

多伦多欢迎您

新移民指南



sherbourne **HEALTH**

(Simplified Chinese)

就读大专院校 (Post-Secondary Education Options)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

在加拿大，您可以通过不同的途径接受学校教育。您可以根据自己的兴趣、职业目标、时间和资源来选择。

学院、大学和职业学校之间有何区别？

安省共有 20 所公立大学、24 所学院以及 400 多所注册私立学院。如需查找院校，您可以访问以下网站：www.cicic.ca（依次点击“Studying in Canada”、“Directory of Universities, Colleges and Schools in Canada”）或www.ontario.ca/page/go-college-or-university-ontario。

	学院	大学	职业学校 / 职业学院
所获证书	文凭或证书课程 *	学位课程（本科学士、硕士、博士）	副学士学位、毕业文凭、证书或执照
教学重点	以职业发展为主要目标，绝大多数包括实习（在与所学领域相关的工作环境中进行实习）。	以各学科（如人文、科学等）为授课重点。如有意继续就读研究生课程（例如硕士或博士课程），则需要获得荣誉学士学位。	为需要专业操作或机械技能的工作或岗位（例如电工、木工、美发师等）提供技能培训。
教学年制	证书课程为 1 年制，文凭课程通常为 2-3 年制	本科学位通常为 3-4 年制。	通常为 1-2 年制
公立（政府资助）还是私立	私立**（“职业学院”）、公立（政府资助）都有	公立大学由安省高教厅拨款资助。	公立、私立都有

* 部分学院也开设“应用领域”（具体的工作或职业）的本科学位课程。

** 私立职业学院是独立运营的团体，为学生进入特定工作行业做好准备，或为其培训技能（例如计算机技能）。安省共有 500 多所注册私立职业学院。安省的私立职业学院必须经过登记注册，其开设课程也必须经过安省高教厅核准。

如果您有意就读私立学院，请先检查它们是否登记在册。

改编自：www.settlement.org，www.vocationalschools.ca，以及安省高等教育与技术发展厅（Ministry of Advanced Education and Skills Development）网站
<http://www.tcu.gov.on.ca/pepg/audiences/pcc/private.html>



就读大专院校 (Post-Secondary Education Options)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

获得高中同等学力证书 / 通过 GED 考试:

GED 的全称是普通教育文凭, GED 考试旨在验证被试者是否拥有安省高中级别学历。如果您通过了 GED 考试, 将获得安省高中同等学历证书。这份证书能帮助您求职, 或申请在院校或培训项目就读。

参加 GED 需要缴纳一定的费用, 试题有英语版和法语版, 您可从中任选。安省共有 12 处考试中心。如需了解更多信息, 请致电 416-484-2737 联系独立教育中心 (Independent Learning Centre, 简称 ILC), 或访问以下网站: <http://www.ilc.org/>。ILC 是安省唯一一家开设 GED 考试的机构。

搭桥项目:

有些新移民在初到加拿大时, 难以在自己的专业领域找到工作。安省搭桥培训 (Ontario Bridge Training) 项目能帮助有一技之长的新移民获得自身专业 / 行业所需的执照、证书和 / 或工作经验, 让他们在求职时更具竞争力。有多家学院、大学和组织开展搭桥项目。根据具体职业不同, 项目参加者可能需要研读课程、获得实践经验, 以及 / 或者接受培训。

请访问以下网站查找搭桥项目:

<http://www.citizenship.gov.on.ca/english/keyinitiatives/bridgetraining.shtml>

搭桥项目需要收取学费, 但有些奖学金 / 助学金能为您提供资助。

评估您的教育经历:

有些机构能帮助评估您在原籍国所接受的教育, 使您更轻松地在安省申请学校或求职就业。这些服务可能需要收费。请访问以下网站, 了解有关这些机构的更多信息:

<http://settlement.org/ontario/education/evaluate-my-credentials/credential-evaluation/where-can-i-get-my-international-credentials-evaluated-for-education/>

安省学生援助项目 (Ontario Student Assistance Program, OSAP):

OSAP 旨在帮助学生支付学费。OSAP 以两种形式发放资金: 贷款 (需要偿还), 以及助学金 / 补助金 (无需偿还)。目前共有 24 个不同的 OSAP 项目。绝大多数学院和大学都设有专门的办公室, 您可以从那里了解到有关经济援助的全部信息。您也可以在以下网站申请 OSAP <https://osap.gov.on.ca/OSAPPortal>。



本指南中所列的任何考试、项目和申请, 安置专员 (settlement worker) 都能帮助您申请。St. James Town 社区角 (电话: 416-964-6657) 和 Sherbourne 健康中心 (电话: 416-324-4180) 均配有安置专员, 可为您提供服务。

免疫接种与疫苗接种 (Immunization and Vaccinations)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

由谁来规定需要接种哪些疫苗？

在加拿大，对接种疫苗种类提出建议的是全国免疫接种咨询委员会（National Advisory Committee on Immunization，简称NACI）。安大略省根据当地信息来制定疫苗接种项目。

什么是疫苗？

疫苗接种可以帮助您预防某些严重疾病。接种后，人体自身防御系统——也就是免疫系统——的功能会得到增强。

接种疫苗需要付费吗？

政府会为部分疫苗买单；另有一些疫苗并不是人人都需要，只有高危人群需要接种。在这种情况下，政府可能不会为非高危人群支付疫苗费用。

什么是群体免疫？

如果绝大多数民众都已经接受了某种疾病的免疫接种，那么该疾病传播的风险就比较低。这就意味着那些无法接种疫苗的人士（例如幼儿、孕妇等等）因为“群体免疫”或“社区免疫”而受到了更多保护。



改编自加拿大联邦政府网站的内容：
<http://healthykanadians.gc.ca>

各年龄段需接种的疫苗：

儿童（2个月-6岁）	白喉、百日咳、破伤风、小儿麻痹、麻疹、流行性腮腺炎、风疹、水痘、丙型脑膜炎球菌、肺炎球菌疫苗
7-8年级（11-13岁） - 校内接种	乙肝、人乳头状瘤病毒、ACYW四价脑膜炎球菌疫苗
成人（每10年）	白喉、百日咳、破伤风
长者（65岁以上）	肺炎球菌、带状疱疹疫苗

儿童如未接种全部规定疫苗，可能会被停学。

疫苗在特定年龄接种效果最佳，此外，为提供最大保护，常需要接种若干剂。请务必确保您和孩子已根据当地规定接种了全部疫苗。请咨询您的家庭医生，了解如何补齐疫苗接种。您可以访问以下链接，查阅安省婴儿期至成人阶段的疫苗接种安排：

<http://health.gov.on.ca/en/public/programs/immunization/docs/schedule.pdf>



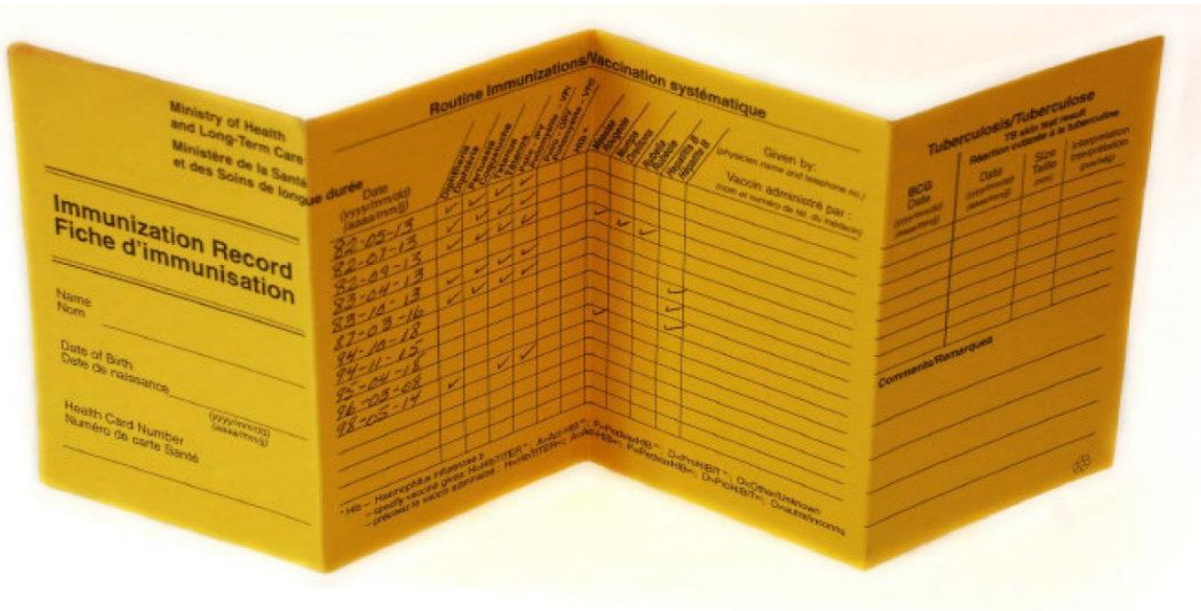
免疫接种与疫苗接种 (Immunization and Vaccinations)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

多伦多公共卫生局开设免费疫苗接种诊所，为尚未接种全部规定疫苗或没有OHIP的7至12年级学生服务。您可以访问以下网址，进行在线预约：<https://www.tphbookings.ca>。

免疫接种记录：

安省的免疫接种记录是一张黄色的可折叠卡片。所以，您的免疫接种记录也称作“黄卡”（yellow card），上面记录了您在加拿大接种的全部疫苗。请务必确保您按要求接种了**所有**黄卡上的疫苗，并及时**更新**免疫记录。除了为孩子报名入学或入托时要用到黄卡外，如果孩子需要紧急医疗服务，或希望报名参加夏令营或其他儿童项目，也可能需要出示免疫记录。



流行性感冒（流感）：

- 打流感针是预防流行性感冒（流感）最有效的方法。
- 每年都会研制出新的疫苗，因此您每年都需要打一次流感针。
- 加拿大每年约有1.22万人因流感及其并发症而住院，约3500人因此丧生。
- 打流感针能够保护您自己、您的亲人朋友和社区。

哪些人应该打流感针？

所有年满6个月的人都应该打流感针，除非由于某些医学原因导致不宜接种（请咨询您的医护人员）。流感季一般为深秋至次年初春。在这段时间里，许多场所（例如健康中心、药房、公共卫生单位、您的医生诊所等）都提供免费接种流感针服务。

Sherbourne 健康中心和 St. James Town 社区角每年流感季均提供免费接种流感针服务。请您留意我们在秋季分发的传单和张贴的宣传内容，或致电 416-324-4100 了解更多信息。

食物与健康饮食

(Food & Healthy Eating)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

国际超市：

您可以在附近的多家超市中购买到来自世界各地的食材。

商店	地址	食材种类
Ambal Trading	591 Parliament Street	南亚
Surma Supermarket	330 1/2 Parliament Street	南亚、清真
Marhaba Supermarket	324 Parliament Street	南亚、清真
Iqbal Halal Foods	2 Thorncliffe Park Drive	南亚、清真
Philippine Variety Store	240 Wellesley Street East	菲律宾
Sunny Green Vegetable & Fruit	224 Wellesley Street East	世界各地
Bulk Barn	2 Carlton Street	世界各地

多元化居住区：

多伦多的部分居住区以某些特定的菜系和食物而为人所知。

居住区	食材种类
中国城: Dundas Street West 和 Spadina Avenue	中式、东南亚
肯辛顿市场: Augusta Avenue 和 Baldwin Street	世界各地
希腊城: Danforth Avenue (Broadview 和 Jones 之间)	希腊、欧式
小印度区: Gerrard Street East (Greenwood 和 Coxwell 之间)	印度、南亚
韩国城: Bloor Street West (Christie 和 Bathurst)	韩式、东南亚



加拿大本土超市：

以下是周边的一些加拿大本土超市，您可以在那里以较低的价格购买到本地与部分异国食材。

超市名称	地址
Food Basics	238 Wellesley Street East
No Frills	449 Parliament Street
Fresh Co	325 Parliament Street

超市购物小贴士：

- 先购买放置于超市**外侧货架**上的商品。蔬果、奶肉制品等新鲜健康的食物一般放在这里。
- 记得查看**货架的顶层和底层**，因为价格较高的商品通常摆放在与您视线平行的货架上。
- 绝大多数超市都会分发**传单**，告诉您哪些商品正在打折。您可以经常翻阅这些传单，了解打折信息，并获取优惠券。



食物与健康饮食

(Food & Healthy Eating)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

什么是健康饮食？

健康饮食指的是尽量摄入各种不同的食物。您可以采用多种方法来规划餐食，以下这个**健康餐盘**模式只是其中一个示例：



改编自：
哈佛大学公共卫生学院

健康餐盘小贴士：



- ☑ 尽量保证各色蔬菜占据餐盘的二分之一
- ☑ 全谷物食品或淀粉类食品应占据餐盘的四分之一
- ☑ 蛋白质食品（例如肉类、蛋、豆类或豆腐）应占据餐盘的四分之一
- ☑ 再另外加一些水果和 / 或牛奶（或豆奶）
- ☑ 别忘了在一天中摄取充足的水份

注册营养师：

注册营养师是能够在健康饮食方面给予建议的专业保健人士。

他们能协助您预防或管理许多健康问题，还能帮您与社区厨房、食品捐助银行和其他与食物相关的项目牵线搭桥。

如果您希望约见 **Sherbourne 健康中心** 的注册营养师，请致电 **416-324-4180** 或向您的家庭医生咨询。

健康食品箱：(Good Food Box):

www.goodfoodbox.foodshare.net

Unlock Food:

www.unlockfood.ca

初级医护与健康保险 (Primary Care and Health Insurance)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

什么是初级医护？

初级医护 (primary care) 是指您受到的初步医疗服务。绝大多数的健康问题都会在这一阶段得到治疗，家庭医生诊室常常就能完成初级医护。绝大多数的初级医护是由一支协同合作的团队来提供，他们能帮助您保持身体健康，预防疾病。拥有一位家庭医生是很重要的，因为他们能帮助您确保身体健康，并能为您转介其他医护服务。

看医生需要花钱吗？

绝大多数情况下，看医生不用花钱。

安省的健康保险共分为三种：

1. 安省健康保险计划 (OHIP)，也就是您的“健康卡”

这是由安省政府资助的一项免费健康保险，居住在安省的所有民众均有资格享受。绝大多数安省居民都有 OHIP，这能让他们在看医生、去医院和进行绝大多数化验项目时不用自掏腰包。OHIP 不能支付药品、牙医或眼科医生的费用。有部分例外情况，但仅适用于 18 岁以下少年儿童以及 65 岁以上的长者。请您注意，自 2018 年 1 月 1 日起，一个名为 OHIP+ (OHIP Plus) 的特别项目可为 24 岁及以下人士支付处方药物费用。



您应该尽快申请健康卡。如果您是作为永久居民登陆加拿大，需等待三个月方可前去申请健康卡。在这三个月里，医疗服务并不是免费的。您也许需要为某些服务付费，也可以购买私人健康保险。多伦多（以及安省）各处的部分社区健康中心 (Community Health Centres, 简称 CHC) 开设一些免费健康服务，您可以在这三个月的等待期里充分利用。请访问以下链接，查找您附近的社区健康中心：<https://www.aohc.org/find-a-centre>。

如需了解更多信息，您可以致电 416-326-1234 与 Service Ontario 办公室联系，或访问以下网址：<https://www.ontario.ca/page/serviceontario-locations-hours-and-contact>。

2. 临时联邦健康计划 (IFHP)

临时联邦健康计划 (Interim Federal Health Program, 简称 IFHP) 为有难民身份或正在申请难民身份的人士支付健康服务的费用。该计划可支付医院、家庭医生、部分药物以及部分眼科 / 牙科服务的费用。请查阅您的 IFH 表，了解具体服务项目。

3. 私人健康保险

如果您没有 OHIP 或 IFH，可以购买私人健康保险。有时，您还可以通过购买私人保险来支付 OHIP 不涵盖的服务内容。您的学校或工作单位可能会将您加入私人健康保险计划。请访问 www.olhi.ca/insurance-finder，了解有关私人健康保险的更多可选方案。

如果上述三种健康保险您都没有，则很可能需要为医疗服务付费。



初级医护与健康保险 (Primary Care and Health Insurance)

多伦多欢迎您 • 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

我如何才能约见专科医生？

您需要先在家庭医生处就诊，如有需要，家庭医生会将您转介至专科医生处。您无法直接与专科医生进行预约。

如果家庭医生的诊所没有开门，我应该怎么办？

如果您遇到紧急情况，却无法联络到家庭医生，可以前往无预约诊所（walk in clinic）或急诊室寻求帮助。这些地方会依据病患到达的顺序进行诊治，所以您需要排队候诊。



我怎样才能获得药品？

您必须先前往医生处就诊。在医生开具药品处方后，您可以携带处方前往任意一家药店取药。如果没有保险，您便需要支付药品的费用。您可以向家庭医生或药剂师咨询相关事宜。有些药物不需要医生处方即可获得，称作“非处方药”。

我可以到哪些医护人员处就诊？

以下列出了部分医护人员以及他们的职责：

医生	<ul style="list-style-type: none">送检测试、诊断与治疗疾病、开具药品处方家庭医生是提供初级医护的人员，并可将患者转介至专科医生处专科医生在其专业领域接受过更精进的训练，患者常需等待一些时日，才能轮到就诊。
护士	<ul style="list-style-type: none">在诊所和医院工作检查、治疗病患是医生的左膀右臂
执业护士	<ul style="list-style-type: none">接受过进一步培训的护士承担普通护士的工作任务，但也可以送检测试、诊断疾病、开具药品处方。
药剂师	<ul style="list-style-type: none">根据处方进行配药和给药教给患者药品的使用方法和副作用
营养师	<ul style="list-style-type: none">提供饮食、食品、健康饮食习惯和营养方面的咨询和建议
牙医	<ul style="list-style-type: none">对牙齿、牙龈和口腔骨骼相关的问题进行检查、诊断与治疗
物理治疗师	<ul style="list-style-type: none">对因疾病、受伤或年龄增长而出现身体（骨骼、肌肉、肌腱）问题的患者给予帮助
心理辅导师	<ul style="list-style-type: none">帮助患者在人生的任何阶段应对压力，以及一般心理健康问题



在加拿大使用银行业务 (Banking in Canada) 多伦多欢迎您·新移民指南 (Welcome to Toronto Package)

在加拿大，您可以安全地将钱款存放在银行。存入的钱款不会损失。在存入钱款时，您需要开一个**银行账户**。

开通银行账户：

您通常需要为开通的银行账户向银行支付月费（服务与交易的管理费）。**交易**指的是您的存款（将钱存入银行）和取款（将钱从银行取出）行为。部分银行有**低月费**或**免月费**账户供您选择。不用担心，您尽可以向银行要求更低费用！加拿大许多规模较大的银行，账户月费一般不超过 4 加元。

即使在以下两种情况下，您仍可以在银行开通账户：

- 您目前没有工作
- 您没有能马上存入账户中的钱款

只需带好两张身份证件（ID），便可以去银行开通账户。

您可以向安置专员咨询更多信息，或访问以下网站，了解在开户时可以使用哪些身份证件：

<http://cba.ca/opening-a-bank-account>

银行账户主要分为两种	
支票账户 (chequing account)	<ul style="list-style-type: none">• 支票账户用于日常开支和支付账单• 支票账户又分为许多种。请务必向银行咨询，了解哪一种是最适合您收入状况和消费习惯（是否经常使用ATM机）的账户。
储蓄账户	<ul style="list-style-type: none">• 储蓄账户不用于支付日常开销，一般会将钱存入该账户，供将来使用。• 有些账户会有配套的借记卡（debit card），有些账户则没有。• 储蓄账户比其他账户的存款利息要高，但从储蓄账户取款时收取的手续费也较高。• 您的存款可以积累利息。

我如何从银行账户中取款？

在开通银行账户时，您会获得一张银行卡，也称作借记卡。借记卡可以在银行或自动取款机（ATM）上使用，在商店购物时也可以使用。

- 当您在其他银行的ATM机上用这张借记卡取款时，将会被收取**两笔**手续费：跨行ATM机手续费，以及您的银行向您收取的手续费。银行月费、手续费等会在稍后显示在您的账户交易明细中。
- 如要使用银行卡（借记卡），您必须设置一个**PIN**码（个人识别号）。请务必将**PIN**码保密，切勿告知他人！设置**PIN**码时，尽量挑选容易记住的数字组合。



在加拿大使用银行业务 (Banking in Canada) 多伦多欢迎您 · 新移民指南 (Welcome to Toronto Package)

银行和信用社有什么区别？

银行和信用社都是您可以安全存放钱款的机构，但二者的组织模式有所不同。部分差别如下：

银行（即 TD、CIBC、RBC、ScotiaBank、BMO 等）	信用社
<ul style="list-style-type: none">• 营利机构• 由（加拿大）联邦政府监管	<ul style="list-style-type: none">• 非营利机构• 由（安大略）省政府监管
<ul style="list-style-type: none">• 所有者为各股东<ul style="list-style-type: none">○ 股份在股票市场上出售	<ul style="list-style-type: none">• 您可以成为信用社的成员（member）• 您可以通过委员会 / 董事会协助管理信用社• 信用社的所有者是其成员
<ul style="list-style-type: none">• 并非只有成员才能开设账户	<ul style="list-style-type: none">• 必须购买股份、成为信用社成员，方可开设账户

信用、信用报告和信用评分是什么意思？

信用：在加拿大，以信用（信贷额度或信用卡）在商店购买大件商品、买车或旅游（支付机票和酒店费用）是很常见的。信用对您来说很有帮助，在紧急关头它也能发挥作用。使用信用工具或信贷额度后，您便需要偿还欠款。如果您的欠款太多，偿还起来会非常吃力，可能影响您的信用评分。在使用信贷额度或信用卡前，先确定自己是否能轻松还清欠款。

信用报告：信用报告是记载您债务和**信用记录**（具体债务数额以及还款速度）的详细报告。在加拿大，如果想申请贷款、开通手机或信用卡，您必须要有良好的信用记录。因此，贷款方（例如银行）或其他需要为您承担风险的人士（例如房东、雇主或信用卡公司）可能会要求您出具信用报告。加拿大两家信用局机构中，至少有一家会保存您的信用报告。您每年可免费获得一份信用报告的副本，亲自前往领取或要求邮寄均可。您最好能仔细查看信用报告，以免其中有错误。

TransUnion:
3115 Harvester Road, Suite 201
Burlington, ON L7N 3N8
电话：1-866-525-0262

Equifax Canada:
5650 Yonge St. (Finch 和 Yonge 路口)
Toronto, ON
电话：1-800-465-7166

信用评分：贷款方和信用报告机构会根据您信用报告中的信息对您的信用进行评分。这一评分可以反映您某一特定时间点的财务健康状况，从而使贷款方了解借款给您存在哪些风险。如果您有多张信用卡，也就意味着您可以借许多钱，您的信用评分可能会因此而下降，贷款方会将这一点视作风险。



当您使用网上银行业务时，请确保登陆以 <https://>开头的网站，这里的“s”表示信息传输的安全性有所保障：用户计算机的信息会先被分解加密，传输至银行后再解密还原。

改编自：渥太华社区贷款基金（Ottawa Community Loan Fund）编制的新移民财务工具包（Newcomer Finances Toolkit）以及 Access Alliance 编写的 Sense2Dollars 提升金融意识指南

多伦多的儿童看护服务/幼儿园

(Child Care in Toronto)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

寻找儿童看护服务：

安省教育厅是省内日间儿童看护服务的指导机构。教育厅负责制定相关规章制度、发放执照，并对所有投诉展开调查。寻找安全、适合自身需求的儿童看护服务，是家长的责任。

持证 vs. 非持证儿童看护服务（日间看护）

安省的儿童看护服务分为“持证”和“非持证”两种。二者都是合法的，且有其独立的规章制度。

持证儿童看护服务意味着政府会制定看护标准，并定期监督看护服务。持证儿童看护服务可以在家中或看护中心进行。持证服务可能较难找到，并且通常需要等待。在家中进行的持证儿童看护服务最多可以照看 6 名儿童（包括看护人自己的子女），其中 2 岁以下幼儿不得超过 2 名。

以下方法可以帮助您在多伦多找到儿童看护服务：

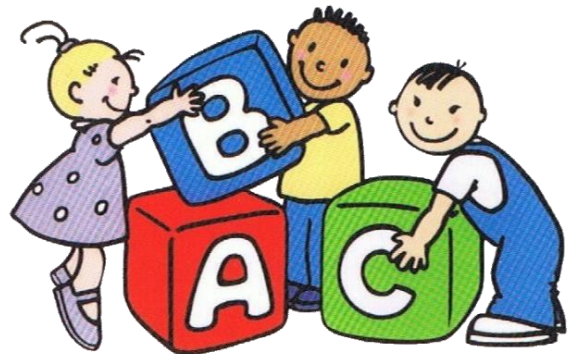
- 一旦怀孕，就要开始寻找提供儿童看护服务的个人 / 机构
- 将您的名字登记在多家机构的候补名单上
- 申请儿童看护补贴（详见下页），帮助预先支付儿童看护的费用
- 前往多家儿童看护机构实地考察

多伦多共有 990 多家持证儿童看护中心。您可以访问教育厅的网站查找附近的持证儿童看护中心，网址：<http://www.iaccess.gov.on.ca/LCCWWeb/childcare/search.xhtml>

持证儿童看护服务的优势：

- 由政府规管
- 兄弟姐妹可以进入同一家看护机构
- 小班化的看护模式
- 有更多机会获取辅导和支援
- 必须达到教育厅的标准
- 孩子在看护中心可以和同龄儿童一起玩耍
- 每年，教育厅会对私人家庭日间看护和儿童看护中心进行至少一次检查，确保他们在健康、安全和儿童发展方面的表现均达到省级要求。

非持证日间看护：在安省，非持证的儿童看护服务不受省政府规管。由于非持证儿童看护中心不需要达到省级要求，家长便有责任对这些机构的服务质量和安全进行监督。非持证儿童看护服务最多可以照看 5 名 13 岁以下儿童（包括看护人自己的子女），2 岁以下幼儿不得超过 2 名。



多伦多的儿童看护服务/幼儿园 (Child Care in Toronto) 多伦多欢迎您·新移民指南 (Welcome to Toronto Package)

非持证儿童看护机构必须：

- 按要求出具收款收据，且不得对此收费
- 向家长 / 监护人发出书面通知，告知自己是非持证机构
- 允许家长 / 监护人进入看护机构与子女交流

非持证儿童看护服务的优势：

- 兄弟姐妹可以进入同一家看护机构
- 小班化的看护模式
- 通常收费更低



儿童看护支持：

多伦多的儿童看护服务需要由家长支付费用，但有一些补贴项目可以为有需要的人士提供经济援助。

加拿大儿童福利金 (Canada Child Benefit, 简称 CCB) 和安省儿童福利金 (Ontario Child Benefit, 简称 OCB)：符合 CCB 和 OCB 领取资格的家庭每月将收到免缴税补贴，为其抚养 18 岁以下儿童提供经济支持。您可以在线申请这些补贴，也可以与加拿大税务局 (Canada Revenue Agency, 简称 CRA) 联系。安置专员也可以帮助您进行申请。具体能获得多少补贴，要视子女数量和家庭收入而定。如要获得 CCB 和 OCB，您每年必须报税，即使是您在当年没有收入。您的配偶或普通法伴侣 (common-law partner) 也必须每年报税。根据家庭收入状况，您也许有资格同时获得这两项补贴。

安省儿童看护补助项目：如果您的子女未满 13 岁，或未满 18 岁但有特殊需求，您就可以申请该补助。符合以下条件的家庭，可以获得该补助：

- 子女参加持证儿童看护项目；或
- 子女为学龄儿童，并参加经批准的娱乐项目；或
- 子女参加直接由教育局主办的上学前或放学后的项目

务必要提早规划。您可以致电 311，将孩子的名字登记在等候名单上；这些名额先到先得。登记在等候名单上后，要确保您的联络信息完全准确，若有变更要及时更新。一旦轮到了您，您就会接到电话，要求出席一次会议来评估您的补贴资格，并确定补贴费用。

提出正确的问题，这将便于您找到适合自身需求的看护服务！

教育厅的网站上列出了一些可能对您有帮助的问题（有多种语言版本）：

<https://www.ontario.ca/document/questions-ask-child-care-provider>



安置专员也能帮助您申请儿童看护补贴。St. James Town 社区角（电话：416-964-6657）和 Sherbourne 健康中心（电话：416-324-4180）均配有安置专员，可为您提供服务。

改编自：安省教育厅网站 <http://www.edu.gov.on.ca/childcare/>，以及加拿大税务局网站 <http://www.cra-arc.gc.ca/benefits/>。



永久居民体检与医生名录

(Medical Exam for Permanent Residents and List of Doctors)

多伦多欢迎您 • 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

这是什么体检？

这是一项全面的身体检查，医生会检查您目前的健康状况，也会了解您过去所患的疾病、治疗经历等。医生可能还会让您抽血或拍摄 X 光胸片。检查结果将直接送往移民局办公室。

哪些人可以为我进行体检？

只有在政府规定名单上的医生才有资格进行移民体检。您自己的医生不具备这一资格。

体检时需要携带什么？

您必须带好：

1. 正确的身份证明 – 至少一份带有照片和签名的证件（护照、驾照、国民身份证等）
2. 框架眼镜或隐形眼镜（如果您平时佩戴）
3. 关于当前或过去医疗 / 健康状况的医疗报告或测试结果
4. 只有在提交移民申请之前进行体检的情况下，才需要携带医疗报告表（IMM 1017E）。这份报告表是由移民局办公室寄给您的。

* 您可能需要带 4 张近期照片。请事先联系医生确认。

体检是否需要付费？

是的，需要您当场付费。

体检结果的有效期是多久？

12 个月。如果您在这 12 个月中没有登陆加拿大，可能需要重新接受体检。

我如何获得体检结果副本？

您可以现场询问医生。约诊结束后，您便无法再从诊所获得体检结果的副本。

我应该到哪里找医生？

请查阅下一页上的医生名录及联系方式。

如果距您最近的医生依然在 250 公里或 4 小时车程之外，请拨打移民、难民及公民部（IRCC）的客服中心电话：1-888-242-2100，了解如何获得以您的语言提供的体检服务。



指定体检医生并不能根据您的体检结果作出最后裁定。如果体检结果显示有问题，移民局工作人员会以书面方式与您联系。

永久居民体检与医生名录

(Medical Exam for Permanent Residents and List of Doctors)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

区域	姓名	地址	电话 / 网站	语言
多伦多	Elliott Cantor	<u>Dr Elliott Cantor Medicine Professional Corporation</u> 100 Richmond Street West, Suite 425, ON, M5H 3K6	416-360-1799	英语 法语
	Gabor Lantos	<u>Medisys Corp Health LP</u> 3280 Bloor Street West Centre Tower, 8th Floor, Suite 802, ON, M8X 2X3	(416) 926-2698	英语
	Richard Chan	741 Broadview Ave, ground floor, ON, M4K 3Y3	416-463-2438	粤语 英语 普通话 上海话
	Martin Taylor	<u>Medisys Corp Health LP</u> 3280 Bloor Street West Centre Tower, 8th Floor Suite 802, ON, M8X 2X3	416-926-2698	英语
	Lyndon F. Mascarenh-as	<u>Clairhurst Medical Centre</u> 1466 Bathurst Street (at St. Clair), Suite 305, ON, M5R 3S3	416-960-1014 www.visadoctor .ca	英语 葡萄牙语 西班牙语
士嘉堡	Dharmavathy Jegatheeswaran	<u>Medical Practice Dr Jegatheeswaran's Office</u> 3852 Finch Ave, Suite 301, ON, M1T 3T9	416-298-9956	英语 僧伽罗语 泰米尔语
	Sandra Isaac	<u>Boniface Park Medical Centre</u> 700 Markham Road Unit #7, ON, M1H 2A7	416-264-3443	英语 法语 西班牙语
	Ann Tsang	<u>Dr Ann Tsang Medicine Professional Corp</u> 4002 Sheppard Ave East, Suite 218, ON, M1S 1S6 clinic.979999@gmail.com	416-902-5033 416-497-1990 www.ATCC doctors.ca.	粤语 英语 普通话
北约克	Jason Y.S. Tsai	<u>Dr Jason Tsai</u> 3555 Don Mills Rd, Suite 202, Skymark Plaza, ON, M2H 3N3	416-493-9511	英语 闽南语 普通话
	Elizabeth Chiu	<u>Dr Elizabeth Chiu Clinic</u> 701 Sheppard Ave East, Suite 306, ON, M2K 2Z3	416-497-9797	粤语 英语 普通话
怡陶碧谷	Emily Kulmann	<u>JCKMED</u> 666 Burnhamthorpe Rd, Suite 202, ON, M9C 2Z4	416-622-0933 www.panel physiciantoronto.ca	英语

请访问以下网址了解更多信息: <http://www.cic.gc.ca/english/information/medical/index.asp>

Updated: June 2019 - Simplified Chinese

For the most up-to-date version of this package, and for other languages, please visit:

<https://sherbourne.on.ca/primary-family-health-care/newcomer-health/>

就业服务

(Employment Services)

多伦多欢迎您 · 新移民指南

(Welcome to Toronto Package)

在多伦多求职并非易事。加拿大联邦政府设立了一个工作库网站，您可以在其中搜索各省份的工作岗位：www.jobbank.gc.ca

绝大多数就业服务机构都能在以下方面为您提供帮助：

- 职业规划
- 求职指导
- 撰写简历和求职信
- 讲解面试技巧
- 求职社交技巧
- 了解各种职业的相关知识
- 项目转介
- 教育与培训项目
- 金融理财知识
- 留职支持
- 劳动力市场相关信息
- 社区教育资源转介
- 提升工作经验
- 志愿者安置
- 自雇与创业
- 使用电脑
- 接入互联网、使用 MS Office 打印机
- 扫描仪、传真机、复印机和电话机
- 培训班和社区机构宣讲会
- 求职招聘会和社区资源的相关信息
- 第二职业培训项目（**Second Career Program**）- 为希望转行的求职者提供技能培训和经济支

绝大多数就业服务机构都会要求您登记注册。今后，如果您想要使用其他机构的服务，就需要将您在已登记注册机构的档案关闭。所以，选择一家最适合您需求的就业服务机构是非常重要的。您也可以询问工作人员，了解他们是否允许您同时在多家就业服务机构登记注册。

想了解您所选职业的就业市场情况吗？

如果您有计划转行，或希望了解就业前景，可以访问以下网站并搜索“labour market trends”（劳动力市场趋势）：<http://www.tcu.gov.on.ca/eng/labourmarket/>



了解您在工作场所的权利，以便保护自己！工人维权中心（Worker's Action Centre）编写了一系列宣传资料和手册（有多语种版本），帮助您了解自己的权利和安省劳动法。请访问以下网站了解详情：<http://www.workersactioncentre.org/know-your-rights/>



就业服务

(Employment Services)

多伦多欢迎您 · 新移民指南

(Welcome to Toronto Package)

以下是 Sherbourne 健康中心附近的一些求职就业服务机构：

机构	联系方式
教育与培训中心 (Centre for Education and Training) 595 Parliament Street 一楼	416-964-9797 www.tcet.com 周一至周五 上午 9 时至下午 4 时
Dixon Hall 就业服务中心 (Dixon Hall Employment Services Centre) 489 Queen St East # 300	416-956-4949 www.dixonhall.org 周一至周五 上午 10 时至下午 5 时
Fred Victor 就业与培训服务 (Fred Victor Employment and Training) 248 Queen St East	416-364-8986 www.fredvictor.org/employment_training 周一 上午 10 时至下午 4 时 (需预约) 周二至周五 上午 10 时至下午 5 时
JVS 就业服务中心 (JVS Employment Source Toronto Centre) 416-929-4331 184 Front St. East, Suite 203	416-929-4331 www.jvstoronto.org 周一至周五 上午 9 时至下午 5 时
Times Change 女性就业服务 (Times Change Women's Employment) 365 Bloor St E, Suite 1003	416- 927-1900 www.timeschange.org 周一至周四 上午 9 时至下午 5 时, 周五 上午 9 时至下午 2:30
Wellesley Place 多伦多就业与社会服务* 111 Wellesley St. East	416-392-3430 www.toronto.ca/socialservices/index.htm 周一、周二、周五 上午 8:30 至下午 4:30 周三、周四 上午 8:30 至下午 6 时
Yonge Street Mission 就业服务 (Yonge Street Mission Employment Services) ** 306 Gerrard St E	416-929-9614 www.ysm.ca 周一至周五 上午 9 时至下午 5 时
	416-964-6657 社区角 (200 Wellesley) 周一 下午 1 时至 4 时

* Wellesley Place 还向符合条件的人士发放月度补助金，并提供就业援助

** Yonge Street Mission 开设了一家名为“Double Take”的旧货商店，能为难以找到常规工作的社区成员提供第一次就业机会和培训。他们还提供其他志愿服务的机会，比如聘请年轻人担任实习生、健身指导和营地辅导，这为一部分人提供了工作机会；女性也可以获得餐饮供应方面的工作经验和技能。



精神健康

(Mental Health)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

精神健康是整体身心健康的一个重要组成部分。它包括您在情感、心理和社交等方面的健康。精神健康与否，会影响一个人的思考、感受和行为方式。在人生的任何一个阶段——从儿童期到青春期，再到整个成人阶段——保持精神健康都至关重要。

在多伦多，有各种不同的精神健康项目、团体和讲习班，其中部分是免费服务，其他则需收费。通常来说，只要您有需求，这些服务都能以不同的语言来提供。

- 您可以与辅导师约诊，让他 / 她帮助您应对各种问题，例如家庭冲突、压力、哀痛、抑郁、焦虑、人际关系问题、虐待等等
- 部分服务机构的约诊等待时间可长达数月
- 少数几家服务机构提供当日看诊，也叫作“无预约辅导服务”（您无需事先预约）

以下列出了多伦多提供**免费**无预约辅导服务的机构。

我们建议您事先致电这些机构，确保这项服务仍有提供：

机构（无预约服务的日期和时间）	联系方式
Sherbourne 健康中心 (周二下午) 从中午开始可登记注册；名额有限	416-324-4100 分机 5310 333 Sherbourne St., Toronto
St. James Town 社区角 （周一至周三）	416-964-6657 200 Wellesley St., Toronto
多伦多家庭服务 (Family Services Toronto) (周三)	416-595-9230 202-128A Sterling Rd, Toronto
Woodgreen 社区服务 (Woodgreen Community Services) (周三)	416-645-6000 分机 1100 815 Danforth Ave, Suite 20, Toronto
What's up 无预约服务 – 服务对象为青少年及其家庭 (每周六天，时间不定) - 大多伦多东部青少年服务 (East Metro Youth Services) (士嘉堡) - Youthlink (士嘉堡) - Skylark (多伦多) - Yorktown 家庭服务 (多伦多) - Griffin Centre (Toronto) - 怡陶碧谷儿童中心 (Etobicoke Children's Centre) (怡陶碧谷)	多处办公地点 416-438-3697 - 1200 Markham Road, Suite 200 416-967-1773 - 747 Warden Ave 416-395-0660 - 65 Wellesley St East, Suite 500 416-394-2424 - 2010 Eglinton Ave W, Suite 300 416-222-4380 - 1126 Finch Ave W, Unit 16 416-240-1111 - 2267 Islington Ave
Oolagen 青少年精神健康服务 (周一至周五)	416-395-0660 地址: 65 Wellesley St E, #500, Toronto
多伦多 AIDS 委员会 (AIDS Committee of Toronto) 服务对象: HIV 携带者或受到 HIV 影响的人士 (周一至周五，时间不定)	416-340-2437 543 Yonge St, 4th floor, Toronto

更多精神健康服务热线和其他机构的电话：

- 多伦多 211 帮助热线：拨打 211*或访问 www.211toronto.ca
- Fred Victor: 416-482-4103 分机 316
- 精神健康服务信息: 1-866-531-2600

*只需拨打这三（3）位号码即可

请访问以下网站，了解更多内容：<http://www.ementalhealth.ca>



紧急情况与危机服务 (Emergency and Crisis Services)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

如遇紧急情况，请用任意电话拨打 **911**，联系警方、消防或救护车，
或前往距您最近的医院急诊室

紧急庇护所：

如果您暂时找不到住处或付不起房租，可以拨打 311*或中央受理专线（电话：416-338-4766 或 1-877-338-3398）寻求临时住所。您将获得临时住所的相关信息。有面向单身人士、青少年、家庭以及逃离虐待或家庭暴力人士的紧急避难所。

危机热线：

如果您感到抑郁、有自杀的念头、受到了伤害 / 侵害或是不知从何处获得帮助，可以拨打以下任意一条危机热线：

如遇紧急情况，请拨打 911 联系警方、消防或救护车	
成瘾与精神健康中心（Centre for Addiction and Mental Health, 简称 CAMH）	416-979-6885
Gerstein 中心	416-929-5200
危急中心（Distress Centre）	416-408-4357
受侵害妇女帮助热线（Assaulted Women's Helpline）	416-863-0511
受害者服务处（Victim Services）	416-808-7066
多伦多强暴危机中心（Toronto Rape Crisis Centre）	416-597-8808
儿童帮助热线（Kids Help Phone）	1-800-668-6868
LGBT 青少年辅导热线（LGBT Youthline）	1-800-268-9688
跨性别人士援助热线（Trans Lifeline）	1-877-330-6366
安省精神健康帮助热线（Ontario Mental Health Helpline）	1-866-531-2600
安省药物与酒精成瘾帮助热线（Ontario Drug & Alcohol Helpline）	1-800-565-8603
安省赌博成瘾帮助热线（Ontario Problem Gambling Helpline）	1-888-230-3505
多伦多长者援助热线（Toronto Seniors Helpline）	416-217-2077

其他有用的电话号码（非紧急服务）：

警方非紧急服务电话：416-808- 2222

市政府与当地政府服务热线：311*

社区资源与服务热线：211*或 416-397-4636

获取食物：

如果您无力购买食物，可以通过全市各地非营利机构开展的“食物银行”（food bank）项目免费获得食物。您可以拨打 211 帮助热线*或访问 www.211toronto.ca，了解距您最近的食物银行项目。如果您希望了解距您最近的廉价食品购买店铺或机构，可拨打食品连结（FoodLink）的热线电话：416-392-6655。

距 Sherbourne 最近的食物银行是位于圣卢克联合教会（Saint Luke's United Church）的 Allan Gardens 食物银行，地址：353 Sherbourne St, Toronto, ON M5A 2S3。电话：416-924-9619

*只需拨打这三（3）位号码即可



社会援助项目
(Social Assistance Programs)
多伦多欢迎您·新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

如果您是居住在安省的低收入人士，您也许能通过以下项目获得经济援助：

安省援助金 (Ontario Works, 简称 OW) :

该项目由市府或当地 (镇 / 市) 政府运作管理，有些人将其称为福利金。



安省残障援助计划 (Ontario Disability Support Program, 简称 ODSP) :

该项目服务的是患有严重生理或心理疾病的人士，由安省社区与社会服务厅运作管理，有些人将其称为残障补贴。

安省药物补贴项目 (Ontario Drug Benefit Program, 简称 ODB) :

ODB 可为 65 岁以上长者、居住在长期护理中心的人士或正在领取 OW 或 ODSP 的人士支付绝大多数处方药的费用。持有效 OHIP 卡的人士，方有资格获得 ODB 补贴。请向您的医生或药剂师咨询更多信息。

安省延龄草药物计划 (Trillium Drug Program) :

服务对象是处方药开销达到或超过家庭税后年收入 3-4% 的人士。持有效 OHIP 卡且未领取 ODB 补贴的人士，方有资格参与该计划。请向您的医生或药剂师咨询更多信息。

申请 OW 或 ODSP 时需要考虑的事项:

OW 和 ODSP 都会向受助人发放一定数额的钱款，作为对其基本生活开销 (食物、住房等) 的援助。部分人士可获得更多补贴，来支付他们特殊饮食需求与其他开支，例如前往医疗约诊的交通费用。

上述补助项目的申请均包括若干步骤，您也需要提供材料来证明您符合领取补贴的要求。多家社会服务机构的工作人员 (例如安置专员和个案经理) 都能帮您进行申请和/或上诉。如果您想直接申请，请致电 Service Ontario 并告知您的邮编，了解距您最近的办事处在哪里：

免费电话：1-800-267-8097 (听障电话：1-800-268-7095)

多伦多地区：416-326-1234 (听障电话：416-325-3408)

如果您有条件上网，也可以登录 www.ontario.ca/socialassistance 并查阅 Ontario Works 版块下的内容，您或许可以直接开始在线申请。

您也可拨打 211 帮助热线*，查找能帮助您进行申请的服务机构。

改编自：安省社区法律教育组织编写的《需要领取福利？如何申请安省援助金》(Need Welfare? How to apply to Ontario Works) 宣传册。



在多伦多寻找住房 (Finding Housing in Toronto) 多伦多欢迎您·新移民指南 (Welcome to Toronto Package)

安置专员可以帮助您寻找住房。让他们帮忙可能会更有效率。此外，房东也会将租赁信息或广告发布在很多人气颇高的网站上。

Viewit.ca	Kijiji.ca	Craigslist.ca	Gottarent.ca	TorontoRentals.com
查阅信报箱刊物，了解 4Rent.ca 或其他资源上刊登的租房信息。				

您的法定权利和义务：

如果您要在多伦多寻找住房，请留意相关重要的法律法规，它们能够保护您的权益。请务必在完全理解租赁协议（租约）后再与房东签约，了解《住宅租赁法案》（2006）中规定的租客权利和义务也非常重要。您可以在以下网站找到《住宅租赁法案》（The Residential Tenancies Act，简称 RTA）

www.ontario.ca/laws/statute/06r17。

如果您认为房东没有依照 RTA 行事并有违法行为（例如非法向您收取定金或对您有歧视），有多家组织可以免费为您提供建议和法律援助。

以下是一些有用的网站和电话号码：

www1.toronto.ca/housinghub	www.settlement.org	www.equalityrights.org
www.ontariotenants.ca	www.stepstojustice.ca	www.tenantsrights.ca
www.cleo.on.ca （安省社区法律教育）		

或拨打电话：

多伦多住房中心租户信息热线（Toronto Housing Hub Tenant Information Hotline）	416-921-9494
房东与租户委员会（Landlord and Tenant Board）的客服电话	416-645-8080
住宅平权中心（Centre for Equality Rights in Accommodation）	416-944-0087 分机 22

经济援助：

经济状况不佳的人士，可能有资格获得来自不同项目的一些援助。这些项目包括：

- 来自租金银行（Rent Bank）的协助
- 安省电力支援项目（Ontario Electricity Support Program）
- 获得家具银行（Furniture Bank）的服务
- 住房补助申请
- 二手（旧货）商店的相关信息

如需了解您是否有资格加入以上任意一个项目，或了解其他您可能符合条件的项目，请拨打多伦多住房中心租户热线 416-921-9494，或致电多伦多 211 帮助热线（在任意电话上拨出 211 即可），也可以与安置服务组织联系。

在多伦多置业：

如果您计划在多伦多市内或周边地区置业，我们建议您请一位持牌地产经纪来帮助您。买家无需支付地产经纪费用，卖家会支付您的地产经纪费。请访问 www.trebhome.com 了解更多信息，或登录 www.realtor.ca 搜索地产经纪。

改编自：www.settlement.org 和 www.cleo.on.ca



收费低廉的口腔科服务
(Low-Cost Dental Services)
 多伦多欢迎您 · 新移民指南
 (Welcome to Toronto Package)

多伦多有数家收费较低的口腔科诊所，详见下表。

姓名	地址	电话	备注
Queen West - 多伦多中央社区健康中心 (Central Toronto Community Health Centre)	168 Bathurst St., Toronto, ON M5V 2R4	416-703-8481	<ul style="list-style-type: none"> 面向青少年和成人的口腔科服务 (不限管片区域)
多伦多大学口腔医学部	101 Elm St., Toronto, ON M5G 1G6	416-979-4927, 416-979-4925 分机 4319 416-979-4931 分机 4351	<ul style="list-style-type: none"> 每年九月至次年六月开放 成人诊所、儿童 (口腔) 诊所和正畸 (牙齿矫正) 诊所 请访问以下网址, 获取转介表: https://patients.dentistry.utoronto.ca/referrals
乔治布朗学院 Wave 口腔诊所	51 Dockside Drive, 3rd Floor Toronto, ON M5A 1B6	416-415-4547	<ul style="list-style-type: none"> 服务包括洁齿、小范围填充、假牙制作等, 价格低廉
Regent Park 社区中心	465 Dundas St. E., Toronto, ON M5A 2B2	416-364-7019	<ul style="list-style-type: none"> 服务对象为所有多伦多居民
志愿者城市口腔诊所 (Volunteer Urban Dental Clinic)	3000 Lawrence Ave E, Building A, 二楼 Toronto, ON M1P 2V1	416-289-4349	<ul style="list-style-type: none"> 服务对象为青少年和低收入成人 为没有牙科保险的低收入成年人提供紧急口腔医疗护理

免费口腔科服务:

多伦多公共卫生局 (TPH) 开设免费口腔诊所, 向符合条件的少年儿童 (0-17 岁)、加入部分 TPH 项目的成年人和长者 (65 岁及以上) 提供服务。

您必须亲自前往多伦多公共卫生局口腔诊所接受评估, 届时您将需要携带文件材料, 以便确定您是否符合条件。具体需要哪些文件材料则因人而异, 所以请务必先**电话咨询**。预约电话: **416-338-7600**。

多伦多公共卫生局诊所的工作人员能说多种语言, 将由他们协助评估您的资格。



安置服务

(Settlement Services)

多伦多欢迎您 · 新移民指南
(Welcome to Toronto Package)

加拿大的重新安置 (re-settlement) 流程有时会让人望而生畏。其实, 有特别的安置服务机构能帮助您寻找所需的各方面信息, 例如住房、求职、子女入学、移民或入籍申请等等。

多伦多各地的多家组织均提供安置服务。安置专员会说多种语言。他们也在小学和中学开展工作。

安置专员还能帮助您和家人:

- 填写表格、撰写申请文件 (例如社会补助、移民、日间儿童看护、健康保险、收入所得税等)
- 联系专业医护等重要服务
- 了解您孩子所受教育的体系
- 寻找社区中的志愿服务机会
- 联系法律服务
- 报名语言学习班, 等等等等!

您可以通过以下方式查找附近的安置专员:

- 以下网站列出了安省境内 129 家不同的安置服务机构:
<https://www.ontario.ca/page/services-newcomers-and-refugees>
- 拨打 211 帮助热线*或 1-888-340-1001 (听障电话), 在多伦多地区查找您附近安置服务, 这两条热线全天 24 小时开通并且全年无休。

St. James Town 和周边地区的部分安置服务

组织	地址和联系方式
Sherbourne 健康中心	333 Sherbourne Street 周一 下午 1 时至 5 时 电话: 416-324-4180
邻里团体 (The Neighbourhood Organization)	社区角 200 Wellesley Street East 周一至周六 电话: 416-964-6657
	10 Gateway Blvd., Suite 104 周一至周五 上午 9 时至下午 5 时 电话: 416-424-2900
Culturelink	Rose Avenue 公立学校 电话: 647-406-5057 (英语、乌尔都语、孟加拉语、印地语) 电话: 647-468-3378 (英语、阿拉伯语)
Access Alliance 多元文化社区服务	340 College St., Ste. 500 电话: 416-324-8677
	3079 Danforth Avenue 电话: 416-693-8677



喜欢在网上搜索信息? 您可以访问 <http://settlement.org/findhelp/ontario/toronto>, 查找所需的各种安置服务的信息, 包括住房援助、求职、英语学习班等方面。相信这个网站会对您很有帮助。

租户/租客保险

(Tenant/ Renter's Insurance)

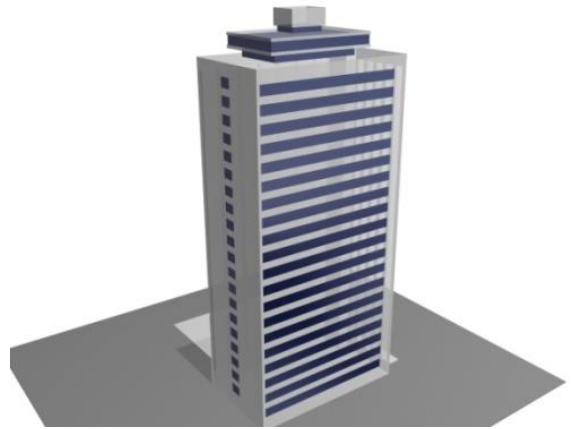
多伦多欢迎您 新移民指南

(Welcome to Toronto Package)

保险：在加拿大，您可以购买多种保险。保险是一种抵御各类损失的服务。您可以向保险公司或理购买保险，他们会就具体损失、伤害、疾病或死亡（例如人身保险）向您进行退款（例如对您进行赔偿）或赔付。租户保险就是您在迁入租住单位前可以购买的一种保险。

什么是租户/租客保险？

- 租户保险和租客保险是同一种保险。
- 租户保险不同于房东购买的保险。前者用于承保您公寓内的物品损坏；后者只针对房屋本身，不会对您的物品承保。例如，当有物品损坏而您事先购买了租户保险，您就可以获得理赔，用于支付维修费用。
- 租户保险还可以对您住处内个人物品的价值（例如电子产品、珠宝、衣物）进行承保，以防意外情况发生，例如被盗、火灾、洪水/漏水造成的损害。
- 不同的保险方案可以承保具体类型的损失（例如只针对个人物品的损失），或者对任何损失（例如租住单位的任何损坏）进行赔付。



租户保险的费用

- 保险的月费各有差异，您可以按年度支付。
- 费用取决于以下因素：您需要的承保额，居住位置，单位或公寓的建造方式，您的保险公司和/或您的索赔历史*。
- 基本保险方案的月费可能低至每月 20 加元以下
- 购买前请务必询问租户保险涵盖哪些承保事项。



您是互联网爱用者吗？

您可以访问该网站 <http://www.ibc.ca/ns/insurance-101/buying-tips>，了解在购买保险之前应询问哪些关键问题。

* 保险索赔就是您向保险公司就某类型的损失所提出的正式索偿请求

租户/租客保险

(Tenant/ Renter's Insurance)

多伦多欢迎您 新移民指南

(Welcome to Toronto Package)

租户保险的有效期

- 租户保险的承保时间范围一直持续至您取消为止，即租约到期为止

应前往何处购买租户保险？

- 谷歌搜索
- 可以访问该网站查看保险清单：<https://www.lowestrates.ca/insurance/auto/ontario>
- 一些大银行都有租户保险业务。例如：TD（加拿大道明银行）、CIBC（加拿大帝国商业银行）、RBC（加拿大皇家银行）、BMO（蒙特利尔银行）。
- 务必货比三家，自己事先做好功课！

租户保险是否有必要？

- 房东通常会要求您事先购买租户保险，然后才可以入住。

什么是免赔额？

- 保险公司进行赔付（向您赔偿/理赔）前您同意自行支付的金额。

要进一步了解租户保险，您可以立即前往以下地点与安置顾问进行预约：

St. James Town Community Corner（St. James 市镇社区角）电话：416-964-6657；

Sherbourne Health Centre（Sherbourne 健康中心）电话：416-324-4180。



如果您符合安省援助金（Ontario Works, OW）或安省残障援助计划（Ontario Disability Support Program, ODSP）的资格，两项补助可能已经涵盖租户保险。详情请联系专员或致电 OW（416-325-6203）或 ODSP（416-326-3344）。