



# MERCEDES COLLEGE

## Trước khi khởi hành: Những điều cần biết trước khi đi du học

Cuộc sống tại Úc sẽ rất khác so với sống tại nhà của học sinh. Kể cả khi học sinh tới sống với bạn bè của gia đình ở một thành phố lân cận trên chính đất nước của em thì vẫn sẽ có nhiều điều mới lạ cần làm quen. Sau một khoảng thời gian, học sinh sẽ quen với hoàn cảnh mới và hòa nhập với cuộc sống mới tại Úc.

Học sinh nên xem tình hình thời tiết tại Adelaide trong các tuần trước khi tới. Do phần lớn học sinh đến từ Bán cầu Bắc nên các bạn cần biết đến sự ngược mùa tại Bán cầu Nam. Học sinh cần kiểm tra xem sẽ bay tới vào buổi sáng mùa đông lạnh 10 độ C hay ngày mùa hè nóng trên 36 độ C. Sau đó các bạn sẽ có thể chuẩn bị đối phó với nhiệt độ mà mình sẽ gặp phải khi rời máy bay và tới gặp chủ nhà người bản địa sẽ ở cùng.

### Mục Vụ

Cuộc sống tại Úc có thể khác với tại quê nhà và mỗi học sinh sẽ mất thời gian tìm hiểu sự khác biệt trong sinh hoạt hàng ngày.

Mọi học sinh đều sẽ trải qua thời kỳ điều chỉnh. Học sinh nào sẵn sàng thử cái mới thì sẽ thấy dễ dàng hơn khi định cư tại quốc gia mới. Phụ huynh tại nhà người bản địa luôn hướng dẫn và hỗ trợ học sinh trong suốt khóa học tại Trường này.

Toàn bộ du học sinh được cung cấp số điện thoại liên hệ của Bà Robyn Halliday, Điều phối viên Phúc lợi và Nơi ở của Học sinh khi tới Adelaide. Học sinh có thể liên hệ với bà 24 giờ trong ngày nếu có vấn đề phát sinh.

Điều phối viên Phúc lợi và Nơi ở của Học sinh sẽ là cầu nối giữa gia đình du học sinh, du học sinh, phụ huynh nhà người bản địa và Mercedes College để giải quyết bất kỳ vấn đề nào.

### Định hướng

Mỗi nhà đều có quy định riêng. Phụ huynh tại nhà người bản địa sẽ định hướng cho học sinh về nhà của họ và hàng xóm, trợ giúp học sinh về những thắc mắc trong việc đi lại.

Là một phần trong việc định hướng vào cuộc sống tại Úc, học sinh luôn được kỳ vọng tham gia các hoạt động và đi dã ngoại cùng phụ huynh tại nhà người bản địa.

Không lâu sau khi tới, học sinh sẽ phải bắt đầu hòa nhập vào cuộc sống của trường học Úc, nơi ở tại nhà người bản địa và lối sống kiểu Úc.

Phụ huynh tại nhà người bản địa sẽ trợ giúp học sinh về:

- Quy tắc giao thông
- Cách đến trường và về nhà
- Mua vé giao thông công cộng
- Thông tin về giao dịch ngân hàng

- Thông tin về thư tín
- Sống cùng gia đình, bao gồm:
  - thông tin về cách thức ăn uống và thời gian bữa ăn
  - quy định giặt là và chia sẻ các trách nhiệm
  - yêu cầu khi sử dụng điện thoại / internet / nhà tắm

### Quy trình Điều chỉnh

- 1. Xa nhà** – tạm biệt. Cảm thấy vui buồn lẫn lộn.
- 2. Đến Úc** – cảm thấy thích thú và lo âu về việc ở lại Adelaide và tại Mercedes College.
- 3. Điều chỉnh cho phù hợp với gia đình Người bản địa** – cảm thấy vui và thích thú nhưng cũng bối rối và mệt mỏi. Mọi thứ đều mới lạ.
- 4. Shock văn hóa** – nhớ gia đình, cô đơn vì thiếu bạn bè, đến trường mới và có thể là đồ ăn không phù hợp khi sống với gia đình Người bản địa.
- 5. Cảm thấy không ổn định** – tự hỏi tôi đã làm đúng hay chưa? Tôi sẽ đạt được mục tiêu của mình chứ?
- 6. Điều chỉnh cho phù hợp với cuộc sống mới của bạn** – cảm thấy tự tin, kết bạn mới tại Adelaide, tận hưởng các lớp học tại Mercedes College và sống cùng gia đình Người bản địa.
- 7. Hoàn thành việc học tập** – đạt được mục tiêu tại Mercedes College, với tương lai mới ở phía trước. Cảm thấy tích cực.
- 8. Rời nước Úc** – tạm biệt. Cảm thấy buồn khi phải rời xa bạn bè ở Mercedes và gia đình Người bản địa. Lo lắng về cuộc sống mới, nhưng hạnh phúc khi gặp mọi người trong gia đình và bạn bè cũ.
- 9. Về tới nước nhà** – gặp lại gia đình/bạn bè, bắt đầu học đại học và điều chỉnh cho phù hợp với cuộc sống mới sau khi trở lại nhà - hoặc có lẽ bạn đã quá thích cuộc sống tại Mercedes College nên muốn trở lại học tiếp tại Úc!



# Trước khi khởi hành: Những điều cần biết trước khi đi du học

## Nhà tắm

Phụ huynh người bản địa ở cùng sẽ hướng dẫn cho từng học sinh cách sử dụng nhà tắm và điều chỉnh nước nóng, lạnh.

Vì nhà tắm sẽ thường xuyên được các thành viên khác trong gia đình dùng chung nên mọi người cần có ý thức về những điều sau:

- Tắm vòi sen (tắm nhanh)
- Nước nên giữ trong phòng tắm đứng hoặc bồn tắm vì nước tràn ra sàn sẽ gây nguy hiểm cho những người khác.

## Sử dụng Nước

Học sinh phải hiểu rằng nước và điện là các tài nguyên có giá trị. Tắt đèn, máy sưởi và vòi nước là điều nên làm để bảo vệ môi trường và tiết kiệm tài chính. Úc là một quốc gia khô hạn với mùa hè dài và vì thế nước là tài nguyên được cho là có giá trị cao. Ở Úc, mọi người đều được khuyến khích không sử dụng nước quá mức. Học sinh dùng nước và điện quá mức có thể phải trả tiền cho phần vượt trội.

## Kiểm soát Khí hậu

Vì Adelaide chỉ trải qua vài tháng ngắn ngủi có khí hậu lạnh nhưng có nhiều tháng nóng nên phần lớn các ngôi nhà của người Úc đều được thiết kế để được mát và cách nhiệt với thời tiết nóng bức bên ngoài. Phần lớn các nhà mát mẻ trong thời gian nóng kéo dài hàng tháng nhưng không có hệ thống sưởi toàn nhà trong mùa đông.

Nhiều nhà có sưởi ở khu vực phòng khách nhưng không cần thiết trong phòng ngủ. Mọi người mặc quần áo ấm trong nhà trong suốt những tháng này. Đêm và sáng trong mùa đông ngắn ngủi có thể mát.

Học sinh có thể thấy các gia đình ở Adelaide dùng bữa từ đầu giờ tối. Tuy nhiên, trong những tháng tiết kiệm năng lượng mùa hè thì nhiều bữa sẽ được ăn ở bên ngoài trong buổi tối dịu mát và dùng bữa muộn hơn vào buổi tối. Những khác biệt này là trải nghiệm hoàn toàn khác khi sống ở một quốc gia khác trong một nền văn hóa khác.

## Tài khoản Ngân hàng

Toàn bộ du học sinh tại Mercedes College đều phải mở tài khoản Ngân hàng Úc. Tài khoản Ngân hàng Úc giúp các bạn dễ dàng tiếp cận tiền vì máy ATM có đặt trong mọi phức hợp mua sắm. Phụ huynh trong gia đình người bản địa có thể trợ giúp học sinh mở tài khoản ngân hàng và hướng dẫn học sinh về cách dùng máy ATM.

## Bảo vệ khỏi tia nắng mặt trời

Adelaide có tới 10 giờ nắng trong các tháng mùa xuân và mùa hè. Ánh nắng mặt trời tại Adelaide gắt hơn tại nhiều quốc gia khác và ở đây có thói quen mặc đồ che chắn và bôi kem chống nắng vào mùa hè. Nhiều người thường đi bộ và ngồi trong các khu vực có bóng râm.

Thời tiết có nắng và ẩm thì rất thích nhưng học sinh nên nhớ lắng nghe lời tư vấn của chủ nhà Người bản địa và nhân viên nhà trường về việc bôi kem chống nắng trong các tháng mùa hè nóng và uống nhiều nước. Bị cháy nắng thường đau đớn và có thể dễ xảy ra nếu không dùng đồ chống nắng. Học sinh sẽ được nghe nhiều hơn về kỹ năng chống nắng trong buổi định hướng tại nhà trường.

## An toàn về Nước

Nhiều gia đình tại Adelaide có bể bơi ở khu vườn sau hoặc dễ dàng tới bãi biển và các bể bơi công cộng. Trong các tháng ấm áp, các gia đình thường tới bãi biển và các khu vực giải trí dưới nước khác. Tận hưởng các môn thể thao dưới nước và dành thời gian bên bể bơi hoặc tại bãi biển là một phần đáng kể của nền văn hóa Úc.

Học sinh được nhắc nhở lắng nghe lời tư vấn của chủ nhà Người bản địa về an toàn nước. Tăng cường an toàn và chú ý là cần thiết khi bơi tại bãi biển có yêu cầu tuân thủ quy định của đội Cứu hộ Bờ biển và chỉ được phép bơi tại một số khu vực được chỉ định. An toàn nước sẽ được nêu trong phần định hướng tại trường học của học sinh.

## Giới nghiêm

### Thứ Hai tới Thứ Năm và Chủ Nhật

Học sinh có thể thu xếp gặp bạn bè trong môi trường an toàn nhưng phải có mặt ở nhà lúc 6 giờ chiều.

### Thứ Sáu và Thứ Bảy

Học sinh có thể thu xếp gặp bạn bè trong môi trường an toàn và phải có mặt ở nhà lúc:

- 14 tuổi – 8:00 tối
- 15 tuổi – 9:00 tối
- 16-17 tuổi – 9:30 tối
- 18 tuổi trở lên – 10:00 tối

Những lệnh giới nghiêm này được đặt ra vì sự an toàn của học sinh và tuân thủ nội quy của các gia đình Úc điển hình và các cơ sở lưu trú khác của trường học.



WE ARE AN ACCREDITED SCHOOL

CRICOS CODE: 00365D  
2020\_V1