

- **音乐**
 - BMA Mag – 一本免费杂志，包含您需要了解的有关演出的所有信息
 - 堪培拉。你可以在咖啡馆、剧院和网上买到它。
 - www.bmamag.com
 - 史密斯另类书店 – 74 Alinga Street, City
 - 小说 – 50 Bunda Street, City
 - Highball Express – Level 1, 82 Alinga Street, City
 - Hippo Co – 1/17 Garema Place, City
 - 地下室 - 2 Cohen Street, Belconnen
 - 堪培拉剧院——城市广场

哪里可以买到便宜的商品

- **家具**
 - The Green Shed – 廉价的二手家具和家居用品。资源管理中心，
Mugga Lane, Hume | 弗莱明顿路 米切尔 | 148-180 City Walk, 堪培拉市
| www.thegreenshed.net.au
 - 前政府家具 – 周一至周六上午 9 点至下午 5 点，周日上午 10 点至 下午 3 点。
6 Yallourn Street, Fyshwick | www.ex-govfurniture.com.au | 6280 6490
- **白色家电**
 - Manhos Renewed Appliances – 优质的二手洗衣机 机器、烘干机和冰箱
1/14 伊普斯维奇街 Fyshwick | 6239 2490
 - Fridgeworld – 二手白色家电。
5/3 Barrier Street, Fyshwick | 6280 4141
- **衣服**
 - 社区信息中心提供 OpShop 列表
格里芬中心，20 Genge Street, City。
 - 救世军 (Salvos) – 植物学街，菲利普 | 约瑟夫森街 88 号，贝尔康嫩
 - St. Vincent de Paul Society (Vinnies) – 10 Buckland St, Mitchell | 一角
Rae 和 Purdue 街，Belconnen | 17 Colbee Court, 菲利普 | 9 伍利街，
迪克森。
- **讨价还价**
 - 车库销售——周六查看堪培拉时报的分类广告 早上。
www.canberratimes.com.au/classifieds/search
 - Gumtree – 通常有便宜的家庭用品/自行车
www.gumtree.com.au
 - Facebook Marketplace – 使用 Facebook 帐户访问无尽的 二手交易。
www.facebook.com/marketplace



学生信息指南

基本联系人 运输
 医疗服务 精神
 残疾服务 食品
 学习点 工作
 Centrelink 法律咨询
 免费心理健康服务
 市场 住宿

艺术 哪里可以买到便宜的物品



向我们询问任何事情！
 格里芬中心, 20 Genge Street, City
 周一至周五, 上午 9 点至下午 5 点开放
info@volunteeringact.org.au
www.volunteeringact.org.au

重要联系人

- 救护车、消防局、警察 – 通过任何电话 (无需 SIM 卡) **000**
- 警察出勤 – 131 444
- 毒药信息热线 – 13 11 26
- 生命线 – 13 11 44
- 24 小时健康热线 – 1800 022 222
- 紧急住宿之门—— (无家可归者)
 - Onelink **1800 176 468**
- 紧急经济或粮食援助-完整的列表去牛逼 **www.vc-act.org.au/info-guides/**
- 堪培拉强奸危机中心 – 6247 2525
- 家庭暴力危机服务 – 6280 0900
- 笔译和口译 – 13 14 15

运输

- **Transport Canberra (TC) – 中央巴士和轻轨交通系统 堪培拉**
www.transport.act.gov.au | 131 710 | 免费应用 – mybus 2.0
 - 要使用任何堪培拉巴士或轻轨, 您需要一张“MyWay”卡。访问最近的 通讯社或主要终端, 您可以在旅行前购买。您可以 计划您的旅程 **www.transport.act.gov.au/getting-around/journey-planner**
- **轻轨——**在冈嘎林和市区之间运营, 最多每 5 分钟一班。
- **有用的巴士 –**
 - Blue Rapid 在 Belconnen、Civic、Woden 和 Tuggeranong 之间频繁运行。
 - Red Rapid 在 Gungahlin、City、Russell、Barton、Kingston 之间频繁运行 和 菲什维克。
- **来自 Civic 的末班车 –**查看网站了解更改。
 - 工作日从 Civic 出发的最后一班快速巴士大约在 晚上 11:35。
 - 周末从 Civic 出发的最后一班 Rapid 巴士大约在 3 小时发车。午夜 星期六和星期日 晚上 9:10。
- **请注意 :**
 - 郊区巴士最早可在工作日 晚上 9:30 和周末 晚上 7 点结束。 使用最便宜的巴士时, 请务必点击上下车。
- **自行车——**这是游览堪培拉、省钱和保持健康的最佳方式之一。
 - The ReCyclery – 购买便宜的自行车 **www.canberraenvironment.org/the-recyclery**
 - The Green Shed – 购买便宜的、二手的、维修过的自行车。
米切尔弗莱明顿路
- **自行车和步行 -免费应用: 堪培拉地图和步行**

- **出租车**
 - Cab Xpress (提供轮椅无障碍通道) **www.cabxpress.com.au 13 92 87 | 6181 2700**
 - 堪培拉精英和银牌服务 **www.canberracabs.com.au | 13 22 27**
- **火车** **www.nswtrainlink.info | 13 22 32**
- **机场** **www.canberraairport.com.au | 6275 2222**

医疗服务

- **批量计费医生 - (适用于学生)**
- **AC Dickson Health Service –**提前致电进行批量收费咨询。迪克森商店, 安提尔街。周一至周五上午 9 点至下午 4 点 **6248 6677**
- **ANU Health Service –**向国内学生批量收费; 国际大宗票据 如果 Worldcare 或 Medibank 承保的学生, 请参加分诊预约 上午和下午。周一至周四, 上午 9 点至下午 5 点和周五上午 9 点至下午 4 点 **6125 3598**
- **The Junction Youth Health Service –**为 12-25 岁的年轻人批量计费 & 孩子们。30 Scotts Crossing, 思域。周一至周五上午 9:30 至下午 5 点 **6232 242**
- **堪培拉大学医学与咨询中心 –**国内大宗账单 学生们; 如果 Worldcare 或 Medibank 承保, 则向国际学生收取大宗账单, 麒麟街 1 号 B 层 1 号楼。周一至周五上午 9 点至下午 5 点 **www.canberra.edu.au/medical-coun sell/book-online | 6201 2351**
- **Ginninderra 医疗中心——**为那些持有 Medicare 卡的人提供**大额**账单。一角 Nettlefold Street 和 Coulter Drive。只参加一般实践, 周一 - 周五早上 7 点到晚上 10 点, 周六到周日早上 8 点到晚上 10 点 **6112 7111**
- **性健康和计划生育法案 (SHOPACT) –**全职**大额**账单 学生、21 岁以下人士和优惠卡持有者。周二周四 上午 8:30-下午 5:30, 星期三上午 8:30-下午 6:30, 星期五上午 8:30-下午 1:30 **1/28 大学大道堪培拉市 | 6247 3077**

灵性

- **礼拜场所**
 - 堪培拉教堂——堪培拉基督教教堂的数据库 **www.canberrachurches.org | www.australianchurches.net.au/**
 - 堪培拉清真寺 – 130 Empire Circuit, Yarralumla ACT 2600 **6273 1911**
 - ACT 犹太社区 – **www.actjc.org.au**
 - 印度教文化庙宇和中心 – 81 Ratcliffe Crescent, Florey **www.htcc.org.au | htccfloreytemple@gmail.com | 6259 3057**
 - 澳大利亚国立大学佛教协会 – **anu.buddhist.association@gmail.com**

• 大学教牧关怀

- ANU Chaplaincy – 一个提供精神支持、教牧关怀和转介的地方 所有信仰的机密基础。位于学生会大楼内。打开 在学期期间周一至周五上午 10 点至下午 4 点以及其他时间需预约。
6125 4246 | chaplaincy@anu.edu.au
- CIT 教牧支持——每个 CIT 中心都有一名教牧关怀官。
- **加州大学多信仰中心**——为所有教职工和学生提供教牧关怀服务。
6201 2351 | chaplaincy@canberra.edu.au

残障服务

• 校园服务

- **ACU 残疾服务 – 发送**电子邮件至disabledadviser.sig@acu.edu.au或访问www.students.acu.edu.au
- **CIT 残疾支持-** 帮助残疾学生的个人支持。
www.cit.edu.au/current/services/student_support/disability_support
布鲁斯6207 4929里德6207 3329
- **ANU Access and Inclusion** –倡导和援助以帮助克服 残疾造成的学习挑战
6125 5036
- **ANU 残障学生协会**–支持和倡导 · 由学生管理
www.fb.com/groups/anudsa | sa.disabilities@anu.edu.au
- **UC Inclusion and Welfare** –为所有学生提供一般福利支持 · 支持 有残疾或持续健康状况的学生
inclusion@canberra.edu.au | welfare@canberra.edu.au | 6201 5233
- **倡导包容性**——为以下群体提供系统的、个人的和自我倡导的支持 残疾人。
Info @advocacyforinclusion | www.advocacyforinclusion.frg | 6257 4005
- **ACT 残疾老年和照护者倡导服务 (ADACAS)** –个人倡导 为残疾人土和心理健康消费者
13 36 77

食物

• 超市

- Dickson Woolworths – **1 Dickson Place, Dickson**
- 堪培拉中心 – **(Coles, ALDI) Bunda Street, Civic**
- IGA X-press – **Eastrow East Row Civic** (在巴士转换站)
- Spar – **Allsop Street** 和 **Marcus Clarke** 的拐角处
- UC/CIT – **Bruce Belconnen Westfield (Woolworths, Coles, Aldi) Benjamin**
办法。
- **食品合作社和有机超市**
- Choku bai jo – **2 Colville Street, Lyneham** ; 科廷广场, 科廷
6162 3444
- The ANU Food Co-Op – **3 Kingsley Street, Acton**
6230 7505

- **15 美元以下的廉价餐点**——全都提供素食选项
- CBD Dumpling House – **148 Bunda Street, Civic | 6262 8855**
- Shanghai Dumplings – **2/35 Childers Street, Acton | 6262 8884**
- Dumpling House – **2 Cape St, Dickson | 6248 8350**
- The Front Gallery & Café – 堪培拉的一家机构, 提供美味的咖啡和学习场所。
1 Wattle Place, 莱纳姆 | 6249 8453
- Yarralumla Halal Pide House – 堪培拉吃烤肉串的好地方。
47 Novar Street, Yarralumla | 6281 1991
- Brodburger – 这些美味的汉堡很大而且价格实惠。
11 金斯敦温特沃斯大道 | www.brodburger.com.au | 6162 0793
- Grill'd – 美味、实惠且适合素食主义者。堪培拉的烧烤餐厅 中心

学习地点

• 图书馆

- 澳大利亚国家图书馆 – 每个学生的绝佳资源。快速巴士之旅 蓝色快速。
帕克斯广场 | www.nla.gov.au
- ACT 图书馆——在当地图书馆找一个舒适的地方。
www.library.act.gov.au
- **咖啡店**——堪培拉有许多很棒的咖啡店, 提供免费 Wi-Fi, 我们鼓励您去探索。确保您点了一杯咖啡或一顿饭 支持这些伟大的企业。
- The Front Gallery & Café – **1 Wattle Pl Lyneham | 6249 8453**
- High Road – **Cape & Woolley Street, Dickson | 6181 7799**
- Lonsdale Street Roasters – **7 Lonsdale St Braddon | 6156 0975**
- **澳大利亚国立大学学生空间**——澳大利亚国立大学中心的免费茶水和舒适的沙发
Melville Hall – Building 12, Ellery Crescent | www.anusa.com.au/bkss
- **公园**——对于喜欢户外活动的人, 您可以找到**城市公园的列表**。
www.tccs.act.gov.au/city-living/recreation
- **Wi-Fi** –大多数购物中心和麦当劳都提供免费 Wi-Fi

工作

许多学生在学习期间兼职工作 · 并且有很多选择 那些寻求兼职工作的人。一些流行的工作招待、零售、管理, 辅导。

• 面对面

如果您正在寻找酒店或零售工作, 请亲自介绍自己 商业可以是一个很好的策略。一些不错的购物和餐厅区包括 Woden/Belconnen Westfield, Emu Bank, City Walk, Kingston Foreshore, Manuka, 和布拉登。

- 提醒——不要在企业忙于 客户, 例如在早上喝咖啡的高峰期。

• 在线的

- Seek.com – www.seek.com.au
- CareerOne – www.careerone.com.au
- 求职 - www.jobsearch.gov.au
- 在线大学工作门户—大多数大学都有自己的工作门户。通常对不寻常和有趣的选项有用，通常有辅导工作。
- Ethicaljobs.com – 专门提供非营利部门的工作。
www.ethicaljobs.com.au。
- APS 工作机会 – 澳大利亚公共服务部门的工作
www.apsjobs.gov.au

• 帮助和建议

您的大学就业中心可以提供有用的建议和帮助来导航工作的世界。

- ANU 职业中心——周一上午 11 点至下午 1 点欢迎来访，周三 2pm-4pm 和周五 10am-12pm
Careers.anu.edu.au | 6125 3593
- UC CareerHub – www.canberra.edu.au/careers | 6206 8807

• 志愿服务和实习

做志愿工作是获得经验、获得技能和给予帮助的好方法自己在就业市场上的优势。

- VolunteeringACT – ACT 志愿服务的最高机构。你可以在他们的网站上查看志愿服务机会 www.volunteeringact.org.au 或进入社区信息中心。
格里芬中心，堪培拉 Genge 街 20 号。6251 4060
- 澳大利亚国家实习计划 (ANIP) – 适用于澳大利亚国立大学的学生。这是一个优秀的计划，包括参加实习 你的学位结构。查看 www.anip.anu.edu.au 上的详细信息
- 通过 UC 实习——堪培拉大学开设了多个 实习计划，包括“工作综合学习”和“社区实习计划”。
www.canberra.edu.au/future-students/support-at-uc/careers-support | 6201 511

CENTRELINK

在某些情况下，学生有资格通过以下方式获得经济支持 中联。

- **信息** – 以下是有关如何最简单的导航方式的一些基础知识 Centrelink 迷宫。
- **学生更新 Facebook 页面** – www.facebook.com/StudentUpdate
- **Human Service Online Payment Finder** – 这将为提供一些 关于您可能没有资格获得什么的初步想法。
Google '**Centrelink 付款查找器**' | 132 490

• 关于更容易通过 Centrelink 的建议

- 做研究并学习一些基本术语，向其他人询问类似的问题 情况，并查看人类服务网站 www.humanservices.gov.au。
- 留出时间并知道您将接电话一段时间。搁置 时间并准备好耐心。
- 准备好您的所有文件、身份证明和参考编号。
- 提出问题并说清楚。确保您了解您的义务和 权利。
- 在您致电或访问 Centrelink 以及与谁交谈时保留记录记录参考编号。尽可能多地记录。
- 有关最相关的信息，请联系 Centrelink
www.servicesaustralia.gov.au/individuals/centrelink | 132 490

法律咨询

- **免费法律援助热线**– 免费法律信息、转介和建议 ACT 中的任何人。周一至周五上午 8 点 30 分至下午 5 点
1300 654 314
- **免费法律咨询/法律咨询局 (ACT 律师协会)** ——免费 15-分钟咨询。周一至周五中午 12:30 至下午 2 点。仅限预约。
法雷尔广场 411 号 | 6274 0300
- **妇女法律中心**– 为以下人士提供免费、保密的电话咨询 妇女在法律问题上。仅限约会。
6257 4499
- **ANU 学生协会**–就所有法律事务向注册学生提供建议。周一、周二和周三预约
6125 2444 | sa.admin@anu.edu.au | sa.legal@anu.edu.au
- **Street Law Free** –为那些经历或有风险的人提供法律帮助 无家可归。
21 巴里驱动特纳 | 1800 STR LAW (787 529) | 6218 7995

免费心理健康服务

- **ACU 免费咨询**服务——周二和周三为学生提供。 目前的学生将通过学生门户进行预约。
www.acu.edu.au
- **ANU 咨询中心** –周一至周五上午 9 点至下午 4.45 (下午 1-2 点关闭)
6125 2442
- **CIT 咨询**——24小时危机支持。合格的校园辅导员 学生支持
6207 3290
- **堪培拉大学咨询服务**–紧急预约 每天提供。周一至周五上午 9 点至下午 5 点
麒麟街1号B层1号楼 | 6201 2351
- **Lifeline** – 24/7 电话咨询
13 11 14

- **ACT 帮助热线**—免费且保密的服务·提供心理健康 信息支持和推荐（同行领导）。周一至周五下午 5 点至晚上 9 点。
6246 7180
- **重要**——获得补贴心理健康服务的另一种选择 **国内学生**通过 Medicare 的 Better Access 计划。你可以 **根据 GP 心理健康治疗**·有资格获得最多 6 项心理健康服务 计划。有关更多信息，请访问您的全科医生或 www.health.gov.au | **132 011**

市场

- **食品市场**
 - Fyshwick 市场 – 周四至周日。经济实惠的新鲜农产品，包括 水果、蔬菜、肉类和鱼类。周日下午是获得 便宜货。乘坐980路公交车。
36 Mildura Street, Fyshwick
 - Belconnen 市场 – 周三至周日。有机农产品商店可用。乘坐蓝色快速巴士。
贝尔康纳韦斯特菲尔德。
 - 首都地区农贸市场 – 周六上午 7:30 至上午 11 点。捡到优秀当地产品。乘坐 950 路公交车。
堪培拉展览公园 (EPIC)
 - 南边农贸市场 – 周日上午 8 点至上午 11:30。类似资本的摊位 地区农贸市场。乘坐蓝色快速巴士。
菲利普朗塞斯顿街 40 号。
 - Haig Park Village Markets – 轻松而充满活力的市场，供应新鲜的当地美食 制作、款待和现场音乐。每周日上午 9 点至下午 2 点
黑格公园, 布拉登 | www.haigparkvillagemarkets.com.au
- **堪培拉时尚市场**—发现新的和喜爱的时尚，包括 设计师标签和一系列款式。
The Fitters Workshop Canberra | www.canberramarkets.net.au/category/fashion-market/
- **工艺品/古董市场** –
 - 堪培拉古董中心 – 家具、小玩意儿、古董应有尽有！周一至周日上午 10 点至下午 5 点。平日乘坐200路公交车，980路 周末巴士。
菲什维克汤斯维尔街 37 号
 - 热爱当地市场——堪培拉和地区精品店的海量选择 产品。每个月的最后一个星期日**The Plot, 12 Beltana Road, Pialligo | www.theplotpialligo.com.au**

住宿

- **在校园**
如果您来自州际、海外或以前从未在外居住过，请留在 在校园里是结交朋友、轻松融入大学生生活和加入校园的绝佳方式 欢迎和支持社区。
 - ACU
– www.acu.edu.au/about_acu/campuses/canberra/accommodation | **5336 5323**
 - ANU – anu.edu.au/study/accommodation | **1800 620 032**
 - CIT – www.cit.edu.au/study/accommodation | **6207 3188**
 - 加州大学 – www.canberra.edu.au/residences | **6201 2000**
- **校外**
 - Tenants Union ACT Inc. – 一个很好的资源，可以询问有关 出租和共享住房。它有关于出租、转租、租赁的信息，预算、债券等。如果您有法律问题，可以致电他们 在工作日上午 10:00 至 11:30 之间提供租户咨询服务。留下详细信息，他们会回复您。
www.tenantsact.org.au | 6247 2011
 - Allhomes – www.allhomes.com.au
 - Gumtree – www.gumtree.com.au
 - Housing Online – www.housingonline.anu.edu.au
 - Flat Mates – www.flatmates.com.au/act
- **学生合作社** –
如果您正在寻找校园或传统合租房屋的替代方案 住宿，也许你应该考虑看看堪培拉学生住房合作社。CSHC 靠近城市，是一个由学生经营的住宅，拥有 **关注可持续性和社区**。
www.csh.coop | contact@csh.coop
- **重要**—切勿在未查看租赁合同的情况下签署租约或签订正式协议 房间/财产第一。如果您对涉及共享的情况感到不快 房子，考虑致电租户联盟。

艺术

- **画廊**
 - 议会三角区——文化堪培拉的第一站 经验，与许多大型画廊和机构，如 国家 澳大利亚画廊、Questacon、国家肖像画廊和 澳大利亚国家图书馆。搭乘 Blue Rapid 到 Albert Hall，然后 步行到帕克斯广场。
 - 参观堪培拉——画廊和展览的广泛列表
www.visitcanberra.com.au/find/attraction/museums-galleries
- **涂鸦**——堪培拉有一系列合法的涂鸦景点，您可以去看看。一些附近的大学包括
 - Kaleen – **Underpass, Maribyrnong Avenue**
 - Lyneham – **马桶墙, Lyneham 小学椭圆形, Hall Street**
 - Turner – **Barry Drive, Sullivan's Crescent 集水区**
 - Dickson – **开普街 Super Bao 附近的路径**