



Chương trình homestay cho nhóm sinh viên

Chào mừng bạn đến với Úc! AHN hy vọng bạn sẽ có một trải nghiệm homestay ý nghĩa, bổ ích và đáng nhớ, dù thời gian lưu trú cùng gia đình chủ nhà chỉ trong một khoảng thời gian ngắn. Hãy đọc tiếp các thông tin bên dưới để biết cách chuẩn bị cho kỳ lưu trú của mình và tận dụng tối đa những cơ hội mà chương trình homestay mang lại.

AHN sẽ sắp xếp cho bạn một gia đình chủ nhà phù hợp nhất, nhưng bạn cũng cần linh hoạt đối với một số yếu tố như:

- Khoảng cách từ nhà đến trường.
 - Thời gian di chuyển bằng phương tiện công cộng có thể lên đến 1 tiếng.
 - Phần lớn các gia đình homestay sống cách xa trung tâm thành phố.
- Loại hình nhà ở, ví dụ: nhà riêng, nhà phố, căn hộ.
- Thông tin nhân khẩu của chủ nhà, ví dụ: tuổi tác, cấu trúc gia đình, lý lịch, xuất thân, v.v.
- Sống cùng con cái.
 - Trẻ em trên 8 tuổi được tính là người lớn.

Thú cưng

- Nhiều gia đình Úc nuôi thú cưng (chó, mèo và chim là phổ biến nhất).
- Bạn có thể ghi rõ trong hồ sơ nếu mình bị dị ứng với thú cưng hoặc sợ hãi khi ở cùng thú cưng.
- Số lượng sinh viên ở cùng mỗi gia đình.
- Quốc tịch của các sinh viên trong cùng một gia đình có thể khác nhau.
- Khi nào bạn sẽ nhận được thông tin về gia đình chủ nhà.
 - Những thông tin này thường được gửi 2 tuần trước ngày bạn đến.
 - Nếu đặt chỗ quá sớm, có thể gặp tình trạng chủ nhà sẽ thay đổi vì có việc đột xuất không lường trước được.
- Yêu cầu chuyển đến nhà khác chỉ được xem xét khi có lý do chính đáng.
- Vui lòng dành thời gian đọc Chính sách hoàn tiền của AHN, có thể xem tại ahnhomestay.co/refund-policy.



Gia đình ở Úc thường như thế nào?

- Gia đình ở Úc có nhiều thể hệ khác nhau. Một gia đình có thể bao gồm:
 - Ba, mẹ và các con
 - Một cặp vợ chồng trẻ
 - Một người đàn ông hoặc phụ nữ độc thân
 - Ông bà
 - Những người đã nghỉ hưu
 - Một người mẹ hoặc người cha đơn thân và các con của họ
- Đa số chủ nhà có độ tuổi từ 35 đến 65.



- Úc là một quốc gia đa dạng về văn hóa, chủ nhà đến từ các nền văn hóa khác nhau. Chủ nhà cũng có nhiều hoàn cảnh khác nhau và có những sở thích và đam mê riêng.
- Ngay cả khi chủ nhà không sinh ra ở Úc, họ vẫn nói tiếng Anh trong nhà và hỗ trợ sinh viên cải thiện kỹ năng tiếng Anh của mình.
- AHN không phân biệt đối xử dựa trên tôn giáo, dân tộc hoặc giới tính của chủ nhà.

Đồ ăn

- Gia đình chủ nhà sẽ chuẩn bị các bữa ăn cho bạn dựa trên gói dịch vụ homestay mà bạn đã chọn.
- Bạn hãy đón nhận và trải nghiệm ẩm thực Úc ngay cả khi đó là món ăn lạ.
 - Bạn hãy chia sẻ với chủ nhà về những món ăn bạn yêu thích hoặc món ăn bạn muốn thử.
- Một bữa ăn đầy đủ thường sẽ được cung cấp theo khẩu phần.
 - Chủ nhà có thể cung cấp thêm thức ăn nếu có sẵn, tuy nhiên, họ không bắt buộc phải chuẩn bị thêm.
- Bạn nên chia sẻ với chủ nhà nếu bạn dị ứng với bất kỳ loại thực phẩm nào ngay khi đến nơi.



Thức ăn (tiếp theo)

Bữa sáng

- Các món ăn sáng thường bao gồm bánh mì nướng, ngũ cốc, trái cây và sữa chua cùng nước ép, trà hoặc cà phê.
- Chủ nhà sẽ cung cấp thực phẩm và bạn sẽ tự chuẩn bị bữa sáng.
- Người Úc thường ăn sáng với các món ăn nguội, nhưng có thể có món nóng trong những dịp đặc biệt.

Bữa trưa

- Bữa trưa thường bao gồm sandwich hoặc bánh cuộn với các loại nhân như thịt, rau xà lách, phô mai, cà chua, salad, v.v., kèm theo trái cây, bánh quy hoặc khoai tây chiên, v.v. Đồ ăn còn dư từ bữa tối hôm trước cũng có thể được dùng cho bữa trưa hôm sau.
- Chủ nhà sẽ chuẩn bị bữa trưa cho bạn hoặc cung cấp thực phẩm để bạn tự chuẩn bị.
- Bữa trưa thường sẽ là món nguội.

Bữa tối

- Bữa tối là bữa chính, có thể bao gồm một phần thịt hoặc các loại protein khác như gà, cá, trứng, v.v., cùng với rau hoặc cơm, mì ống hoặc bún.
- Chủ nhà có thể sẽ cung cấp cho bạn thêm món tráng miệng nếu những người khác trong nhà cũng dùng món tráng miệng.

Trái cây

- Chủ nhà có thể cũng cấp cho bạn 2 lát trái cây mỗi ngày, chẳng hạn như cam, táo, chuối và các loại trái cây theo mùa khác.

Thức ăn không bao gồm

- Bánh kẹo, thanh ngũ cốc, nước ngọt và các loại đồ ăn vặt khác. Bạn sẽ phải tự mua những thứ này.
- Vui lòng không tự ý lấy thức ăn của chủ nhà.
- Nếu bạn cần thêm thức ăn hoặc muốn các món khác, bạn phải tự mua.

Homestay của bạn

Thời gian di chuyển

- Điều này sẽ phụ thuộc vào từng thành phố vì mỗi thành phố sẽ khác nhau.
- Thời gian di chuyển tối đa từ homestay của bạn đến trường học sẽ là 1 giờ nếu đi bằng phương tiện công cộng.

An toàn

- Homestay của bạn sạch sẽ, an toàn, bảo mật, được bảo trì tốt, tuân thủ các quy định về xây dựng và không đang trong quá trình sửa chữa.

Phòng riêng có nội thất

- Phòng sạch sẽ, thoải mái với giường và chăn ga gối đệm (gối, chăn bông, ga trải giường), bàn học, ghế, đèn chiếu sáng và tủ để quần áo.
- Nhiệt độ trong phòng nên ở mức mát/ấm để chịu tùy theo mùa.
- Không phải homestay nào cũng có máy điều hòa và/hoặc máy sưởi, nhưng nếu có, bạn nên sử dụng một cách tiết kiệm và tắt vào ban đêm cũng như khi ra ngoài. Bạn có thể hỏi chủ nhà xem có quạt để làm mát hoặc thêm chăn nếu thấy lạnh.
- Không được mang đồ ăn hoặc thức uống vào phòng ngủ (nước lọc thì được mang vào).
- Chủ nhà có thể yêu cầu bạn thay ga trải giường mỗi tuần.
- Vui lòng giữ phòng gọn gàng và sạch sẽ trước khi trả phòng.

Không gian và tiện nghi dùng chung

- Bạn sẽ được sử dụng đầy đủ các khu vực chung như nhà bếp, phòng khách, phòng giặt và sân vườn.
- Nếu bạn không chắc chắn về cách sử dụng bất kỳ thiết bị nào, vui lòng hỏi chủ nhà, ví dụ như lò vi sóng, máy giặt, máy điều hòa, hệ thống âm thanh, v.v.
- Nếu bạn trên 18 tuổi, bạn sẽ tự sử dụng máy giặt để giặt quần áo 1-2 lần một tuần.
- Giữ gìn không gian chung sạch sẽ sau khi sử dụng và chú ý đến tiếng ồn (đặc biệt là vào ban đêm).



Phòng tắm

- Có thể là phòng tắm riêng hoặc dùng chung với gia đình. Phòng tắm luôn có khóa.
- Khăn tắm, giấy vệ sinh và các dụng cụ vệ sinh nhà tắm sẽ được chủ nhà cung cấp.
- Bạn tự chuẩn bị đồ dùng vệ sinh cá nhân (dầu gội, xà phòng, kem đánh răng, v.v.).
- Thời gian tắm nên giới hạn trong khoảng 5-10 phút vì hóa đơn nước ở Úc khá đắt.
- Nên tắm vào giờ hợp lý - không nên tắm sau 10 giờ tối hoặc trước 6 giờ sáng. Nếu bạn muốn tắm trước 6 giờ sáng hoặc sau 10 giờ tối, bạn cần thỏa thuận với chủ nhà.

Tiện ích và internet

- Phí homestay đã bao gồm tiền nước, điện và gas.
- Phí homestay cũng bao gồm internet cho sinh viên.
 - Việc sử dụng internet chỉ dành cho mục đích học tập, KHÔNG được dùng để tải nhạc, chương trình truyền hình, phim hoặc chơi game vì có thể vượt quá giới hạn dung lượng.



Nội quy ở Homestay

- Điều quan trọng là bạn phải lắng nghe hướng dẫn và các quy tắc của chủ nhà vì đây là những yếu tố cần thiết để duy trì một môi trường sống hài hòa trong suốt thời gian bạn ở.
- Vui lòng đọc kỹ hướng dẫn về nội quy nhà ở dành cho sinh viên, có thể tìm thấy tại homestaynetwork.org/houserulestemplate.
- Chủ nhà cũng có thể có những quy định riêng, và những quy định này sẽ được thảo luận khi bạn đến nơi.

Côn trùng và động vật hoang dã

- Việc bắt gặp côn trùng, sâu bọ và động vật hoang dã xung quanh nhà là điều thường gặp, TUY NHIÊN hầu hết chúng đều vô hại và có thể dễ dàng xử lý.
- Hãy báo cho chủ nhà nếu bạn nhìn thấy bất kỳ côn trùng hoặc động vật hoang dã nào, họ sẽ giúp bạn loại bỏ chúng.

Giao tiếp với gia đình chủ nhà

Nói tiếng Anh ở nhà

- Ngay cả khi bạn không tự tin về khả năng tiếng Anh của mình, đừng ngại giao tiếp với gia đình chủ nhà.
- Việc nói tiếng Anh ở nhà là một cách tuyệt vời để cải thiện kỹ năng ngôn ngữ của bạn.
- Nếu bạn không hiểu điều gì đó, bạn hãy hỏi lại chủ nhà.
- Tất cả các gia đình chủ nhà của AHN đều được đào tạo và nhiều người trong số họ đã có kinh nghiệm đón tiếp sinh viên quốc tế trước đây. Họ sẽ rất kiên nhẫn và thấu hiểu.

Giao tiếp hiệu quả

- Việc giao tiếp rõ ràng với gia đình chủ nhà sẽ giúp bạn có một trải nghiệm ở homestay tuyệt vời.

Dưới đây là một số bí quyết để giao tiếp hiệu quả:

Hãy chia sẻ những nhu cầu và lo lắng của bạn

- Nếu có điều gì làm bạn khó chịu hoặc bạn cần điều gì đó để cảm thấy thoải mái hơn, đừng ngần ngại nói với chủ nhà của bạn.

Hãy tỏ ra tôn trọng và biết ơn

- Thể hiện sự tôn trọng và lòng biết ơn đối với chủ nhà sẽ giúp củng cố mối quan hệ và góp phần tạo nên một bầu không khí tích cực.

Giao tiếp rõ ràng

- Khi thảo luận về kế hoạch, sở thích hoặc bất kỳ thay đổi nào trong lịch trình của bạn, hãy chia sẻ thông tin rõ ràng với chủ nhà và báo trước cho chủ nhà biết có sự thay đổi trong lịch trình của bạn.

Hãy tìm kiếm sự hướng dẫn và hỗ trợ

- Chủ nhà của bạn có kiến thức và kinh nghiệm về chỗ bạn ở, điều này có thể hỗ trợ bạn rất nhiều.
- Họ cũng hiểu rằng bạn có thể cảm thấy căng thẳng khi ở một đất nước mới hoặc cần sự hỗ trợ về mặt tinh thần. Đừng ngần ngại trò chuyện với họ nếu bạn có thắc mắc về thành phố mới hoặc cảm thấy không vui.



Tận dụng tối đa thời gian lưu trú tại homestay của bạn

- Hãy nắm bắt cơ hội để tạo dựng những mối quan hệ ý nghĩa và cởi mở đón nhận những trải nghiệm mới.
- Hầu hết các hoạt động giao lưu gia đình ở Úc đều diễn ra quanh bàn ăn, đặc biệt là vào giờ ăn tối và cuối tuần khi mọi người có cơ hội thư giãn và trò chuyện về một ngày của mình.
- Mặc dù việc giao tiếp với gia đình chủ nhà rất quan trọng, nhưng việc tôn trọng ranh giới cá nhân của họ cũng quan trọng không kém. Hãy hiểu và tôn trọng quyền riêng tư của họ, họ cũng cần không gian và thời gian riêng.
- Úc nổi tiếng là một quốc gia đa văn hóa, và bạn có cơ hội tận hưởng sự đa dạng này bằng cách ở cùng một gia đình bản xứ đến từ nhiều nền văn hóa khác nhau.

Hãy cởi mở

- Hãy đón nhận trải nghiệm với một tâm thế cởi mở và sự tò mò về các nền văn hóa khác nhau.
- Hãy nắm bắt cơ hội để học hỏi và phát triển từ những tương tác của bạn.



Tìm hiểu về văn hóa của họ

- Hãy chủ động tìm hiểu về văn hóa, truyền thống và phong tục của gia đình chủ nhà.
- Hãy đặt câu hỏi và thể hiện sự quan tâm đến lối sống của họ.



Hãy chia sẻ văn hóa của bạn

- Cũng giống như bạn tò mò về văn hóa của họ, hãy nhớ rằng gia đình chủ nhà cũng muốn tìm hiểu về văn hóa của bạn. Điều này giúp cả hai bên hiểu nhau hơn.

Hãy trân trọng sự khác biệt

- Hãy hiểu rằng sự khác biệt văn hóa đôi khi có thể dẫn đến hiểu lầm.
- Hãy tiếp cận những tình huống này với sự kiên nhẫn và sẵn sàng học hỏi từ chúng.



Hãy thử món ăn của họ.

- Ẩm thực là một cách tuyệt vời để trải nghiệm một nền văn hóa khác.
- Đừng ngần ngại thử các món ăn truyền thống do gia đình chủ nhà chuẩn bị.

Xây dựng mối quan hệ

- Đừng chỉ coi gia đình chủ nhà là những người chủ nhà đơn thuần; hãy xây dựng những mối quan hệ chân thành với họ.
- Hãy chia sẻ những câu chuyện, kinh nghiệm và tiếng cười để tạo nên những mối liên hệ bền chặt.



Liên hệ AHN

Để được hỗ trợ/phản hồi chung

✉ info@homestaynetwork.org

☎ Tại Úc: 1300 024 628



Dịch vụ cấp cứu ngoài giờ 24/7

Tại Úc: 1300 69 7829

Quốc tế: (+61) 02 8905 0321

AHN
Australian Homestay
Network

