

动身之前

收集与即将生活学习的城市有关信息	6
携带物品	6
免带物品	7
禁携物品	7
违禁毒品	8
免带物品	8
新西兰气候	8
重要文件保存复印件	9
钱币兑换	10
旅行健康保险	10
学会独立生活	11
提高英语水平	11

BEFORE YOU LEAVE HOME

LOOKING FOR INFORMATION ABOUT THE CITY YOU WILL LIVE AND STUDY IN	6
WHAT TO BRING	6
WHAT TO LEAVE BEHIND	7
Prohibited items	7
Illegal drugs	8
Unnecessary items	8
THE CLIMATE OF NEW ZEALAND	8
KEEPING COPIES OF IMPORTANT DOCUMENTS	9
CHANGING MONEY	10
TRAVEL AND HEALTH INSURANCE	10
BECOMING INDEPENDENT	11
HELPING YOURSELF LEARN ENGLISH	11

BEFORE YOU
LEAVE HOME

动身之前



收集与即将生活学习的城市有关信息**LOOKING FOR INFORMATION ABOUT THE CITY YOU WILL LIVE AND STUDY IN**

动身之前，您应该通过各种渠道尽可能多地了解与前往生活的城市/镇、就读的教育机构有关的信息，以及在新西兰生活学习的注意事项。

除就读学校/机构的网站外，还可浏览以下网站：

www.mynzed.com

www.immigration.govt.nz/livinginnewzealand

www.xtra.co.nz

www.newzealand.com

同时，网上还开设了有关新西兰留学的中文网站和聊天室。

携带物品**WHAT TO BRING**

携带的行李最好不要过重。航空公司对随身携带的手提行李(放置在机舱的行李箱)及托运的行李有严格规定。检票时，航空公司工作人员会对您的行李进行称重。一般情况下，托运行李的重量不得超过20公斤，放入机舱行李箱中的背包重量不得超过7公斤。如果您的行李超重，需要补交运费，或者只能留下部分行李。物品打包之前，一定要先了解您所乘航班的航空公司对行李尺寸、重量、禁带物品及其他事项的有关规定。

此外，如果您需要乘坐新西兰国内航班前往新西兰最终目的地，可能有不同的行李托运规定。请与航空公司代理确认或查看航空公司(所有)关于行李的规定。违反重量规定(无论新西兰国内航空公司或国际航空公司)会给您造成经济负担! 回国时携带行李乘坐航班，同样需要遵守有关的规定。

到新西兰可带以下物品：

- 与您在新西兰学习专业有关的汉语课本
- 电子辞典
- 录音机(用于课堂/教学录音)
- 手机(新西兰的手机比中国贵。参见31页‘联系方式’)
- 家庭亲情的纪念物，如喜爱的音乐CD、家庭、朋友的照片等
- 照相机
- 自己喜好饭菜的菜谱

将您的姓名、
地址和电话号
码写在背包的
内外。

如果您佩戴眼镜，应带一副备份，并带上镜片或隐形眼镜的验光单。将这些物品和常用药放入背包中。许多药品是禁止带入新西兰的。机场的海关人员可能需要了解您随身携带药品的信息(参见16页‘报关’)。药品应放在贴有标签的原包装中。带药品药方及基因名称的复印件。如果您怀疑携带的药品不符合新西兰法律的规定，可向新西兰驻中国大使馆核实。还可以在手提行李中携带以下物品：

- ✓ 换用衣服(至少内衣)、牙刷，以及发生托运行李延误或丢失、或航班延误时所需的其他物品
- ✓ 新西兰亲戚朋友的电话号码及电子邮件地址
- ✓ 新西兰就读学校或机构(留学生办公室)和/或寄宿组织机构的电话号码及电子邮件地址
- ✓ 到达后住宿地的电话号码(包括寄宿家庭的详细资料)
- ✓ 护照与机票
- ✓ 旅行支票、现金或银行卡
- ✓ 个人的重要文件
- ✓ 病历及牙科档案
- ✓ 备用护照相片
- ✓ 填写旅行单证用的铅笔

无论决定携带何种物品，您的行李都要接受旅行安检。到达新西兰时，您本人及背包可能还要接受检查。

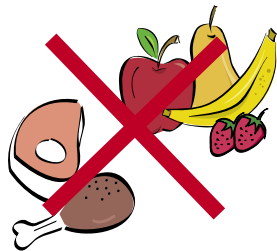
背包一定要自己随身携带，这样可以把所需的常用物品带在身边。行李内外要标记您的姓名及在新西兰的地址(即使是临时地址)。

国际航班偶尔会发生行李丢失。这种情况并不常见。一般来说，航空公司会在一天两天后将找到的行李归还失主。如果您的行李丢失，请与航空公司联系。您需要填写一张表，说明携带的行李(尺寸、颜色、材料、样式及品牌)，以及您前往的地址。行李找到后，航空公司将按表中填写的地址给您送去，通常是免费运送的。

免带物品**WHAT TO LEAVE BEHIND****禁携物品 Prohibited items**

新西兰对带入国内的物品有非常严格的管理规定，需接受无有害物及无疾病检查。您不得携带小动物或昆虫(活的或死的)、新鲜食品，包括肉类食品及

某些包装食品。对可以带入的物品也有限制。如果您带有上述任何物品，到达后必须申报。如果您受到怀疑，需在海关接受检查。相关内容请登录：www.customs.govt.nz。欲了解可以带入物品的更多信息，可登录：www.protectnz.org.nz。对于准备给您寄物品的亲属或朋友，请告诉他们有关新西兰严格的法律规定。



违禁毒品 Illegal drugs



违禁毒品不得带入新西兰。带入毒品将受到关押。他人要求您携带看管行李时一定要提高警惕。

含有麻黄素和假麻黄碱成份的产品，如Contac NT片，在新西兰属于法律限制药物。这就意味着，只有在具有个人正当使用理由的情况下，才能将这些产品带入新西兰。

因为这些材料被广泛用于生产属于A类控制药品的脱氧麻黄碱，如果您与这类被证实用于犯罪目的的原料有关系，将受到新西兰法律的严厉处罚，最高可判七年徒刑。

免带物品 Unnecessary items

您无需带中国的食品(如速食面、小食品等)，因为大部分食品在新西兰都可以买到。许多城镇都有亚洲食品店(参见32页‘食品’)。

在新西兰，您可以借到中文版CD、DVD和录像带，所以这些物品也是少带为佳。

您不需要从中国带电话卡，新西兰到处都卖国际电话卡，价钱很便宜(参见29页‘联系’)。

新西兰气候

THE CLIMATE OF NEW ZEALAND

携带适合新西兰气候的衣物是很重要的。首先要知道，新西兰的季节与北半球国家是相反的。

春季 九月至十一月 夏季 十二月至二月
秋季 三月至五月 冬季 六月至八月

这里的天气变化很快也很明显。所以有人开玩笑说‘一天过了四季’。即使早上天气看起来很好，也最好随身带一件外套或运动衫。相反，早晨很冷的天，到了下午又可能热得不得了。

新西兰通常七月份最冷，一月或二月最热。夏季和冬季的温差不大，尽管内陆和东部山区有很明显的差别(可达14°C)。

夏季平均最高温度	20-25°C
冬季平均最高温度	10-15°C

新西兰大部分下雪在山区。虽然南岛东部和南部冬季有时降雪，但北岛沿海地区和南岛西部很少下雪。新西兰到处都是森林，通常夜晚比较凉，天空晴朗少风。

下表所示为奥克兰、惠灵顿和基督城三个城市，夏季和冬季平均最高温度和最低温度。

城市		温度
奥克兰	1月平均最高/最低温度	23.8°C/16.4°C
奥克兰	7月平均最高/最低温度	14.7°C/ 8.0°C
惠灵顿	1月平均最高/最低温度	20.3°C/13.4°C
惠灵顿	7月平均最高/最低温度	22.5°C/12.2°C
基督城	1月平均最高/最低温度	11.3°C/ 6.2°C
基督城	7月平均最高/最低温度	11.3°C/ 1.7°C



重要文件保存复印件

KEEPING COPIES OF IMPORTANT DOCUMENTS

重要文件要保存复印件，如护照的照片页，页面要保持清晰。这样，发生遗失时便于更换。同样的道理，您应额外保留一套护照备用照片，便于到达新西兰后制作ID(身份)卡。

护照照片页、机票、准备随身携带的驾驶执照和信用卡，以及其他个人资料，如银行和保险的单证等应制作两份复印件。如果您有特殊病史，请带有关病史的英文记录，列出您的旅行支票的序号(用过的支票从复印件中消去号码)。在家人朋友处留一份所有文件的复印件，其他的与随身携带的贵重物品分开放在安全的地方。

在机场购买的任何免税物品要留好发票，以备到达机场时向海关出示。

获得签证前，您还需要知道到达新西兰后准备住在何处，即便只是短暂居住。未安排好住处的将无法获得签证。在这方面，您就读的学校和机构可以帮助安排。到达新西兰后的各类居住地参见28页‘居住地’。

钱币兑换

CHANGING MONEY

前往新西兰时不要带大量现金，这样很不安全。携带大量现金时，最好使用旅行支票。饭店、银行和某些商店都收旅行支票。如果您在新西兰开设了帐户，也可以由中国电子转帐。

您要带够第一周使用的现金，最好是美元或英镑。在新西兰第一周的花费有200美元就足够了。在新西兰，可在机场或城市中的银行、外汇局(Bureau de Change)兑换台换钱，十分方便。

如果您带有10,000新元以上现金，到达机场时需向海关申报(参见16页‘报关’)。在新西兰，在住地存放或随身携带大量现金很不安全。1000以上新元即为大量现金。

大部分信用卡在新西兰广泛使用，如Visa(维萨卡)、MasterCard(万事达卡)、Diners Club卡和American Express(美国万通卡)等。警察局建议使用信用卡而不是现金。

新西兰大部分商店和银行外面都设有ATM(自动柜员机)。只要是四位数PIN(四位数密码)的国际信用卡及ATM卡都可以使用。动身之前您需要到银行核实一下，确认您的PIN在新西兰可以使用。不要向任何人透露您的PIN号码。

到达新西兰后，您应在银行开设一个帐户，因为这里是保存现金最安全的地方。详细说明参见39页。

旅行健康保险

TRAVEL AND HEALTH INSURANCE

在新西兰的留学生必须上医疗保险。您就读的学校和机构可以帮助您投保。有时，保险费是学费中的一部分。



学会独立生活

BECOMING INDEPENDENT

如果到新西兰之前，您与家人住在一起，并需要经过一段时间调整才能适应独立生活。离开中国之前，您要考虑一下在新西兰开始新生活所需的一些技能，动身前如何做好充分准备。您需要学会如何：

预算/
管理资金

安排自己的
时间

独立学习

做饭，
收拾家务

与其他人
一起生活
(非家庭成员)

请记住，如果您在新西兰的生活中遇到困难，可以随时寻求帮助。请阅读这本手册了解有哪些服务机构，以及与他们联系的方法。

提高英语水平

HELPING YOURSELF LEARN ENGLISH

英语掌握得越快，并能够用英文思考问题，您在新西兰生活得越自如。

目前在新西兰就读的，以及在这里留过学的学生一致认为，熟练的英语是适应新西兰生活最重要的因素。在新西兰留学，您需要掌握英语的听、说、读、写能力。

知道要来新西兰后，您应尽快尽可能多地练习英语，看英文电影，听电台的英语节目，看英语电视节目并大量阅读英文读物。互联网上也有各种新西兰报纸和杂志—(可登录的网站有www.stuff.co.nz, www.nzherald.co.nz, www.cuisine.co.nz, www.unlimited.co.nz)。也可以通过互联网搜索引擎搜索ESL查找并浏览英语练习。

有一本电子词典很方便。您还需要备一本英语字典，如Collins Cobuild或Longmans Language Activator，这类字典对英语单词有很清楚的解释。

在新西兰，只要您使用英语就会很快掌握。不要怕用英语交谈和提问！多利用当地图书馆对提高英语水平也很有帮助，这项服务有可能收费。

即使英语不是您学习课程的必修科目，您也需要补习，除非您已精通英语。英语课教授英语的同时，还会让您了解一些有关新西兰的知识。

学习语言是困难的，往往让人感到很吃力。但请您一定要记住，学习英语下的功夫越大，在新西兰生活得就越自如，因此这样做是非常值得的。