公寓的其他信息和约定

租约到期时，您可以续约或改为按月结算租金租房方式。您不必签署新的租约。如果您希望搬走，您则必须在搬离之前提前 60 天写信告知房东您将何时搬离。

### 租户必须：

- 按时支付租金。租金的到期日通常是每一个月的第一天，但您的租约会对此作出规定。
- 保持公寓清洁，按规定倒放垃圾。
- 不要让多余的人住在公寓里。（客人可与您同住几日，但不能长期这样。）
- 不要打扰其他租户。

### 租户有权享有：

- 干净、维护良好的家园，配备电、自来水、状况良好的各类器具（冰箱和炉具等）和采暖。

- 隐私。除非发生紧急情况（如火灾），否则房东必须在进入您的公寓之前提前 24 小时写信告知您。
- 按租约或法律所准许的期限终止租赁关系。

在您搬入您的家后，请制定一旦发生火灾将采取什么措施的计划。然后与您的家人一起进行实地演练。检查您的烟雾报警器工作是否正常。除非更换，否则绝不可将电池拆掉。

为您的家庭办理租户保险通常是一个不错的想法。

您可在 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/06](http://www.settlement.org/FD/06) 上的“住房” (Housing)部分查阅有关在安大略省寻找住房的更详尽信息。

# 健康医疗

到达之前事先了解安大略省的健康医疗体系很重要。加拿大政府(Government of Canada)及其各个省政府通过征税的方式支付医疗服务和健康保险的费用。安大略省健康保险计划(Ontario Health Insurance Plan, OHIP)免费向安大略省的居民提供最基本的和紧急健康医疗服务。

## 申请安大略省健康保险计划(OHIP)



您的健康卡(Health Card)

OHIP 是安大略省健康保险计划(Ontario Health Insurance Plan)。它提供多种不同的健康医疗服务。它可用来支付最基本的和紧急健康医疗服务的费用。

但安大略省健康保险计划(OHIP)不承担药物和牙医服务的费用。健康医疗服务提供者，如医生、医院和便民诊所，在您每次就诊时会检查您的健康卡(OHIP 卡)。因此，始终随身携带您的健康卡很重要，这样您在需要看急诊时可随时接受医疗援助。

大多数新移民在安大略省的居住时间满三(3)个月之前无法取得 OHIP 卡。安大略省健康保险计划(OHIP)将在您提出申请后三个月之内将卡邮寄给您。一到达安大略省就立即申请健康卡(Health Card)非常重要，这样您可尽早地享受保险的利益。

申请时，您必须前往安大略省健康保险计划(OHIP)的某个办公室办理。请给安大略省卫生及长期护理部(Ontario Ministry of Health and Long-Term Care)打电话，查询离您最近的办公室地址。他们的电话号码为 **1-800-268-1153**，这是一部在安大略省的任何地区拨大都免费的电话，如果您是在多伦多，则请拨打 **416-327-4327**。

当您去安大略省健康保险计划(OHIP)的办公室时，您需要填写一份申请表。另外，您还必须提供证明您的移民身份和您在安大略省居住的文件原件。如果您有 15 周岁半和更大的孩子，他们则必须与您一起前往该办公室。安大略省健康保险计划(OHIP)办公室的工作人员将为他们拍摄办卡用的照片。

安大略省健康保险计划(OHIP)接受您的申请后，他们将把您的健康卡(Health Card)邮寄给您。

立即从一家私立公司办理健康保险是一个不错的想法，这样您可在 3 个月的等待时间里享受健康医疗服务。有关保险公司的信息，请拨打 **1-800-268-8099** 与加拿大人寿与健康保险协会(Canadian Life and Health Insurance OmbudService, CLHIO)联系、查询，这是一部从安大略省的任何地区拨大都免费的电话。

## 私立健康保险公司

Settlement.Org 上载有提供个人健康保险计划的私立保险公司一览表。但它可能没有把提供此类保险计划的全部公司都列出。我们不对任何个别的公司提供支持。因此，您最好与多家公司联系，以为自己寻找最佳的保险计划。

您通常希望投保的险种会是“临时医疗保险”(Visitors to Canada)。请向保险公司查询他们是否提供加拿大新移民险种。您必须在到达安大略省后的 5 天之内购买此项保险，否则保险公司有可能不向您提供这一险种。下文提供了更详尽的信息：“新移民个人健康保险。” [www.settlement.org/FD/07](http://www.settlement.org/FD/07)

了解以下内容很重要：

保险公司按每人每天收取保险费。取决于您的年龄和您购买的保险计划，保险费可为每天 2.00 加元至 8.00 加元以上不等。

大多数私营保险公司不承担您在购买保险之前已患疾病的治疗费用，即使您事先对此并不知情。

提出索赔到受理通常需要等待一小段时间。

大多数保险的险种包括医疗急诊、必要的治疗费、医疗试验和医生所开处方中药品的费用。

大多数针对新移民的临时私营健康保险计划不承担“常规”查体和向家庭医生的就医费用。

当您需要健康医疗服务时，请首先给保险公司打电话，询问他们是否承担所及服务的费用。

## 寻找医生或牙医

### 医生

家庭医生(family doctor)又称家庭医师(Family Physician)、全科医师(General Practitioner)或 G.P.。您的家庭医生通常是当您感到不舒服或生病时您首先要见的医生。您需要找一名接受新病人的医生。

当您有家庭医生时，一旦生病您便找这名医生看病，但需要看急诊和不得不去医院治疗的情形除外。您的医生为您的病症和治疗情况进行记录，逐步了解您和您的家庭的病史。

### 如何寻找家庭医生

**寻医服务(Find a Doctor service):** 请使用安大略省内外科医学会(College of Physicians and Surgeons of Ontario)的寻医服务(Find a Doctor service)在您当地寻找医生。您可从安大略省的任何地区拨打 **1-800-268-7096 转 626 (416-967-2626 Toronto)** 联系。

**黄页(Yellow Pages):** 寻找医生的另一条途径是查阅您当地电话号码簿的黄页(Yellow Pages)。请查阅其中的家庭医疗内外科医生(Physicians & Surgeons for Family Medicine)、家庭全科医疗(Family Practice)或家庭医师(Family Physician)部分。

另外，您还可询问您的朋友或亲戚他们的医生是否接受新病人。切勿等到生病时再寻找家庭医生。

您有可能在您的当地无法找到接受新病人的医生。在此情况下，您需要到便民诊所看病。此类诊所配备医生、护士和其他健康医疗职工。许多医院设有医治非急诊健康问题的便民诊所。某些诊所延长工作时间，因此您可在晚上和周末到此看病。

使用便民诊所不如有家庭医生好，但您仍能获得医生的医疗护理。到大多数便民诊所看病不需要预约，但看病时您有可能需要等候一小时的时间。要寻找一家离您较近的便民诊所，请查阅您当地电话号码簿黄页(Yellow Pages)中的“诊所—医疗”(Clinics-medical)部分。

## 牙医

**寻找牙医服务(Find a Dentist service):** 请使用安大略省牙医协会(Ontario Dental Association)的寻找牙医服务(Find a Dentist service)在您当地寻找牙医。要在安大略省除多伦多以外的任何地区寻找牙医, 请拨 **416-922-3900** 联系。拨打这一长途电话需要付费。

要在多伦多寻找牙医, 请拨打 **416-967-5649** 与多伦多牙医学会(Toronto Academy of Dentistry)联系。

**黄页(Yellow Pages):** 另外, 您也可查阅您当地电话号码簿黄页(Yellow Pages)中的“牙医”(Dentists)部分。

## 牙医临床计划

如果在您的城市有大学或学院, 他们也许制定并实施牙医临床计划。牙科学生在训练有素的牙医的监督下提供此项服务。此项服务不是免费的, 但费用要比到牙医那里治疗便宜。

安大略省健康保险计划(Ontario Health Insurance Plan, OHIP)不承担大多数牙医服务的费用。安大略省健康保险计划(OHIP)只在病人生命垂危和需要到医院治疗的情况下承担此类费用。

在安大略省的大多数城市里, 当地社区和公共卫生处(Public Health Department)提供某些免费牙医服务项目。然而, 这些服务只向非常特殊的人群提供(如有资格的老年人和儿童)。请与您的当地社区或公共卫生处(Public Health Department)联系, 以了解在您的社区所提供的服务项目。

有关详情, 请查阅站点 [www.settlement.org/FD/08](http://www.settlement.org/FD/08) 上的“我如何寻找牙医?”部分。

## 社区健康医疗中心

如果您需要健康医疗但没有 OHIP 卡, 您也许可以在社区健康医疗中心(Community Health Centre, CHC)得到帮助。社区健康医疗中心(Community Health Centre)的服务是免费的或低费的。所有服务均是保密的。

## 急诊和医院

您只是在需要看急诊、外科、生育或进行特殊试验或医治时方到医院进行。去医院时, 您需要随身携带您的 OHIP 卡(健康卡)。

## 医疗急诊

一旦发生严重医疗急症, 请用您的电话拨打 911 报诊。如果您或您家中的某人突然感到得了严重的疾病(剧烈疼痛、失去知觉、无法呼吸、大出血、窒息或发生严重事故等), 您必须拨打 911 报诊。

如果您不会讲英语, 只需喊“救命!”即可, 并告知接线员您会说哪种语言。他们会为您安排一名说您的语言的口译员。救护车、警察和消防部门会同时赶到现场。

打电话时，请做好提供以下各项信息的准备：

- 简述所发生的情况
- 您所在的位置
- 您的姓名、地址和电话号码

接听人员告知您挂断电话前不要放下电话。

如果您到最近的医院看急诊，请到医院急诊部(Emergency Department)或急诊室(Emergency Room, ER)。急诊室(ER)通常十分忙碌。除非您的生命危在旦夕，否则您在医生给您医治之前需要等待几个小时。

如果您没有办理 OHIP 卡并且也没有购买个人健康保险，医院将向您寄去救护车运送及您已接受的其他医疗服务的帐单。

## 险情急救

险情或危难急救中心提供一周 7 天、一天 24 小时免费且保密的电话咨询服务。一旦发生下列情况，请给险情急救中心打电话

- 您正在考虑自杀
- 您认为某人可能会考虑自杀
- 您需要咨询

登录站点 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 可查阅险情 / 危难(Crisis/Distress)急救的电话号码。

## 安大略省健康热线

如果您生了病，但不知道是否需要到您当地医院的急诊部看病，请拨打安大略省健康热线(Telehealth Ontario)查询。

安大略省健康热线(Telehealth Ontario)是一项免费且保密的电话咨询服务，拨打这一热线您获取注册护士的健康建议。其开放时间为一周 7 天、一天 24 小时。此项服务以英语和法语提供，且配有某些其他语言的口译员。

### 从安大略省的任何地区拨打 1-866-797-0000

当拨打安大略省健康热线(Telehealth Ontario)时，您可向注册护士咨询。护士会要求您描述您的病情并回答有关您的病情严重情况的问题。然后，护士会告诉您如何照顾您自己，或者告诉您是否需要找医生看病或向您提供与您邻近的社区资源的电话号码。

如果您知道需要看急诊，请不要给健康热线打电话 - 911 才是在需要看急诊情况下您应首先拨打的号码。

## 社区或公共卫生处(PUBLIC HEALTH DEPARTMENTS)

公共卫生处(Public Health Department)致力于大众和整个社区的健康问题。公共卫生专业人士包括医生、牙医、护士、营养师和许多其他健康医疗的从业人员。公共卫生处(Public Health Department)提供的服务包括三个方面：保健（预防疾病）、健康问题的早期检测和促进健康（向大众提供健康生活教育）。

公共卫生专业人士向学校和工作场所提供信息和建议。例如，公共卫生的护士可能会到学校对您的孩子进行各类疾病的疫苗接种工作或检查所有的孩子是否生有头蚤。

如果加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)向您提供了医疗监察执行(Medical Surveillance Undertaking)表，您则需要在进入加拿大之后的 30 天以内访问您当地的公共卫生部门。

## 药物 / 处方

安大略省健康保险计划(Ontario Health Insurance Plan, OHIP)不承担处方药物的费用。

如果您的医生向您提供了药物处方，您必须到药剂师那里抓药。药剂师是健康医疗专业人士，可向您提供您的医生在处方中所开的各类药物。他们的工作场所是药店或大型商店、医院和社区健康医疗中心的药房。

药剂师的工作是：

- 检查并确保您的处方中的剂量，即药物量正确无误
- 告知您可能存在的副作用
- 检查与您正在服用的其他药物一起服用的反应
- 说明如何服用药物
- 回答您对药物可能存有的任何疑虑

某些药物处方可能非常昂贵。

药房通常向您收取药物配制费。药物配制费是药房收取的配制药剂所需的费用。安大略省的药房收取的药物配制费金额为 1.99 至 16.95 加元不等。药剂师将此项费用加到您的药费中。

请访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/09](http://www.settlement.org/FD/09)，了解有关安大略省健康医疗的更详尽信息。

# 就业

## 社会保险号码(SIN)

要在加拿大工作，您必须拥有社会保险号码(Social Insurance Number, SIN)。

没有这一号码，雇主雇佣您是非法的。另外，您申请政府服务或纳税时也需要这一号码。

## 申请社会保险号码(SIN)

要申请社会保险号码(SIN)，您需要到加拿大服务中心(Service Canada Centre) 办理。请拨打 **1-800-206-7218** 或访问 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 查询离您最近的中心地址。

在加拿大服务中心(Service Canada Centre)，您需要填写一份申请表。另外，您还必须向他们出示证明您的个人身份和确认您的移民身份的证件。要了解他们接受哪类证件，请访问加拿大服务中心(Service Canada)的网站 [www.settlement.org/FD/21](http://www.settlement.org/FD/21) 或拨打上述电话号码查询。当他们接受了您的申请，他们将向您寄去一张卡，其上标有您的社会保险号码(SIN)。

## 向您的雇主出示您的社会保险号码(SIN)

一旦新雇员被雇佣，雇主必须立即查看他们的社会保险号码(SIN)。您必须在上班后的三(3)天之内向您的雇主出示您的社会保险号码(SIN)卡。

如果您的社会保险号码(SIN)以数字 9 开头，那么它是一个临时社会保险号码(SIN)。另外，在雇主能够雇佣您之前，他还必须查验您的由加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)签发的就业授权书（工作许可证）。

## 您不必总是出示您的社会保险号码(SIN)卡

许多企业要求查看您的作为身份证件的社会保险号码(SIN)卡或检查您的信用等级。

但您的社会保险号码(SIN)卡不是身份证。因此不要向不需要它的人出示您的社会保险号码(SIN)卡或提供您的卡号。尽管没有任何一项法律禁止企业要求您出示您的社会保险号码(SIN)，但您没有必要一定向他们出示。

有些人使用盗用的或遗失的社会保险号码(SIN)卡获取重要的个人信息或向个人、政府和企业行窃。

如果有人使用您的社会保险号码(SIN)找到了一份工作，那么您则必须为他的收入纳税。

根据法律规定，您有义务向各级政府部门和从其赚取收入或利息（银行、信用社等）的所有机构出示您的社会保险号码(SIN)。

## 求职

“在安大略省找工作容易吗？”是一个许多新移民在 Settlement.Org 的论坛上提问的问题。在安大略省找一份与您的技能和经验相适应的工作不太容易，除这样回答外，没有比此更简单的答案。

您会经常听到雇主希望应聘者具有“加拿大工作经验”。那么，他们为什么希望具备加拿大工作经验呢？雇主认为这可以证明您具备良好的语言和交流能力并了解加拿大企业文化发挥作用的方式。

您需要学会如何展现您所受国外教育和拥有的工作经验的价值。许多雇主不知道如何评价您的经验，因此您需要向他们展示您的经验对他们宝贵的一面。

## 语言技能

如果本指南的英文版您读起来有难度，那么您也许不适合在安大略省使用英语的技术性 workplaces 工作。当您迁入安大略省时，具备良好的英语技能很重要。

英语是该省的主要语言。流利的英语有助于您的工作，并且也会使您更容易地在您的新社区安家。许多社区使用多种语言，并且您可以找到使用您的语言的人。但是，如果您的目的是成为安大略省的永久移民，那么您则必须熟练掌握英语的听、说、读、写能力。

## 企业文化

或许您会看到人们在加拿大工作和经营的方式与您的祖国的情况有所不同。国家不同，人们的经营方式也不同。但是，没有人能说出这到底不同在哪里。因此，您需要在安大略省的工作过程中慢慢地体会。届时，您会明白如何说服雇主，使他认可您是他公司所需的那类雇员以及您会让他的公司受益匪浅。

尽管难于接受，但您不会立即找到一份理想的工作。在您到达这里最初的日子里时，您也许不得不找一份“养家糊口的工作”。如果您运气好，这份工作或许就是一份与您的专业对口的工作，但层次会低于您来此之前的工作。

## 工作搜寻

新移民在搜寻工作方面感受颇多。有些人在几个月的时间里找到了与他们以前做过的相同的工作。而有些人却需要花几年的时间。来此之前，请拿出时间事先对加拿大的人才市场做些调查。了解一下您可获得哪些支持以及如何更轻松地在安大略省找工作。

在安大略省寻找工作可能与您的经验大相径庭。对您来说，找工作可能需要付出艰苦的努力，这会让您感到吃惊。您也许不得不学习如何写个人简历或为您的工作编制应聘组合方案。您了解在您所从事的行业中雇主希望您提供的个人简历的类型吗？在安大略省找工作，您也许需要寻求一定的帮助。

## 获取帮助

政府不给人们安排工作。但他们制定有计划，可帮助您寻找工作，不过这些计划本身并不是工作本身。如果有人说他可以担保您找到工作，那么他们可能想向您推销什么。在向他们付钱时应格外谨慎。

许多社区机构提供就业服务，以帮助新移民寻找工作。这些服务在您的社区是免费提供的。

新移民在安大略省找工作不容易。

为什么？这里列出了一些您也许需要了解或考虑的事项：

- 如何寻找未做广告的工作。
- 确保您的语言技能足以满足您希望获得的工作的要求。
- 对于您的第一份工作，您愿意从初级或从小型和中型公司做起吗？
- 您了解加拿大的企业文化以及交流与沟通、团队精神和组织技巧的重要性吗？

您在安大略省初来乍到，不要寄希望于一下子了解加拿大企业文化的方方面面。需要了解的东西有很多，但可以向您提供帮助的人也很多。

您可一试的最好办法是寻求帮助。定居安置机构可帮助您寻找工作和您在您的社区中的安家。

某些社区服务可以一对一咨询的方式向您提供帮助。工作人员会帮助您编制个人简历和求职信并与当地的各家公司联系。而其他社区服务则制定有培训计划，借此您可在课堂上学习如何在加拿大求职。

没有这样的计划的帮助，您可能会发出 200 份个人简历而得不到任何答复。有了这样的帮助，您则有可能找到您的确希望的工作。

安大略省的每一个移民服务机构都可向您提供一定的帮助，从而使您在您的求职道路上迈出第一步。请查阅我们的站点 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 上的“在家庭附近寻找帮助”部分，查找离您近的组织地址。

他们还能够向您介绍有关特定群体的就业服务，比如：

- 留学专业人士和商人
- 妇女
- 青年人
- 老年职工

安大略省的许多定居安置机构都提供免费的求职实习基地(Job Search Workshops)，以帮助新移民学习如何在加拿大找工作。此类实习项目持续 3 到 4 天。要参加，您必须是一名有在加拿大工作资格的永久居民。

您的求职经历有可能使您变得烦躁，因为您不明白为什么企业不希望雇佣具备像您一样的技能的人。您必须了解雇主的期望，这要比工作本身所需的技能多得多。

您也许有必要或希望学习新的技能或让您的技能得到深造。在这一方面，可以帮助您和对您进行培训的方法有很多。有些培训需要付费。而有些对于特定的群体则是免费的。定居安置组织可帮助您了解有关您可从事哪些培训的更详尽信息。

## 雇佣标准

联邦和省级劳动法保护职工的权利。《安大略省雇佣标准法》(Ontario Employment Standards Act) 对工作于安大略省的大多数职工提供保护。

人人都不得因您的年龄、性别、信仰、种族或性趋向而歧视您。任何雇主以此为由而对您进行歧视均是违法的。

当然，职工也承担相应的法律责任。您必须了解法律所给予您的针对工作场所安全和健康的各种保护。如果您希望他人在工作中公正地对待您，您则有必要了解法律的有关规定。

有关您在工作中的权利和责任的更详尽信息，请访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/10](http://www.settlement.org/FD/10) 上的“雇佣标准”部分查询。

## 教育水平和工作技能评价

如果您申请了一份工作或教育计划，雇主或学校可能要求您提供您的受教育或培训水平的证明。另外，雇主或学校还希望了解您接受过的培训与加拿大所签发的文凭或证书相比有何不同。

### 您也许有必要取得并向他们出示国际资历认证。

国际资历认证是指对您的学历进行国际鉴定，以确定它相当于加拿大哪一个层次的学历。当您的学历证书得到评价后，您将取得相应的书面报告或信件，其中对您的每一种证书、文凭或学位进行了说明。此函应告知您的成绩和证书相当于加拿大的哪种成绩和证书。

如果您希望从事某个专业化职业或贸易并继续保留您的职称（如工程师或理发师等），那么您则必须提供相应的执照或证书。要获取执照，您需要到调控您的职业的协会进行注册。就像某些学校那样，这些团体拥有他们自己的评价程序。

办理国际资历认证需要付费。在您付费办理认证之前，请向您的雇主、学校或您的职业的调控协会查询他们需要的是哪类评价。

针对雇主而做的评价与针对教育计划而做的评价可能不一样。

当您来加拿大时，请向多家评价服务机构查询并了解其报告的情况，然后再作出决定。您也许需要对就业、移民、高等教育、获取执照和学徒身份培训而进行评价。请尽可能获取一份可用于多种目的的报告，而非为不同的目的而付费取得不同的报告。

有关这些方面的更详尽信息，请访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/11](http://www.settlement.org/FD/11) 上的“就业”部分查询。

# 教育

## 孩子入学

在安大略省，法律规定年龄在 6 周岁到 18 周岁的儿童必须上学。不过，大多数儿童是从 4 周岁或 5 周岁从上幼儿园开始上学的。上幼儿园一到两年后，他们开始上一年级。幼儿园至 8 年级叫小学。9 年级至 12 年级叫中学或高中。

您必须为您的孩子在当地学校或教育局进行注册。请给当地的教育局打电话，查询最近的学校地址以及如何为孩子办理注册。达到上中学年龄的儿童可能希望在选择学校之前首先了解一些学校的特殊教学计划。您可到当地学校或教育局查询这些情况。

安大略省的大多数儿童上公立学校。另外天主教学校也设有独立的公共教育体系。不同体系的学校由当地不同的教育局负责管理。教育局可告知您的孩子可以上的学校名称。

**儿童或其家长及法定监护人的移民身份不得阻止儿童上学的权利。**如果您因移民身份的原因而在为孩子办理入学的过程中遇到问题，请与您当地的社区法律服务部(Community Legal Clinic)联系，以寻求帮助。

学年的开始时间是九月份劳动节(Labour Day)之后的第一天，结束时间是六月底。至于儿童在一个学年中其他时间的入学问题，各家教育局都制定有自己各自的规定。

查阅站点 [www.settlement.org/FD/12](http://www.settlement.org/FD/12) 上的“安大略省新移民教育指南”(Newcomers' Guides to Education in Ontario)部分，可了解您所需的有关教育体系的全面信息。

## 成人教育与进修

您也许希望参加与您的职业相关的课程教育或查询某种学习计划。查阅 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/13](http://www.settlement.org/FD/13) 上的“教育”(Education)部分可了解有关所提供课程及如何参加的信息。

## 学习英语

当您到达后，您也许希望提高一下您的英语技能。作为一名新移民，能够用英语轻松地交流对您来说非常重要。这对于您找工作和更快速地在安大略省安家都有所帮助。

加拿大新移民语言中心(Language Instruction for Newcomers to Canada, LINC)是一项为来加拿大的新移民免费提供的语言教育计划。

要参加加拿大新移民语言中心(LINC)的语言教育计划，您必须：

- 是加拿大的永久居民(Permanent Resident of Canada) (落地移民(Landed Immigrant)) 或公约难民(Convention Refugee)
- 或者是允许在加拿大继续逗留的、加拿大公民及移民部(CIC)计划已向您提供永久居民身份的和不再是加拿大公民的新移民

### 并且

- 年龄已超过离校就业年龄 (18 周岁或以上的成年人)
- 您的语言技能已经某家语言评价中心(Language Assessment Centre)测试。
- 某些加拿大新移民语言中心(LINC)的班级设有儿童照护服务。

加拿大新移民语言中心(LINC)的班级分布在安大略省的各个:

- 学校
- 社区学院
- 移民定居安置机构
- 社区组织

## 办理加拿大新移民语言中心(LINC)注册

要注册参加加拿大新移民语言中心(LINC)的班级, 您必须到加拿大新移民语言中心的评价中心(LINC Assessment Centre)办理。加拿大新移民语言中心评价中心(LINC Assessment Centre)将对您的语言水平进行测试并帮助您在加拿大新移民语言中心(LINC)的某所学校注册。

该中心的工作人员将对您的听力、口语、阅读和书写能力进行测试。测试时间可能在一小时到三小时之间。您的语言水平越高, 测试时间越长。

该中心将以此而帮助您注册参加相应水平的班级。请给定居安置机构和社区信息中心(Community Information Centre)打电话, 查询最近的加拿大新移民语言中心评价中心(LINC Assessment Centre)的地址。您需要给评价中心(Assessment Centre)打电话进行预约。

访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 上的“在家庭附近寻找帮助”部分, 可查阅这些组织的联系信息。

## 高级英语培训

另外, 从以下机构您还可获得更高层次的英语培训:

- 大学
- 社区学院
- 私立语言学校
- 社区组织

请直接与这些学校和组织联系, 了解有关课程和费用的信息。有些班级是免费的, 但有些班级可能收费。

有关英语班级的更详尽信息, 请访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/14](http://www.settlement.org/FD/14) 上的“英语作为第二语言”部分查询。

# 移民与公民

## 永久居民（枫叶）卡

在您到达加拿大后，您将从邮件中收到您的永久居民卡(Permanent Resident (PR) Card)。因此当进入加拿大办理入境手续期间，您需要向他们提供邮寄地址，以便他们能够把卡寄给您。

如果您在入境时没有向加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada, CIC)提供您的邮寄地址，请尽快办理此事。请访问加拿大公民及移民部(CIC)的网站或与永久居民卡客户服务中心(PR Card Call Centre)联系，以向他们提供您的地址。

如果您在向加拿大公民及移民部(CIC)提供地址后 30 天之内没有收到您的永久居民卡(PR Card)，请给加拿大公民及移民部客户服务中心(Citizenship and Immigration Canada Call Centre)打电话查询。

如果加拿大公民及移民部(CIC)在您来加拿大日期后的 180 天之内没有收到您的地址，那么您则需要重新申请您的永久居民卡(PR Card)并交费办理。

永久居民卡(PR Card)是一种身份证件，是您的永久居民身份的证明。

有关永久居民卡(Permanent Resident Card)的任何疑问，请给永久居民卡客户服务中心(PR Card Call Centre)打电话查询。



## 居住期限要求

您到达后可以到加拿大以外的国家旅行。但是，要保留您作为永久居民的身份，您在每一个长达 5 年的期限内，在加拿大的实际居住时间必须达到 730 天（2 年）。

这意味着在长达 5 年的期限内，您在加拿大以外的国家所呆的时间加起来可以达到 3 年。不过，如果您要长时间离开本国，您则有必要向加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)提供您打算继续在加拿大居住的证明。

## 永久居民的权利与限制

### 永久居民的权利

- 在加拿大的任何地方居住和工作
- 获取法律援助（向无钱支付律师费的人们提供帮助）
- 享受省健康保险
- 教育权
- 工作权
- 职工法定保护权

- 健康与安全
  - 受雇佣标准法保护
  - 就业保险
  - 团体劳资谈判
  - 劳动报酬
  - 人权
- 社会服务福利权，如安大略省社会福利计划(Ontario Works)、低成本住房和日托服务、住房、免费食品和衣物计划、咨询服务和社区机构的其他协助等。

## 永久居民的限制

- 如果发生以下情况，加拿大公民及移民部(Citizenship and Immigration Canada)可拒绝您继续留居加拿大：
  - 当您申请永久居民身份或登陆时携带伪造证件或提供虚假信息。
  - 您不遵守您的永久居民身份的各项条件（如您曾违反过）。
  - 您被查实犯有刑事罪。
  - 权威部门认定您已从事间谍、组织犯罪活动或犯有战争罪。
- 您无权在选举中投票或作为政治职务的候选人。

## 移民问题

如果您有关于移民、您的身份或您可享受的服务等方面的任何疑问，请与定居安置机构联系、查询。当到达您的新社区时，您可找到定居安置机构查询。访问 [Settlement.Org](http://Settlement.Org) 的站点 [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) 上的“在家庭附近寻找帮助”(Find Help Close to Home)部分，可查阅这类机构的名单。

另外，您也可给加拿大公民及移民部客户服务中心(Citizenship and Immigration Canada Call Centre)打电话查询。

您可从一则一周 7 天、一天 24 小时的录音留言中收听有关信息。

如果您希望与工作人员通话，请在周一到周五的上午 8:00 至下午 4:00 之间打电话。客户服务中心(Call Centre)的服务仅以英语和法语两种语言提供。

有关移民和公民的更详尽信息，请  
给加拿大公民及移民部客户服务中心  
**(Citizenship and Immigration  
Canada Call Centre)**打电话查询  
**1-888-242-2100**

# 法律服务

## 人权

在加拿大，男女是平等的，他们享有同等的权利。这些权利在《加拿大权利与自由宪章》(Canadian Charter of Rights and Freedoms)中进行了描述。任何人以任何形式滥用这些权利 – 在身体、精神或经济上的 – 均是违法的。

许多社区机构致力于对明显少数民族、妇女、同性恋者、女性同性恋者、残疾人和老年人的权利教育。《安大略省人权法案》(Ontario Human Rights Code)保护公民免受歧视。

歧视是指基于以下各项的非公平对待：

- 年龄
- 肤色
- 能力
- 血统
- 种族
- 婚姻状况
- 家庭身份
- 原属国
- 犯罪记录（刑事犯罪记录）
- 公共援助的独立性
- 信仰
- 公民身份
- 种族本源
- 性别
- 或性趋向。

《安大略省人权法案》(Ontario Human Rights Code)规定，任何人在寻求服务、商品和设施、住房、合同、就业以及团体成员资格的过程中都享有免受歧视的权利。

## 警察

在安大略省以及在整个加拿大，警察与政府和军队是独立的。安大略省的警察分为三个等级：

- 地方（或市级）警察
- 安大略省级 警察(OPP)
- 以及国家级警察，称为加拿大皇家骑警(Royal Canadian Mounted Police, RCMP)。

大多数警察武装现均采用社区警察编队方法。社区警察编队是指警官与每个社区的居民通力合作预防犯罪和加强安全。

当警察拦住您，对您搜身，逮捕您或拘留您时，他们必须遵守非常严格的规定。警官必须

- 向您说明他们为什么拘留您，

- 告知您所拥有的各种权利,
- 并确保您理解他们

如果您被逮捕或被控告犯有某种罪行,您有权找律师为您辩护。您有权选择律师并有权以您的第一语言寻求法律建议。

## 找律师

找一名得力的律师很重要。这里列出了一些最基本的方法:

- 询问朋友、同事或家人他们是否认识可以推荐的律师
- 征求定居安置员工或社会服务机构成员的建议
- 查阅电话号码簿黄页(Yellow Pages)中的“律师”(Lawyer)部分
- 与加拿大律师协会(Law Society of Upper Canada)运作的律师转介服务处(Lawyer Referral Service)联系
- 访问网站上的律师事务所和律师名单

## 律师转介服务处(Lawyer Referral Service, LRS)

律师转介服务处(Lawyer Referral Service, LRS)可向您提供位于您所在地区且从事与您的情况相关的法律事务的律师的电话号码。另外,您还可要求律师转介服务处(LRS)所推荐的律师说您的第一语言。此项服务的收费标准是每推荐一次收取 6 加元。此费用将汇总到您的电话帐单中。

您可给律师转介服务处(LRS)的律师打电话咨询,但时间不能超过三十(30)分钟。您可以决定不聘用此人作为您的律师,但不得就同一个法律案件再要求律师转介服务处(LRS)为您推荐另一名律师。

**律师转介服务处(Lawyer Referral Service)**  
**1-900-565-4577**  
拨打这一号码按每推荐一次 **6** 加元收取费用。

## 社区法律服务部

您也可以从社区法律服务部获得法律帮助。这些服务部中配备了律师和社区法律工作者以向您提供帮助。通常情况下,您必须居住在服务部服务的社区内。另外,您还必须具备无力支付律师费这一条件。

这类服务部仅提供特定法律领域的服务。这些领域包括:

- 房东与租户间的争议
- 劳动报酬
- 就业保险
- 社会援助
- 加拿大养老金计划(Canada Pension Plan)
- 难民和移民法
- 就业法
- 和人权。

此类服务部一般不提供有关刑事和家庭案件的法律服务。要获取这类服务，您需要拥有私人律师和法律援助证书(Legal Aid certificate)。

要在社区法律服务部获取帮助，您不需要拥有法律援助证书(Legal Aid certificate)。

[www.settlement.org/FD/25](http://www.settlement.org/FD/25)

# 社区和娱乐

## 融入社区

您在找住所、学习和提高英语以及找工作方面花费很多时间。但是，如果参加娱乐和社区活动，您则可更快速地在安大略省您的新社区安居下来。另外，您还会认识新的朋友并与他们建立联系，他们可在您的求职方面向您提供帮助。

安大略省的每一座城市都设有供您使用的社区和娱乐计划及设施。而且它们通常都是免费的，或收取很低的费用。

夏天，很多家长希望为他们的孩子寻找运动或娱乐活动。这些活动称为日间夏令营、夏季夏令营和夏季活动计划。您会经常在您当地的社区中心或游泳池发现此类信息。

请了解为您及您的家庭提供的各类活动计划。有些计划适合各个年龄段的人使用，通常包括诸如健身、艺术和工艺以及社会团体性等的活动项目。季节不同，活动项目也不同。比如，冬季会安排免费的滑冰活动，而夏季则安排游泳活动。

有关此类计划的信息，请到您的社区信息中心或定居安置机构查询。另外，您也可与您当地政府的公园及康乐事务处(Parks and Recreation Department)联系、查询。

## 图书馆

图书馆是您的社区中的主要公共场所。图书馆适合各个年龄段的人使用。您需要办理一张借书卡借阅图书或在图书馆中使用计算机。要办理借书卡，您需要提供身份证件（如驾照和您的永久居民卡(Permanent Resident Card)等）和表明您的地址的信件（如电话帐单）。图书馆需要核实您的身份证件和地址。此卡对于居住在自己社区的居民是免费的。

以下列出了您可在图书馆享受到的部分计划和服务：

- 辅导孩子完成学校作业的家庭作业俱乐部
- 儿童故事会和玩具馆
- 求职和职业规划班级与资源
- 成人扫盲计划，配备文化课或帮助提高识字能力的辅导教师
- 多文化学院：以多种语言出版的图书、磁带、报纸和杂志
- 英语作为第二语言(ESL)资源
- 当地作家读物和当地艺术家作品
- 以诸如健康和理财为主题的授课或班级

计算机是图书馆运作的主要工具。许多图书馆配备了供您用来进行字处理、查阅求职广告和访问互联网的计算机和打印机。

## 娱乐

安大略省的所有社区都组织免费或低费用的各类事件、庆典、园林、艺术和文化活动。每年都举办丰富多彩的艺术和文化节日。有些活动着眼于某种艺术形式，如音乐，而有些活动则着眼于社区团体的各类

艺术，如中国-加拿大大联欢。安大略省的许多文化和艺术节日是在夏季的户外进行的，居民可免费参加。具体包括戏剧节、爵士乐节、作家节和电影节等。

大多数社区建有博物馆、艺术馆、古迹游览胜地及其他场所和活动。许多艺术馆和博物馆每周都设有免费或低费用开放日。对于儿童和 65 周岁或以上的老人通常可给予优惠。

中国的春节、庆典游行、多伦多加勒比海节(Toronto's Caribana)和渥太华滑冰节(Ottawa's Winterlude)则为安大略省特别活动和重要庆典的典型实例。许多这样的活动，包括 7 月 1 日的加拿大国庆节(Canada Day)，属于全国性庆祝节日，游行、烟花和音乐四起，欢乐气氛浓厚。

请访问 Settlement.Org 的站点 [www.settlement.org/FD/15](http://www.settlement.org/FD/15)，了解在您的社区可参加的有关娱乐和趣味性活动方式的更详尽信息。

# 消费者信息

## 兑换货币

在到达安大略省之前，准备一些加拿大货币是一个好主意。在出发国兑换，您可取得较好的汇率。

在多伦多皮尔森国际机场(Lester B. Pearson International Airport)，您可在货币兑换亭兑换货币，那里一周七天上班，每天的上班时间为早上 5:00 点至深夜 11:00 点。不过，在机场以外兑换，您有可能取得更好的汇率。

另外，您还可在银行、旅行社和大多数城市的市区找到此类货币兑换服务。酒店可兑换少量货币，但汇率可能不太好。银行通常是兑换货币的好去处。

## 使用电话

### 在家中使用电话

贝尔电话公司(Bell Telephone)为您提供家用电话服务。要订购这一服务，您需要拨打 310-BELL (310-2355)或拜访贝尔中心(Bell Centre)联系。

要启用此项电话服务，新移民可能必须交纳押金。6 个月后，您可索回此项押金。另外，对于新的家庭电话，贝尔还会收取初装费。请访问贝尔的网站 [www.settlement.org/FD/23](http://www.settlement.org/FD/23)，了解更详尽信息。

当贝尔认可向您提供服务后，他们会安排时间到您的家中装机。此时您需要呆在家中，以便电话服务技术人员设置此项服务。从家中拨打本地电话是免费的，但长途电话要收取附加费。

### 手机 / 移动电话

手机在加拿大的普及率很高，且有众多的使用计划供用户选择。到达之前，您可从互联网上发现许多有关手机使用计划的类型。这里列出的是有帮助的网站 - [www.settlement.org/FD/19](http://www.settlement.org/FD/19)。

这里的服务项目可能与您出发国的服务有所不同。在与移动服务提供商签约之前，请事先了解各种不同的费用以及他们所提供的计划和手机类型。

### 公用电话 / 付费电话

您可在机场、公共汽车和火车站、饭店、商店、步行街和一些街头巷尾找到公用电话。这些电话又称为“付费电话”。

### 拨打本地电话

从家中拨打本地电话是免费的，但使用付费电话拨打本地电话则需交纳 50 分钱。拨打长途电话的费用会更高。

要拨打本市或本城电话：

提起话筒，投入 50 分钱，然后拨号。

大多数电话接受 5 分、10 分、25 分和 1 加元的硬币。如果使用 1 加元的硬币，您可能无法取回零钱。

在某些地区，您可能需要首先拨区号。例如，在多伦多及周边地区，您需要首先拨 416、647 或 905，然后再拨电话号码的其他各位 – 本地电话号码共有 10 位数字。

## 拨打长途电话

您可为您的家庭电话定制长途电话计划，也可选择使用预付费电话卡。使用预付费长途电话卡可比在家中拨打长途电话便宜很多。这肯定要比付现金或使用信用卡通过付费电话拨打长途电话便宜。

当购买预付费电话卡时，您需确认对于要拨打的国家，是否可以取得最佳的费率。请向销售人员索取费用对比表。请就要拨打的国家比较不同电话卡的单位分钟费率。

另外，您也可拨打“对方付费电话”。对方付费电话是指您受话方支付电话费。要拨打对方付费电话，请拨 0，然后拨区号和电话号码，接下来按自动系统的提示执行。

## 免费电话号码

某些长途电话号码称为免费电话号码。拨打此类电话号码不收取任何费用。这类电话号码的开头数字为 1-800、1-866、1-877 或 1-888。政府办公室、社区机构和许多企业都设有免费电话号码。

号码 1-900 和 1-976 不是免费电话号码。拨打这些号码将按分钟收费。而且通常十分昂贵。

## 使用电话号码簿

您可在大多数公用电话点找到电话号码簿或电话目录。

白页(White Pages)电话号码簿包含四个部分：

### 急救电话号码（和客户指南）

该部分提供了身处危难时需要拨打的电话号码，如报警。另外，它还提供了有关使用电话的信息。

### 白页

该部分列出了本市的个人和企业。它包含他们的电话号码和街道地址。个人按其姓氏列出。个人和企业均按字母顺序排列。在某些较大的城市，如多伦多，白页(White Pages)分为 2 部分 – 第一部分是个人电话号码，第二部分是企业电话号码。

### 蓝页

该部分在蓝色的页面上印刷。它列出了各个政府办公室并提供与他们联系所需的电话号码。另外，它还按主题列出了各个政府服务部门。例如，要找卫生部(Ministry of Health)，则请查阅蓝页中的“健康”(Health)部分。

## 黄页(Yellow Pages)电话目录

该部分印刷在黄色的页面上。它按主题列出了各家企业。例如，要订购比萨饼，请查阅黄页中的“比萨饼”(Pizza)部分，选择附近的店铺。黄页在较大的城市，如多伦多，独立成册。

在大城市里，白页和蓝页以及黄页通常印刷在两套独立的电话号码簿中。而在较小的城市，它们则印刷成一册。您可在所有电话号码簿的开始部分找到电话使用说明和急救电话号码。

## 邮寄和接收信件

### 邮寄信件或包裹

要邮寄信件或包裹，您必须支付邮资。邮资是邮递您的信件或包裹所需的费用。

邮政服务由邮局和诸如启康药业连锁店(Shoppers Drug Mart)等商店的邮递网点提供。要寻找邮局，请注意商店窗户上的加拿大邮政标志。另外，您也可使用电话号码簿查找离您最近的邮局。

邮寄信件或包裹的费用取决于其尺码及重量。另外，费用还取决于您的寄送目的地在哪里和您希望送达目的地的快慢。一般说来，包裹投递越快，费用越高。

如果您向别的国家邮寄包裹，您则必须填写报关单。您可从邮局获取报关单。报关单描述包裹的内容。另外，它还描述包裹的价值及重量。邮局的邮政职工可帮助您填写报关单。

### 获取邮政地址

当您找到住所后，人们可直接向您的家中或邮政信箱号码投递信件。在您找到住所之前，您可以三种不同的方式接收信件：

询问您是否可以使用亲戚或朋友的邮政地址。告诉人们向您邮寄信件时由您的亲戚或朋友“收转”(care of, c/o)。

**Your Name (您的姓名)**  
**c/o friend/relative's name**  
**(朋友 / 亲戚姓名“收转”)**  
**1234 SPADINA AVENUE**  
**TORONTO ON M2R 5H2**

请向邮局查询存局候领服务。此项服务在全球称为“留局待取”(poste restante)。存局候领(General Delivery) / 留局待取信件由当地的主局保存，等待收件人自取。在设有一个以上大型邮局的大城市里，其中的一个邮局在一个地区被列为存局候领(General Delivery) / 留局待取信件的领取点。

**YOUR NAME (您的姓名)**  
GD STN MAIN  
TORONTO ON M2R 5H2

从邮局或从事零售服务的商店租用邮箱。它将向您提供一个您可给予人们以向您邮寄信件 的地址。如果您收到过大的包裹，您的邮箱装不下，那么商店将给您留一个便条，您可到柜台提取。

## 交通

### 驾车

如果您居住在安大略省并且想驾车，您则必须持有安大略省驾照。安大略省交通部(Ontario Ministry of Transportation, MTO)的网站提供本省范围内的驾照和汽车挂牌服务。请访问站点 [www.settlement.org/FD/16](http://www.settlement.org/FD/16) 上的**我如何取得驾照?**一文，了解更详尽信息。

到达加拿大后，您可在 60 天内使用外国驾照。然后，您需要参加驾驶员考试并取得安大略省驾照。请拨打 **1-800-387-3445** 与安大略省交通部(Ontario Ministry of Transportation)联系，查询有关驾照和驾驶规则的信息。

您必须为您的汽车到您居住地的省机动车挂牌机构进行登记，并且必须给您的汽车上保险。驾驶未上保险的汽车是非法的。汽车保险的费用较高，但一旦发生事故，它可向您和其他驾驶者提供保障。

如果您没有汽车，您可从汽车租赁公司租用汽车，期限可为一天、一周或更长时间。大多数汽车租赁公司均可向您提供有关驾驶规则的信息。

汽车租赁公司基于您租用汽车的期限和行驶距离向您收取租金。另外，您需要从他们那里购买事故保险并支付所用的汽油费。

### 游览 – 公共交通

安大略省的每一座城市均布设了公共汽车或电车公共交通系统。另外，多伦多还布设了地下火车，简称地铁的交通系统。大多数城市提供免费交通图。

多伦多交通系统(Toronto Transit System, TTC)的电话系统以 20 多种语言提供信息 – 请拨打 **416-393-4636** 联系、查询。另外，您还可从他们的网站 [www.settlement.org/FD/17](http://www.settlement.org/FD/17) 上查阅信息。

要使用公共交通，您可以现金方式支付您每次出行的交通费。您必须准备好乘坐公共汽车的正好的钱，因为驾驶员无法给您找零钱。如果您经常使用公共交通，您可购买车票、代币或单日或月度通票。如果您每次出行以现金付费，费用会较高。您可在公共汽车或地铁站以及某些商店购买车票、代币和通票。

有时，您需要从公共汽车、电车或火车换乘其他车辆，才能到达您要去的地点。在此情况下，您需要持有换乘票。换乘票是一张告诉驾驶员您无需另行付费的车票。当您登上首先乘坐的公共汽车或电车时，请告知驾驶员您需要换乘其他车辆。

## 在城市之间旅行

安大略省的大多数城市和城镇均设有公共汽车或火车站。您可从车站了解公共汽车或火车的去向，开行日期和时间以及费用。您可给旅行社打电话，了解有关各城市之间往返航班的飞行时刻表和费用。

## 出租车

如果没有公共交通，或者您需要迅速赶往某地，您可乘坐出租车或计程车。您可给出租车公司打电话并要求他们将车开到您提供给他们地址处。您甚至可以提前预约，要求他们在特定的时间前来接您。

另外，您还可在拥挤的市区街道上招呼出租车。站在路边，向没载乘客的出租车招手。在每一座城市的大街上打车都不太容易。只有车顶标志灯亮着的出租车方可停下来拉您。

乘坐出租车的价格显示在车前司机旁边的仪表上。当您上车后，仪表将显示起程费。上车前，请向司机询问您的行程需要多少费用。

## 步行及道路规则

装有红绿灯的所有街头巷尾均显示行人信号。这些信号告知您何时横跨街道是安全的。在没装红绿灯的拥挤的街头巷尾，则设有人行横道。

## 货币与金融

### 银行业

#### 开立银行帐户

尽早了解银行业务的各类方案是一个好主意。请确定您的银行业务需要，在开立帐户之前，对多家银行的服务项目进行比较。

任何一家银行的银行帐户都会是一个存钱并实施管理的安全地方。另外，银行帐户还有助于向您提供信用记录，这会在您需要借款或开立信用卡时有所帮助。

您可开立储蓄和 / 或支票账户的金融机构有很多。银行、信托公司和信用社均可提供有关其服务，包括借记和信用卡的免费信息。您可前往任何一家银行，查询其有关的服务项目。

要在银行、信托公司或信用社开立账户，您需要提供两份身份证件。一般说来，其中的一份必须贴有您的照片。开立账户您没有必要交纳一定金额的押金。开立账户您勿须有工作。

## 使用银行服务机

当开立银行帐户时，您将收到一张称为银行卡的卡，又叫借记卡。该卡使您能够在银行服务机上办理您的银行业务，而无需赶往银行。您可使用银行服务机办理存款、提款和支付帐单等业务。此类机器称为自动银行服务机(Automated Banking Machines, ABMs)或自动出纳机(Automated Teller Machines, ATMs)。

银行将要求并协助您为您的卡选择个人识别号码(Personal Identification Number, PIN)。这是一个安全号码，可预防他人使用您的卡。请记住这一号码。切勿将您的个人识别号码(PIN)告知他人。每当您使用您的银行卡时，您总必须输入这个个人识别号码(PIN)。

如果您使用另一家银行的自动银行服务机(ABM)，它则向您收取一定的费用。当您使用私人自动银行服务机(ABM)时，这一费用会更高。在街头巷尾的商店、饭店及其他场所均可找到这类的机器。当只是提款时，它的收费通常是很高的。只使用某家银行或信用社所拥有的机器，收费会便宜些。

## 信用卡和建立信用

即使拥有多年使用世界级信用卡公司信用卡，如维萨卡(VISA)和万事达卡(MasterCard)的信用记录，您也未必一定能够取得加拿大的信用卡。这使许多人感到吃惊。

如可能，请您在来加拿大之前不要注销您的信用卡。您在此可能无法立即取得信用卡。如发生此类情况，您将希望继续使用您现有的信用卡。

要在加拿大建立信用，请申请信用卡。请向您当地银行的工作人员咨询。您的银行或许愿意向您提供消费限额较小的信用卡或担保信用卡(Secured Credit Card)。

要取得担保信用卡，您需要向信用卡的发行商提供一定金额的押金。担保信用卡的担保押金取决于您所请求的信用限额的高低。如果您还清您的月度信贷费并建立了良好的信用记录，那么您可收回您的押金及利息。然后，您便可取得正常的信用卡。

许多商店提供限在其商店内使用的信用卡。此类卡通常附带很高的利息，因此请确保按月付清全部欠额。

## 价格与税收

在安大略省，您按价格标签上所标的价格加税金付款购物。在大多数商店里，讨价还价是不常见的。但这在某些少数民族市场或商店里则是可能的。

当您为所购商品付款时，税金将合计到付款总额中。税金总额通常是价格的 13%。13%的税金包括 5%的联邦商品与服务税(Goods and Services Tax, GST)和 8%的省销售税(Provincial Sales Tax, PST)

您没有必要为所购的所有商品缴纳商品与服务税(GST)，比如基本的杂货和医生开出的处方药品则为免税商品。如果您在饭店里点酒类饮品，则需另加 10%的酒税。

## 税收减免

### 商品与服务税(GOODS AND SERVICES TAX (GST) CREDIT)减免

商品与服务税(GST)是您对在加拿大所购买的所有商品与服务而缴纳的税金。商品与服务税(GST) / 统一销售税(HST)减免是每隔 3 个月向中低收入个人和家庭提供的税收优惠。此项优惠退还他们已缴纳的全部或部分商品与服务税(GST)或统一销售税(HST)。

要享受这一减免优惠，您必须是年龄为 19 周岁或以上的加拿大居民。一旦取得您的社会保险号码(Social Insurance Number)，请立即申请这一优惠。要享受商品与服务税(GST) / 统一销售税(HST)减免，您必须每年对所得税与福利退款单(Income Tax and Benefit Returns)进行备案。

您可拨打商品与服务税(GST)信息热线 **1-800-959-1953**，了解更详尽信息。

### 加拿大儿童税务福利金(CANADA CHILD TAX BENEFIT, CCTB)

如果您的孩子的年龄未满 18 周岁，您也许能够享受加拿大儿童税务福利金(Canada Child Tax Benefit, CCTB)。加拿大儿童税务福利金(CCTB)是加拿大政府为帮助抚养孩子而提供的一种月度福利金。

您可从加拿大海关税务总署(Canada Revenue Agency, CRA)的网站 [www.settlement.org/FD/20](http://www.settlement.org/FD/20) 上获取申请表。一旦到达并在新家定居后，您应立即申请加拿大儿童税务福利金(CCTB)。

他们将根据您所拥有的孩子的个数、年龄、居住省份以及您的家庭在过去 3 年中的世界净收入决定福利金的金额。

## 后续事项

我们希望本指南已对您有所帮助，它已回答了与您在安大略省开始新的生活相关的一些疑问。如您所见，需要做的事情有很多，您甚至可能不知道该从哪里入手。

### “欢迎定居加拿大” 自查表

本指南第2页上的“欢迎定居加拿大” 自查表是一个不错的着手之处。您可在此查对不适用于您的项目，也可查对您已办理的事项。本指南提供了有关如何完成您仍需要办理的事项的步骤。如果您需要帮助，许多机构将乐意回答您的疑问并帮助您填写所需的各类表格，这通常是免费的。请单击各个部分所含的链接，以查找您所在地区的各类服务。

### SETTLEMENT.ORG

Settlement.Org是一个查找详细信息，寻求各类服务，下载各类表格并与其他新移民进行交流与沟通的极好的场所。请在下次上网时记住访问[www.settlement.org](http://www.settlement.org)。

**我们祝愿您在安大略省获得成功！**