DELTA

Manual de Estudantes Internacionais

...e muito mais!

Portuguese _ 2026 _ v.5

Updated August 2026

BEM-VINDO AO DISTRITO ESCOLAR DE DELTA

Em nome de todo o pessoal de nosso Programa do Estudante International, eu gostaria de estender uma calorosa recepção a todos os novos estudantes internacionais que unem-nos em Delta School District. Você está prestes a iniciar uma aventura emocionante no Canadá e estamos honrados em apoiá-lo.

A fim de ajudar você a ajustar seu nova aprendizagem e ambiente de vida, nós preparamos este manual de orientação. Tire algum tempo para se familiarizar com este documento. Temos uma grande variedade de funcionários prontos para ajudá-lo em ambos ambientes familiar e escolar.

Aproveite seu tempo em Delta. Desejamos que você a alcançar seus objetivos educacionais e fazer novas amizades duradouras ao longo do caminho. Você é o mestre de seu próprio sucesso, por isso aproveitar de essa oportunidade em sua própria maneira original.

Atenciosamente

Karen Symonds
Director
International Student Program

ÍNDICE

BEM-VINDO 2
ÍNDICE 3
INFORMAÇÃO DE CONTATO DO COORDENADOR DE CASA DE FAMÍLIA 4
INFORMAÇÃO DE CONTATO DO ENSINO MÉDIO 5
INFORMAÇÃO DE CONTATO DO ESCRITÓRIO 5
VESTUÁRIO SUGERIDO POR UM ANO EM DELTA 6
CHOQUE CULTURAL. 7
CONSELHOS E TRUQUES PARA MINIMIZAR CHOQUE CULTURAL 8
CULTURA CANADENSE, COSTUMES E ETIQUETA 9
NA ESCOLA 10
TUTORIA 10
VIDA EM SUA CASA NOVA 11
CALEFATOR E ELETRICIDADE 11
ALIMENTOS E BEBIDAS CANADENSE 11
NO BANHEIRO E LAVANDERIA 12
REGRAS E EXPECTATIVAS DA CASA DE FAMÍLIA 13
CHAVE DA CASA 13
ENVOLVIMENTO COM A FAMÍLIA 14
TELEFONE, CELULAR & USO DO COMPUTADOR 14
TAREFAS DOMÉSTICAS E DE LAVANDARIA 14
CUIDADO DE CRIANÇAS E PASSEIO DO CÃO 14
TOQUE DE RECOLHER (TEMPO LIMITE) 15
DORMIR FORA DE CASA 15
EXCURSÕES COM OS AMIGOS 16
VIAGENS DE ESQUI EM MONTANHAS LOCAIS 16
VISITANDO OS AMIGOS 16
TAXAS DE ACOMODAÇÃO EM CASA DE FAMÍLIA 17
FÉRIAS DO ESTUDANTE 17
DANOS EM CASA 17
PAIS EM VISITA 17
MUDAR DE CASA 18
CONDUÇÃO E CARONA 19
VIAGENS COM DORMIDAS 19
FUMAR 19
DROGAS E ÁLCOOL 19
VIAGENS E FÉRIAS DA EMPRESA TURÍSTICA 19
VISITAR OS ESTADOS UNIDOS 19
TRABALHO REMUNERADO NO CANADÁ 19
ESTUDAR NO CANADÁ 20
CONSELHOS PARA ESTUDAR NO CANADÁ 21
COBERTURA MÉDICA 22
CONSELHOS DE SEGURANÇA PESSOAL PARA A PREVENÇÃO DO CRIME 23

INFORMAÇÃO DE CONTATO DO COORDENADOR DO PROGRAMA DO ESTUDANTE

Apoio do coordenador de casa de família:
Ambas as famílias hospedeiras e os alunos têm o apoio do coordenador da casa de família. Se ocorrerem dificuldades, o coordenador está disponível de suporte em uma base contínua. Se você tem um problema de escola, entre em contato com o coordenador de estudantes internacionais na sua escola específica (ver lista de contatos para o e-mail e número de telefone de contatos). Coordenadores de casa de família fazem a mediação entre a família de acolhimento, o estudante ea agência se a pessoa está envolvido, e muitas vezes se faz isso com todos presentes.

Horário do coordenador de casa de família:
coordenadores de Casa de família trabalham no Escritório da Direcção Escolar em 4585 Harvest Drive de 08h30 - 16:00, de segunda a sexta-feira. Eles também estão disponíveis depois de horas via telefone celular. O escritório de programas internacionais está no piso principal em frente da porta principal.

Area	Homestay Staff	Phone Number	Email
Manager	Brent Gibson	604-952-5075	bgibson@GoDelta.ca
Delta and Delview Secondary	Teri Gallant	604-952-5399	tgallant@GoDelta.ca
North Delta and Sands Secondary	Deborah Wallace	604-952-5396	dwallace@GoDelta.ca
South Delta Secondary	Tania Hope	604-952-5385	thope@GoDelta.ca
Burnsview and Seaquam Secondary	Michele Ramsden	604-952-5352	mramsden@GoDelta.ca

Para emergências após horas ou nos finais de semana, entre em contato com os coordenadores de família ou Karen Symonds (Director) por telefone celular da seguinte maneira:
Brent Gibson 604-319-0493
Teri Gallant – 604-319-2575
Deborah Wallace – 604-612-1465
Tania Hope – 604-612-4020
Michele Ramsden – 604-329-0373
Karen Symonds – 604-396-6862

Os email serão respondidos durante o horário de escritório.

***Por favor, programar os números aplicáveis em seu telefone celular para fins de emergência**

INFORMAÇÕES DE CONTATO DO ENSINO MÉDIO DO PROGRAMA INTERNACIONAL DO ESTUDANTE

Escola	Coordenador internacional do estudante	Telefone	Email
Burnsview Secondary (BU)	Jays Pham	604-594-0491	jpham@deltaschools.ca
Delta Secondary (DE)	Nikita Pardiwala Yuswack	604-946-4194	nyuswack@deltaschools.ca
Delview Secondary (DL)	Mark Pocock	604-594-5491	mpocock@deltaschools.ca
North Delta Secondary (ND)	Stephen Platzer	604-596-7471	splatzer@deltaschools.ca
Sands Secondary (SA)	Brooke Savoy	604-594-3474	bsavoy@deltaschools.ca
Seaquam Secondary (SE)	Wendy Yamazaki	604-591-6166	wyamazaki@deltaschools.ca
South Delta Secondary (SD)	Scott Pike	604-943-7407	spike@deltaschools.ca

INFORMAÇÃO DE CONTATO DO ESCRITÓRIO DO PROGRAMA DO ESTUDANTE INTERNACIONAL

Directora, Programa do Estudiante Internacional (Custódio dos estudantes)	Karen Symonds	604-952-5372 604-396-6862(cell)	ksymonds@GoDelta.ca
Administrador Distrital Suporte do Ensino Médio (Delta Sul)	Claire George	604-952-5370 604-562 4064 (cell)	cgeorge@GoDelta.ca
Administrador Distrital Suporte do Ensino Médio (Delta Norte)	Jim Hope	604-952-5332 604-763-4406 (cell)	jhope@GoDelta.ca
Homestay manager	Brent Gibson	604-952-5075 604-319-0493 (cell)	bgibson@GoDelta.ca
Coordinadora do Distrito Apoio da Escola Primária	Kimberley Grimsey	604-952-5394 604-329-2693 (cell)	kgrimsey@GoDelta.ca
Gerente de Marketing e Apoio a Estudantes de Português e Espanhol	Israel Aucca	604-952-5301 604-230-0299(cell)	iaucca@GoDelta.ca
Gerente de Saúde Estudantil, Bem-Estar e Projetos Especiais	Mariana Hernandez	604-952-5398 604-250-6647(cell)	mhernandez@GoDelta.ca
Apoio ao estudante Coreano	Elaine Chu	604-952-5305 778-988-6069(cell)	echu@GoDelta.ca
Apoio ao estudante Chinês	Laura Liu	604-952-5344 604-790-9304(cell)	lliu@GoDelta.ca
Apoio ao estudante Japonês	Akane Nishikiori	604-952-5381 604-841-0123(cell)	anishikiori@GoDelta.ca
Assistente Administrativo Cheques da acomodação	Michelle Lu	604-952-5327	mlu@GoDelta.ca
Assistente Administrativo	Akiko Takao	604-952-5367	atakao@GoDelta.ca
Admissões e Registros	Sungmin Kang	604-952–5302	skang@GoDelta.ca
Assistente Administrativo	Tiana Pham	604-952-5366	tpham@GoDelta.ca

VESTUÁRIO SUGERIDO POR UM ANO EM DELTA

** Atenção: Esta é uma orientação geral sobre que trazer nas malas*

Março / Abril / Maio

- Suéter (lã, algodão, etc)
- Moletom, jeans
- camisas manga longa e curta
- Pijamas
- Guarda-chuva
- Óculos de sol
- 7 - 10 pares de cuecas e meias

Junho / Julho / Agosto / Setembro

- shorts, calças cortadas, saias
- T-shirts, jeans leves
- Calçados de passeio leves
- traje de banho, chapéu de sol, óculos de sol
- Sandálias
- Camisola leve
- Moletom com capuz leve
- 7 – 10 pares de cuecas e meias

Outubro / Novembro

- Capa de chuva, guarda-chuva, casaco quente
- Botas de chuva / sapatos
- Camisa de mangas longas
- Blusas de moletom com capuz
- Jeans, calça de moletom
- Luvas
- Pijamas quentes, chinelos
- 7 – 10 pares de cuecas e meias

Dezembro / Janeiro / Fevereiro

- Casaco quente, guarda-chuva
- Jeans, calças, tops, moletom com capuz
- Chapéu de inverno
- Luvas e cachecol
- Roupa que você usaria no início da primavera ou no outono
- Pijamas quentes, chinelos
- 7 – 10 pares de cuecas e meias

Para viagem de esqui

- Calças de esqui, uma jaqueta de esqui, óculos e luvas impermeáveis quentes

CHOQUE CULTURAL

O choque cultural é muito real psicológica processo de todas as experiências na chegada a um novo país. Há quatro estágios de choque de cultura e eles afetam a todos de forma diferente. A chave para lidar com o choque cultural é compreender as fases e que os sentimentos associados a cada um deles são normais. Alguns tornam-se frustrados com a forma como as coisas são diferentes no Canadá e quão cansado eles tornam-se o ter que usar o Inglês durante todo o dia, todos os dias. A boa notícia é que quase todos os alunos passar por esses sentimentos e acabam por ter uma experiência maravilhosa em Delta.

A FASE DE LUA DE MEL:
Quando os estudantes chegam em Canadá tudo o que é novo e diferente também é maravilhoso e interessante. esta é a única etapa que os turistas experimentam mais porque nunca tem que se contentar em uma nova cultura. Esta fase pode durar de uma semana a um mês ou mais.

A FASE DE ANGÚSTIA:
Esta é a fase em que a realidade de estar no estrangeiro durante um longo período de tempo atinge casa. As diferenças culturais que você achou interessante no início de sua estadia pode se tornar a tributação. Você pode se sentir confuso, isolado e / ou sobrecarregado durante esta fase. Esta etapa pode ser desgastante, especialmente se a aprendizagem de Inglês está provando ser um desafio também.

A FASE DE TRANSIÇÃO:
Esta é a fase mais importante para entender. Durante esta fase, alguns alunos tornar-se irritado ou frustrado com a vida canadense. Estão constantemente a compará-lo com a sua cultura de origem e começar a lamentar as diferenças. Não se preocupe, isso é normal. A chave é reconhecer os sintomas desta fase e não ceder a eles.

A FASE DE INTEGRAÇÃO:
Desafios culturais e questões linguísticas começam a diminuir conforme os estudantes aceitar e abraçar as diferenças que anteriormente foram frustrados. Esta é a fase em que o seu estudo no exterior experiência torna-se tudo o que você esperava que fosse; você se sentir confiante e relaxado em sua comunidade, sua escola e sua casa de família

Enquanto é importante estar consciente das etapas listadas acima, é igualmente importante salientar que nem todo mundo passa por todas as fases. Alguns alunos chegam e são imediatamente com saudades de casa. Outros nunca experimentar a frustração da fase de transição e passar rapidamente para a fase de integração. A chave é estar ciente do que está acontecendo e lembrar que as pessoas estão disponíveis para ajudá-lo como seu Coordenador de Casa de família e conselheiro da escola.

CONSELHOS E TRUQUES (para minimizar os efeitos do choque cultural)

- **Faça sua pesquisa.** Saber o máximo possível antes de sair de modo que há menos surpresasquando você chegar. Faça uso da internet e não hesite em enviar e-mail a seu Coordenador de Casa de família com tantas perguntas que você quiser.

- **Tenha a mente aberta.** Não julgue e tente não comparar. Canadá é diferente que seu país de origem. Essa é uma das razões que você escolheu para seu estudo no exterior a experiência! Desafie-se a aprender sobre diferentes maneiras de fazer as coisas; não descartá-los como errados ou inferior.

- **Envolver-se.** Participar no clube da escola e / ou equipes esportivas e, se possível, tornar-se ativo na comunidade.

- **Seja paciente.** Dê-se tempo para se adaptar a seu novo ambiente e para fazer novos amigos. Não coloque pressão sobre si mesmo; isso leva tempo para se aclimatar.

- **Manter-se activo!** Sentir-se bem fisicamente vai ajudar você a se sentir bem mentalmente. Faça parte da atividade física de sua rotina diária e / ou seu horário escolar.

- **Relaxe.** Verifique se o seu dia inclui tempo reservado para descanso mental. Estudar, falando Inglês e navegar a realidade do dia-a-dia de um novo país e cultura exige muita energia. Passe algum "tempo ocioso" a cada dia a ouvir música, navegar na internet ou lendo um livro em sua primeira língua.

- **Administre suas conexões com casa.** Mantendo-se em contato com a família e os amigos é vital e pode ser um valioso apoio durante a sua estadia no exterior. Muito contato, no entanto, pode ser contraproducente. Mantenha contato, mas não à custa de fazer novos amigos, participar de atividades e / ou manter-se com seus estudos.

- **Mantenha-se saudável.** Coma alimentos que são boas para você e fazer você se sentir bem. Durma o suficiente à noite. Considere tomar um suplemento vitamínico. Não espere muito tempo para visitar uma clínica, se você está se sentindo mal.

- **Pede ajuda.** Você não está sozinho em Delta. Se você está se sentindo triste, solitário e frustrado, fale com seu Coordenador da Casa de família ou um membro do pessoal na sua escola anfitrião.

Mais importante de tudo: lembre-se por que você veio para o Canadá! É suposto ser diferente e desafiador. Se o Canadá foi o mesmo que seu país de origem, não haveria razão para vir.

CULTURA CANADENSE, COSTUMES E ETIQUETA

Os canadenses são geralmente fáceis de lidar e divertir-se. Nós não levamos muito sério e não são facilmente ofendido. Há, no entanto, algumas expectativas e padrões culturais a ter em conta. Use o bom senso e manter o seguinte que fazer e não fazer em mente:

- Bater antes de entrar em uma casa (e esperar para ser convidado);
- Tire os sapatos antes de entrar em casa de alguém;
- Dizer "desculpe-me" se você topar alguém acidentalmente
- Oferecer para manter a porta aberta para outra pessoa (mesmo estranhos), quando entrar em um edifício;
- Dizer "bom dia" quando você vê os membros da família no café da manhã e "Boa Noite" quando ir para a cama (não apenas entrar ou sair da sala sem uma saudação);
- Usar um lenço para assoar o nariz (não fungar em público, porque este som é grosseiro).
- Não arrotar em público, se possível;
- Não mastigar fazendo barulho sua comida ou mastigar com a boca aberta;
- Não preguntar a um adulto sua idade (menos que você conheça muito bem);

Os canadenses geralmente se levantar cedo (06:00 - 07h00), jantam cedo (cerca de 6:00) e ir para a cama cedo (10:00-23:00). O jantar é em um horário agendado e é importante para não se atrasar e respeitar a hora do jantar.

Portas para os quartos são geralmente mantidos abertos a menos que uma pessoa quer privacidade. Uma porta fechada significa que você deve bater e esperar por um convite para entrar. Os canadenses vão achar estranho se você sempre ficar no seu quarto com uma porta fechada. Portas do banheiro são mantidas abertas quando não há ninguém dentro.

É importante mostrar o mesmo respeito para sua mãe hospedeira como para o seu pai hospedeiro.

Os canadenses valorizam honestidade e são geralmente bastante direta. Pedir desculpa rapidamente quando você cometer um erro e tentar resolver o problema - fazer contato visual com a outra pessoa. Contacto com os olhos significa honestidade e sinceridade e é muito importante no Canadá.

Os canadenses falam baixinho em locais públicos; diminuir seu nível de voz ou riso. Fale calmamente em telefones celulares porque conversas por telefone altos são irritantes para os canadenses.

Os canadenses comem em silêncio (não fazem sons quando comer, como sorver). Não comer com a boca aberta, pois isso é ofensivo no Canadá.

Os canadenses escovar os dentes, muitas vezes para se livrar de maus odores. A roupa não deve dar odores desagradáveis de modo de mudar de roupa muitas vezes e usar desodorante. Os canadenses tomar banho ou duche uma vez por dia.

NA ESCOLA

Seja educado. Dizer "por favor" e "obrigado" quando for o caso e dizer "desculpe-me" se você precisar de assistência ou a necessidade de chamar a atenção de alguém. Não interrompa as pessoas quando elas estão falando, particularmente professores.

Levantando sua mão e esperando para o professor para chamar em você é protocolo normalizado em todas as salas de aula.

Adequado contato físico:
Os canadenses valorizam seu espaço pessoal, mas algumas formas de contato físico são comuns. Apertos de mão são rotineiras ao ser apresentado a alguém pela primeira vez e um tapinha nas costas é uma forma comum de apoio ou felicitando alguém. Abraçar é uma despedida final ou consolar alguém também é comum.

Para saudar o professor:
Os canadenses saudar uns aos outros usando seus nomes. Em sala de aula, no entanto, usar Sr./Sra./Srta. e o sobrenome do professor: por exemplo, Mr. Smith.

Tutoria:
Se você solicitar um tutor, por favor, fale com o seu Coordenador de Homestay, que fará o encaminhamento adequado para um service de tutor qualificado.

Nenhuma tolerância de discriminação:
É importante estar consciente dos papéis de gênero na sociedade canadense. Mulheres e homens são iguais dentro e fora da casa. Os trabalhos domésticos são geralmente uma responsabilidade compartilhada.

Canadá é uma sociedade liberal e multicultural. Discriminação de qualquer tipo não é tolerado. No Canadá, a todas as pessoas, incluindo imigrantes e visitantes têm o direito de ser tratados igualmente, sem distinção de raça, etnia, sexo, religião, orientação sexual ou deficiência.

Importante: todos os alunos devem ser tratados de forma igual por um outro, independentemente de qualquer um dos critérios listados acima, incluindo nacionalidade. Os alunos que intimidam outros estudantes de qualquer forma estão sujeitos a demissão do Programa para Estudantes Internacionais.

VIDA EM SUA CASA NOVA

Vida em uma casa canadense é provável tanto quanto você ter imaginado. As famílias anfitriãs vêm em todas as formas e tamanhos, incluindo aqueles com e sem filhos, alguns com dois pais e alguns com um.

Calefator e eletricidade:
A maioria das casas canadenses têm aquecimento central (fornos a gás natural). Casas são geralmente mantidos quentes durante o dia e frio à noite. Eles são bem construído e isolados. No entanto, os canadenses preferem uma temperatura fresca em casa. Se estiver frio, informe o seu família anfitriã e pedir um cobertor extra, etc. canadenses usar roupas quentes no interior da casa, como uma blusa ou roupão e chinelos.

saídas do Canadá de abastecimento e elétricos elétricos (tomadas, plugues de parede) são as mesmas que as dos EUA. A corrente eléctrica é de 110 volts e 60 hertz (ciclos por segundo). Os canadenses são geralmente muito consciente da energia. Ter certeza que você apagar as luzes quando você sair de uma sala e que você desligue os aparelhos e outros dispositivos eletrônicos quando terminar de usá-los.

Alimentos e bebidas:
Famílias geralmente comer três refeições por dia. Café da manhã é geralmente rápido e leve em dias de semana. Cereais e / ou torradas são comuns e podem ser "servir-se mesmo". A maioria dos estudantes trazer almoços ensacados preparados por suas famílias anfitriãs para a escola. Jantares são o maior e mais importante refeição do dia. É um tempo para comer, relaxar e socializar. Alguns canadenses comer um monte que sobrou - tanto para o almoço no dia seguinte ou mesmo para um jantar na noite seguinte.

Por favor, faça um ponto de maximizar a experiência de jantar; isso é um grande momento para se conectar com a sua família e melhorar seu Inglês.

Por favor, não se esqueça de estar em casa a tempo para o jantar e se você pretende ficar fora com os amigos, é muito importante informar os pais hospedeiro com bastante antecedência que você não vai estar em casa para jantar.

Alimento canadense é muito eclético. Em qualquer semana uma família canadense pode comer massas italianas, salteados chinês, um churrasco norte-americano e uma carne assada ao estilo britânico para o jantar. Locais ingredientes do lojas de mercearia de ações para as refeições feitas de todo o mundo. Por favor, informe seus pais hospedeiro sobre quaisquer alergias de alimento e que eles saibam o que os alimentos que você mais gosta. As refeições geralmente são servidos "estilo caseiro" o que significa que sirva-se os vários pratos sobre a mesa.

Nota: A água em Delta está limpa e potável direto da torneira. A maioria dos canadenses sentem-se agora que o uso de plástico de água engarrafada não é bom para a sua saúde ou o ambiente. A água da torneira em BC é a mais limpa do mundo e é muito pura - vindo direto das montanhas locais. Por favor, sintam confortáveis se a sua família hospedeiro serve água da torneira.

No banheiro e lavanderia:
A maioria dos canadenses tomar banho de manhã, antes do trabalho ou da escola. Por favor, fale com os membros da sua família sobre o melhor momento para tomar banho na parte da manhã para que não fazer fila no banheiro. Se você planeja para tomar banho à noite, tentar fazê-lo antes de 21:00 para que não perturbe a família à noite. Um banho típico no Canadá dura cerca de 10 minutos. Lembre-se que os tanques canadenses de água quente são bastante pequena, por isso banhos longos pode usar toda a água quente para toda a casa!

Por favor, mantenha a área de banho limpos e secos depois de usá-lo. Remover todo o cabelo solto da pia ou banheira de modo que o escoamento não vai entupir. Coloque isso na lata de lixo. O banheiro deve ter a mesma aparência quando você sair como quando você entrou.

sistemas de canalização no Canadá são de alta capacidade e encanamento em casas é durável. papel higiênico deve ser colocado no banheiro, mas produtos de higiene feminina deve ser colocado no lixo.

Os canadenses lavar a roupa aproximadamente uma vez por semana. Coloque sua roupa suja no cesto fornecida pela família. A mãe hospedeira irá classificar as roupas e lavar todos os brancos e roupas delicadas juntos e as cores mais escuras e roupas ásperas como jeans vai ser lavadas separadamente. Os canadenses não lavagem de mão as cuecas e pendure para secar cada dia como na Ásia. A maioria dos canadenses têm pelo menos 7-10 artigos de roupa interior para que eles possam ter roupas suficientes limpa até dia de lavagem. Por favor, traga o suficiente meias e cuecas.

Os canadenses gostam de sua privacidade - por favor, bater em uma porta do quarto e esperar para ser convidado dentro. Simplesmente não entrar em um quarto ou banheiro sem ser convidado. Não entrar quarto do membro da família quando estão ausentes porque este é seu espaço privado.

Sua privacidade também é importante para as famílias canadenses e eles vão respeitar o seu quarto também. No entanto, lembre-se que os pais , como adultos, têm o direito de entrar seu quarto para uma variedade de razões quando você se foi (por exemplo, para limpar).
Interaja com sua família anfitriã. Não fique em seu quarto com a porta fechada. Sente-se na sala de da casa e leia uma revista, fique com a família para assistir a televisão com eles, ajude na cozinha e participe nas reuniões sociais da familia.

vida familiar canadense é informal. Os membros da família provocar e piada e pode até mesmo fazer o divertimento de um pai. Os pais são tratados com respeito, mas também casualmente e de brincadeira.

Os canadenses amam seus animais de estimação e podem tratar seus animais como membros da família. Os cães podem até mesmo dormir na cama à noite com seus proprietários. Não provocar ou ferir os animais em casa.

Tome nota de eventos especiais em casa, como um aniversário e ajudar a comemorar-los. É uma espécie de fazer ou comprar um cartão e escrever uma mensagem pelo aniversário

REGRAS E EXPECTATIVAS DA CASA DE FAMÍLIA

1. O estudante é responsável por seguir estas diretrizes:

O estudante vai:	
✓ manter seu quarto e banheiro limpo e limpar depois de si, se eles usam a cozinha ✓ respeitar casa de família e toque de recolher da escolar ✓ introduzir seus amigos para os pais casa de família e solicitação de permissão para ter convidados em casa ✓ informar os pais casa de família onde ele ou ela vai, com quem e quando ele ou ela vai voltar ✓ mostrar respeito a todos os membros da família, seus pertences e regras da casa.	✓ ser acessível por telefone celular em todos os momentos, quando fora de casa ✓ não levar comida ou bebida para o quarto sem autorização da casa de família ✓ reembolsar a casa de família se ele / ela provoca qualquer dano ✓ fazer um esforço para participar de atividades familiars ✓ ter autorização por escrito dos pais brassileiros e coordenador da escola se viajar fora da área de Vancouver ou do país ✓ não tem os estudantes do sexo oposto no quarto do estudante

2. Os pais de família são responsáveis por fornecer o estudante com:

Os pais casa de família fornecerá:	
✓ um ambiente limpo bem supervisionado ✓ lençóis de cama limpa e toalhas semanalmente ✓ três refeições diárias - café da manhã, almoço, jantar e refeições ✓ uso racional de toda a casa e utilitários e instrução em seu uso ✓ regras que são apropriados razoável e idade em conjunto com o distrito escolar ✓ um quarto privado com uma cama e roupa de cama, mesa, armário, lâmpada, armário, janela de abertura, espaço de armazenamento para livros e material escolar. ✓ acesso à Internet	✓ a chave da casa ✓ espaço, tempo e oportunidade de estudar e concluir todas as tarefas escolares ✓ assistência sempre possível com a dever de casa e tarefas ✓ contato com a escola sobre o progresso acadêmico do estudante e participação em reuniões pai -professor conforme necessário ✓ transporte de e para ao aeroporto ✓ transporte de e para a escola, se for mais do que uma caminhada de 20 minutos

AO REDOR DA CASA

Envolvimento com a família:
Estudantes se hospedar em uma casa de família como um membro da família e são incentivados a participar de todas as funções da família. Nós encorajamos as famílias a comer a refeição da noite com seus estudantes, para a conversação e de tempo familiar Os alunos devem ser encorajados a participar em actividades comunitárias, tais conforme passeios através de parques e recreação, grupos de jovens das igrejas locais, etc. O aluno devem ser incluídos nas atividades da família durante o fim de semana.

****

Uso do telephone:
Os estudantes podem usar o telefone da família, mas deve usar um cartão de chamada para chamadas de longa distância.

****

Celulares:

- Os alunos devem notar que eles vão precisar de um telefone celular no Canadá. As famílias anfitriãs precisam ser capaz de entrar em contato com os alunos quando estão ausentes de casa e em caso de emergência
- Os telefones celulares devem ter mensagem de texto e função de mensagem de voz
- Os telefones celulares deve ser totalmente carregada quando o aluno deixa a casa
- Os estudantes devem responder a seus telefones celulares prontamente quando estão fora de casa (por favor, não desligue)
- Todos os membros da família deve ter o número de telefone cellular
- Por favor, programar o número de telefone celular do Diretor Internacional do

TOQUE DE RECOLHER (TEMPO LIMITE)

Famílias canadenses vão para a cama muito cedo em comparação com algumas outras culturas. os pais anfitriões vai dormir à 10:00-23:00, de modo que é o momento de silêncio na casa. Se você tem de ser mais tarde do que isso para fazer lição de casa, por favor, seja respeitoso e calma no seu quarto (saber que todo mundo vai estar dormindo). No Canadá, é rude para chamar uma casa depois de 9:30 pm porque ninguém quer ser perturbado depois desta hora.

Estudantes de ensino fundamental:
Como regra geral, a maioria das famílias definir de 7:00 ou 8:00 toque de recolher de domingo a quinta-feira, e o toque de recolher fim de semana seria 21:00 ou 22:00.

Se sair da casa, os alunos devem:

- Pedir permissão na família com antecipação (a família pode dizer não a seu plano como pais)
- Diga a família hospedeira todos os detalhes sobre onde você está indo
- Certifique-se de que seu celular está totalmente carregada
- Informar a família com quem você está indo e informações de contato do homestay de seu amigo
- Obedeça a hora do toque de recolher e não voltar para casa depois de horas
- Ligue para a família se você perder o ônibus ou está atrasado

Estudantes do ensino médio:
Como regra geral, a maioria das famílias definir de 21:00 - 21:30 toque de recolher de domingo a quinta-feira, e o toque de recolher fim de semana seria 22:00 ou 23:00.

Se sair da casa, os estudantes devem:

- Pedir permissão na família com antecipação (a família pode dizer não a seu plano como pais)
- Diga a família hospedeira todos os detalhes sobre onde você está indo
- Certifique-se de que seu celular está totalmente carregada
- Informar a família com quem você está indo e informações de contato do homestay de seu amigo
- Obedeça a hora do toque de recolher e não voltar para casa depois de horas
- Ligue para a família se você perder o ônibus ou está atrasado

Dormir fora de casa:
Os estudantes só estão autorizados de dormir fora de casa família se há supervisão de um adulto. Sua família precisa chamar na outra casa e conversar com os adultos para comprovar que a festa do pijama é aprovado. Por favor, dar todas as informações de contato para seus pais de acolhimento com antecipação para que eles possam falar com o outro pai e dar a sua aprovação. Note-se que um pai de família pode dizer não a seu plano por uma variedade de razões.

OS AMIGOS

Excursões com os amigos para estudantes da escola primária:
Tal como acontece com todas as crianças, é importante para os pais de saber o paradeiro do aluno durante fora do horário escolar. Quando você está visitando com os amigos, você precisará informar sua família onde você está, onde você estará indo, com quem está, e qual é o tempo que você vai estar em casa. Sua família precisa dar a aprovação para isto antes de sair de casa. Geralmente, os estudantes de primária não deixam Deltaa menos que com a família hospedeira ou de outro adulto de confiança.

Excursões com os amigos para estudantes de ensino médio:
Tal como acontece com todos os adolescentes, é fundamental família de saber o paradeiro do aluno durante fora do horário escolar. Se você estiver indo para o shopping, ou a Vancouver, ou visitar com amigos, deixe seu _ família saber onde você está, com quem está, quando você vai estar em casa, contacte a informação do seu amigo e assegurar que seu telefone celular está carregado antes de sair.
Seus pais anfitriãs têm o direito de dizer não por uma variedade de razões. Lembre-se, eles são seus pais verdadeiros, enquanto você está vivendo no Canadá e mesmo se você não concordar, eles têm a responsabilidade por sua segurança e bem-estar.
Obedeça em todos os momentos do toque de recolher. Se você desobedecer as regras da casa, a família tem o direito de limitar sua liberdade no futuro.

Viagens de esqui em montanhas locais:
Deve haver um plano para os estudantes que vão esquiar com amigos de passeios .
1. Tenha uma lista dos nomes e celular do estudante / números de telefone de casa para todos os estudantes quem vai esquiar (e contactos dos pais)
2. Tenha um plano para o dia - o que montanha, início e fim, plano de transporte.
3. Faça um plano para o contato durante o dia - textos em determinadas horas, texto ou chamada quando fora da montanha e no caminho de casa.
4. Os alunos devem manter o celulares encendido e telefones devem ser totalmente carregada.
5. Os estudantes precisam de esquiar em um sistema de camarada - ninguém deve esquiar sozinho.
6. Os alunos devem ter um plano de reunião - hora e local.
7. As famílias precisam entrar em contato com a custódia dos estudantes não cumprem ou se houver uma preocupação.
8. As famílias precisam agir como pais diligentes em relação a todos viagens de um dia e verificar-se de que o plano para o dia é apropriada e aceitável.
9. As famílias têm o direito de negar qualquer viagem, se há uma preocupação de que um aluno não é maduro o suficiente ou capaz de seguir o protocolo. esquiadores iniciantes não deve esquiar sem um adulto, mas aulas com um instrutor certificado estão bem.

Visitando os amigos:
Os estudantes devem pedir permissão se desejarem trazer outro estudante ou amigo/a na casa em qualquer momento de visita. A maioria dos pais anfitriãs estão bem se for dormir na casa ocasionalmente, mas o estudante deve sempre verificar se é conveniente para a família. Por favor, seja respeitoso. Os canadenses geralmente gostam quando amigos estudantes estão visitando, mas há momentos em que isso não é conveniente para a família, por isso pedir permissão.

TAXAS DE ACOMODAÇÃO EM CASA DE FAMÍLIA

Taxas:
Você deve pagar a sua família de acolhimento no primeiro dia de cada mês (CAD $ 1,300 por mês). A maioria dos estudantes alemães e alguns alunos do grupo têm pré-pago as taxas casa de família ao distrito escolar e não precisa pagar. Todos os outros pagam a família anfitriãs diretamente.

Taxas durante as férias: (A partir de 1º de setembro de 2026)

Taxas da família são calculados a uma taxa de CAD $ 1,300 por mês (ou CAD $ 42 por noite adicional).

Férias de estudante (Ano Regular - 1 de Setembro a 30 de junho):
Durante o ano escolar, os alunos devem pagar a taxa de casa de família completo independentemente de quaisquer ausências por férias ou outros motivos.

Férias de estudante (Período do Verão - 1 de Julho a 31 de Agosto):
No entanto, se um aluno é ausente por 3 semanas ou mais, em seguida, há a opção de guardar suas / seus pertences e recuperar o quarto (permitindo que a família hospedeira para usar o espaço para um outro estudante ou outro uso). Neste caso, não há nenhuma taxa casa de família pago para esse período de tempo. Estudantes e famílias anfitriãs pode decidir se há espaço para o aluno para armazenar caixas de pertences no porão ou na garagem durante o verão se isso é agradável para ambas as partes. as famílias anfitriãs podem cobrar uma taxa de armazenamento de $ 50 por mês ou parte do mês por este serviço.

Danos na casa:
Os alunos são responsáveis pelo reembolso imediatamente as suas famílias se eles causam danos na casa. Não se assuste se acontecer um acidente, que é normal e faz parte da vida. Ninguém vai ficar com raiva se algo inesperado acontece. Basta dizer a sua família de acolhimento e pedir desculpas. Eles vão ver se o dano pode ser corrigido e nós vamos chegar a uma solução para o problema.

MUDAR DE CASA

Mudando casa:
Vai levar algum tempo para se adaptar para sua nova casa, porque a cultura e ambiente familiar é muito diferente do que estiver familiarizado. Você também vai estar cansado e desconfortável com o cambio de horário quando você chegar e da ansiedade sobre a sua nova vida. Leva algum tempo para se adaptar à sua nova casa e falar com sua família de acolhimento sobre quaisquer dificuldades que você está tendo. Os canadenses têm a mente aberta e preferem para você falar com eles, se você está tendo uma experiência difícil.

Se depois de algum tempo você sente que você gostaria de mudar casas, entre em contato com o coordenador de casa de família ou o director (Karen Symonds). Se houver problemas, então o primeiro passo é ver se pode haver mudanças feitas em casa para resolver o mal-entendido. Se mudarmos a casa, então você será levado para ver algumas outras opções de casa e pode escolher a próxima casa que você se sinta cômodo.

Por favor, note que a família de acolhimento deve ser dada duas semanas deantecipação de uma mudança de casa. Você pode mover-se imediatamente (ou pagar duas casas por 2 semanas) ou permanecer na primeira casa por duas semanas e sair no final da época. O coordenador de casa de família irá ajudá-lo nestas situações e irá guiá-lo através do processo.

LIMITAÇÕES

Conduzir carro:
Os estudantes internacionais não estão autorizados a prosseguir recebendo uma carteira de motorista ou dirigir um carro enquanto estiver no Canadá.

Viagens com dormidas:
Estudante que vai a Whistler e outras viagens longas durante a noite deve obter permissão do distrito escolar e deve ter a supervisão de adultos de uma pessoa 25 anos de idade e mais velhos, que possamos entrar em contato e confirme para fins de responsabilidade. Casas de família deve informar-nos sobre os detalhes de qualquer viagem o aluno é o planejamento.

Carona:
Carona não é permitido.

Fumar:
Fumar não é permitido a quaisquer de nossos estudantes. É ilegal para uma pessoa menor de idade comprar cigarros no Canadá, isto é quebrar a lei.

Drogas e álcool:
Não é aceitável para os estudantes internacionais tomar drogas e consumir álcool. É contra a lei e fazendo isso vai resultar em demissão imediata e expulsão do Canadá.

Visitando os Estados Unidos:
Estudantes da maioria dos países exigem Visto de visitante dos Estados Unidos para entrar os EUA. Você também vai precisar de seguro médico extra para sua viagem. Os estudantes não estão autorizados de sair do país, sem contato com Karen Symonds (Director de Programas de de Estudantes Internacionais). Você também precisa provar que você estará supervisão de um adulto. Você também precisa de permissão escrita de seus pais. Converse com seus pais anfitriãs com antecipação para que eles possam ter certeza de ajudá-lo aos requisitos e pode dar a aprovação.

Viagens e férias da empresa turística:
Os estudantes não estão autorizados de ir em viagens durante a noite, sem supervisão de um adulto. A empresa de turismo não é supervisão de um adulto! Você está autorizado a viajar com sua família de acolhimento, a família de um amigo, um parente adulto, ou uma viagem de escola com um professor. Perguntar a sua família de acolhimento sobre quaisquer viagens que você está planejando para obter a aprovação adequada. Férias e viagens não deve interferir com a frequência escolar!

Trabalho remunerado enquanto estiver no Canadá:
O Imigração do Canadá não permite que os alunos ter um trabalho remunerado no Canadá, enquanto sobre as licenças de Estudo do Aluno (Vistos). Para fazer isso pode resultar em uma demissão do Distrito Escolar de Delta.

ESTUDAR NO CANADÁ

Regras importantes na escola:

1. Você deve assistir todas as classes - faltar aulas nunca é permitido. Mau atendimento poderia ser uma causa para a expulsão do programa.
2. Não se atrase para qualquer classe.
3. Faça suas tarefas e projetos escolares todos os dias e entregar a tempo.
4. Não fazer batota ou plagiar.

Some Characteristics of Canadian Education:
Você pode encontrar algumas diferenças entre a educação o valor / sistema em seu país de origem e que, no Canadá. É essencial para você entender as funções apropriadas e regras aceitas para os alunos no sistema de ensino canadense. Aqui estão algumas das características gerais do sistema educacional canadense:

- **Os alunos são inculcados em fazer perguntas** para esclarecimento, para contestação das informações contidas, ou para estender o pensamento. A filosofia da educação no Canadá inclui a ideia de que os alunos devem ser envolvidos em um processo de aprendizagem interactiva; ou seja, eles não devem sentar-se passivamente e aceitar ou memorizar o que o professor diz.
- **Relação professor-aluno** tendem a ser relativamente informal em comparação com outros países.
- **Trabalho em equipe** é uma parte importante da aprendizagem escolar; valoriza a cooperação, tolerância e compromisso.
- **Debate** é frequentemente utilizado como um meio de ensino. Os alunos deverão ser capazes de discutir, a fim de desenvolver as suas ideias e opiniões e para apresentá-los para reações. Um dos principais objectivos de uma discussão é chegar a um entendimento mutuamente satisfatório ou uma solução para um problema.
- Os alunos aprendem não só informação, mas a forma de chegar a conclusões, para resolver problemas, e analisar. Como parte deste processo, os alunos são muitas vezes perguntado como eles conseguiram uma resposta, em vez de simplesmente que seja a resposta.
- **Plágio** (submeter o trabalho de outra pessoa como seu próprio / copiar o trabalho de outra pessoa e apresentá-lo como seu próprio) é uma ofensa grave e pode levar à expulsão!

Tutoria: Se você solicitar um tutor, fale com o Coordenador de Homestay, que fará o encaminhamento adequado para um serviço qualificado do tutor / tutoria.

CONSELHOS PARA ESTUDAR NO CANADÁ

- **Não tenha medo de fazer perguntas** Se você não entende. Os professores esperam ser questionados. Ter certeza que você entende designações que são dadas. Se você é calmo, então será tomado como um sinal de entendimento. Os professores são geralmente disponíveis antes e depois da escola para perguntas e ajuda extra.

- **chega na hora da aula.** Se você não puder assistir ou chegar a tempo, notificar a escola com antecipação e explicar a razão. Se você faltar às aulas, ver o professor no dia seguinte para descobrir o que foi perdido.

- Você provavelmente vai encontrar as classes mais informal no Canadá. Você também tem que organizar seu próprio tempo desde que você não será dado um cronograma para cobrir o tempo sem classe. Planeje seu tempo cuidadosamente, equilibrar o trabalho escolar, a prática Inglês, e relaxamento.

- **Dar todas as atribuições** no dia em que são devidos. Se você não for capaz de terminar sua tarefa no tempo, converse com seu professor antes da hora marcada. Se você perder qualquer designações / quiz / exame, ver o professor e perguntar se há alguma maneira de fazer-se.

- **Organize suas anotações.** Mantenha todos os folhetos de seus professores.

EMERGÊNCIAS E MÉDICA

Cartão de contato de emergência:
Por favor assegure que você tem um cartão de contacto de emergência e algum dinheiro em você enquanto estiver longe de sua casa. O cartão deve incluir seu nome, seu nome de família de homestay, endereço e todos os números de telefone.

Ligue para o 911 se precisar ajuda da polícia, bombeiros e ambulância. 911 operadores estão disponíveis em todas as línguas - pedir ajuda no seu idioma, se necessário. 911 é um serviço gratuito.

MÉDICA E ODONTOLÓGICA

Cobertura médica:
Na chegada os estudantes estão cobertos por um plano médico pessoal temporário operado pela StudyInsured. O pacote vai incluir o cartão de saúde, informação, e uma lista de clínicas locais. Mais informações podem ser encontradas em https://www.godelta.ca/parent-student-and-agent-information/medical-insurance/

Se você estiver aqui por um ano inteiro, sua cobertura médica mudará para o Plano de Serviço Médico da Colômbia Britânica
(o plano médico do governo que todos os canadenses usam) após 3 meses.
Seu cartão MSP será enviado a você na escola quando ele chegar.

Cobertura Dental:
atendimento odontológico regular não é coberto pelo plano de saúde. Se seus dentes estiverem danificados, como resultado de um acidente, em seguida, o cuidado é coberto. Se você precisar de tratamento dentário, enquanto você está aqui, por favor, converse com seu pai de homestay que vai ajudar a fazer uma consulta para você.

Assistência médica:
No caso de uma doença, por favor, procure assistência médica, conforme necessário. Perguntar a sua família de homestay ou professor de escola para obter ajuda. Se você está seriamente doente ou tiver uma emergência médica, por favor, vá diretamente para o hospital e entrar em contato com Karen Symonds ao 604-396-6862, e sua família de homestay imediatamente.

Proteção:
Nunca transportar grandes somas de dinheiro - especialmente não para a escola! Cuide de seus pertences na escola. Não deixe um iPod, carteira, laptop e outros itens sem supervisão. cacifos da escola pode não ser completamente seguro contra roubo por isso é melhor para manter os objetos valiosos sobre você em todos os momentos. Não diga sua combinação armário para ninguém.

CONSELHOS DE SEGURANÇA PESSOAL

Na rua:

- Planeje sua rota - saber exatamente onde você está indo e que os outros saibam sua programação
- Evite atalhos e lugares escuros e isolados
- Levar documento de identidade e dinheiro limitado
- Nunca aceite carona de estranhos
- chamadas de 911 são gratuitas de qualquer telefone (telefone público / celular, etc.)
- Manter os pais de casa e amigos informados sobre seu paradeiro
- Atravessando a rua, esperar os semáforos e do tráfego ser parado; andar depressa e não sair para a estrada e esperar o tráfego

andar de bicicleta:

- a lei da BC exige que os capacetes de segurança ser utilizada quando andar de bicicleta
- As regras de trânsito para bicicletas são as mesmas que para carros. Observar sinais e sinais de trânsito
- Não andar na calçada ou em faixas de pedestres
- Sempre use cores vivas, roupa reflectora e um capacete
- Luzes dianteira e traseira são necessários durante a noite
- Trancar sua bicicleta em todos os momentos no cano para prender bicicleta. U-Lock é recomendado.

Fraude:

- Nunca dê ou emprestar dinheiro a uma pessoa que se aproxima de você na rua. As pessoas vão tirar proveito de sua confiança.
- Quando você compra algo tem que obter um recibo e são cobrados a quantidade certa.
- Certifique-se de que seu cartão é retornado imediatamente.
- Nunca dê informações do seu cartão de crédito ou de cópias do seu cartão a menos que você está pronto para comprar algo.

Em conclusão:

Abraçar esta experiência! Haverá bons e maus momentos, momentos de nervosismo e alegria. No final, você vai sair com novas forças que você nunca pensou possível. Nas décadas de vir você vai olhar para trás em sua decisão de estudar no exterior como um marco histórico na criação de quem você é como um adulto, o que lhe permite dar um contributo forte e única para a comunidade global - em sua própria maneira especial. Estamos orgulhosos de ser uma pequena parte da sua jornada!

QUICK REFERENCE GUIDE

studyinsured™

Stay Healthy At School Program

The StudyInsured™ **Stay Healthy at School program** provides international students in your school district with access to **24/7 mental health support**.

MAIN FEATURES

- Round-the-clock, toll-free Assistance in Canada and the USA and collect outside North America
- Experienced and compassionate counsellors with a Master's degree and five years of clinical experience as minimum requirements
- 100+ languages available
- Pre-booked appointments within 48 hours.

USING THE STAY HEALTHY AT SCHOOL PROGRAM

STUDENTS:

Call 1.833.646.1524 any time, day or night, to access mental health care

OR

Connect on the mobile app or online website (see the **next page** for how to connect)

HOMESTAY FAMILIES, SCHOOL ADMINISTRATORS, & COUNSELLORS:

To request a counselling referral, submit the attached consent form.

Please also attach any assessment documents from any previous counselling sessions the student may have had.

IMPORTANT!

Third parties cannot book appointments on behalf of students without their consent.

CALL US FOR ASSISTANCE

TOLL-FREE **1.866.883.9787**
WORLDWIDE **+1 416.640.7865**

StudyInsured™ Assistance is available 24/7 to help with:

- Locating the nearest medical facility
- Coordinating billing
- Questions about coverage
- Submitting a claim
- Arranging emergency transportation

Notify StudyInsured™ Assistance within 48 hours if you:

- Need to be hospitalized for any reason
- Require surgery of any kind (including dental)
- Need an MRI or CT scan
- Need air transportation
- Need medical attention outside Canada

The above is for informational purposes only and is not legally binding. For a full description of coverage, please read your policy wording.

2023-03

QUICK REFERENCE GUIDE

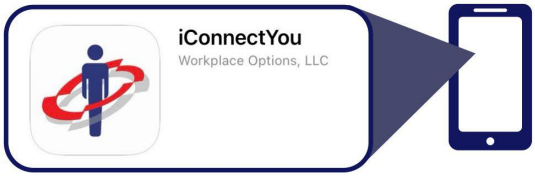
studyinsured™

Stay Healthy At School Program

HOW TO CONNECT ON THE MOBILE APP OR ONLINE WEBSITE

MOBILE APP

Available on Google Play or the App Store



1. **Search and download iConnectYou app**
2. **On the app, click on "Sign Up"**
3. **Enter the following information:**
   - Full name
   - Phone number
   - Email address
   - Account password
   - Passcode: **SHAS**
   - Preferred language
   - Select "I have read and accept the Terms Of Use and Privacy Policy"
4. **Click "Sign Up"**
5. **While signed onto the app, click the three lines on the bottom right side of the page. You will be able to connect to a therapist using the following options:**
   - Call
   - Instant Message
   - Text Message
   - Video Call

ONLINE WEBSITE

Resources and Service Request Portal

1. **Go to ca.helpwhereyouare.com**
2. **Enter company code SHAS and click "Login"**
3. **Choose your language**
4. **Click INTERNATIONAL on left side of webpage**
5. **Choose between scheduling an appointment with a counsellor or LiveConnect**

SCHEDULE AN APPOINTMENT:

- A. **Under the "Centres" section, select "Contact a Counsellor"**
- B. **Enter the required information and a counsellor will contact you within 48 hours to book an appointment**

OR

LIVECONNECT INSTANT MESSAGE:

- A. **Click "LiveConnect" on the bottom right of the webpage**
- B. **On the Anonymous Chat window, select the type of service needed**

CALL US FOR ASSISTANCE

TOLL-FREE **1.866.883.9787**
WORLDWIDE **+1 416.640.7865**

StudyInsured™ Assistance is available 24/7 to help with:

- Locating the nearest medical facility
- Coordinating billing
- Questions about coverage
- Submitting a claim
- Arranging emergency transportation

Notify StudyInsured™ Assistance within 48 hours if you:

- Need to be hospitalized for any reason
- Require surgery of any kind (including dental)
- Need an MRI or CT scan
- Need air transportation
- Need medical attention outside Canada

The above is for informational purposes only and is not legally binding. For a full description of coverage, please read your policy wording.