



加拿大 留学移民 直通车

严明 主编
范懿明 姚春雨 副主编

Express to Canada
A Comprehensive Guidebook

热点资讯的**窗口**
申请攻略的**参谋**
文化留学的**向导**
国外生活的**助手**



化学工业出版社

CANADA



加拿大 留学移民 直通车

Express to Canada

A Comprehensive Guidebook

严 明 主 编
范懿明 姚春雨 副主编



化学工业出版社

· 北 京 ·

本书从学业、工作、生活、文化的立体视角深入,诠释了加拿大留学的全过程,详细聚集加拿大留学与生活的全攻略话题,分为上篇:初识加拿大,下篇:留学移民路两部分。全书汇集为何加拿大、文化不休克、观光在加国、教育面面观、留学攻略论、写作主题谈、百味留学生、移民新动态、申请新领航、我想有个家以及理念资讯篇十一个核心章节,为读者彻底解读走进加拿大的每个环节与诀窍。

本书内容全面、实用,语言通俗易懂,针对性强。可供具有跨文化兴趣或留学移民意向,特别适合赴加拿大留学、移民的学生、家长、成功人士、留学中介从业人员及其他相关人员阅读使用。

图书在版编目(CIP)数据

加拿大留学移民直通车/严明主编. —北京:化学工业出版社, 2012. 5

ISBN 978-7-122-13782-1

I. 加… II. 严… III. ①留学教育-概况-加拿大
②移民-基本知识-加拿大 IV. ①G649.711 ②D771.138

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第046531号

责任编辑:曾照华
责任校对:洪雅姝

文字编辑:谢蓉蓉
装帧设计:王晓宇

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印刷:北京永鑫印刷有限责任公司

装订:三河市万龙印装有限公司

787mm×1092mm 1/16 印张20¹/₂ 彩插8 字数476千字 2012年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899

网址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 49.00元

版权所有 违者必究

序

PREFACE

严明博士主编的《加拿大留学移民直通车》一下子把我的记忆带回到24年前，也就是1988年1月14日这一天。那天，我跨出国门，第一次踏上去加拿大多伦多大学攻读博士学位的旅途。加拿大这块土地当时对我来讲既神奇又陌生，我路上一直思忖，1月14日上海正值三九寒天，加拿大更不知会冷到什么样子了。到了温哥华得下飞机换乘去多伦多的航班，我下机后立刻把我携带的衣服全部拿出来，从头到脚把自己严严实实地裹了起来。但想不到有空调的机场大厅里很暖和，不一会儿我热得无法忍受，而去多伦多的班机要四五个小时才会起飞，越等越憋得慌，尽管当时已经黄昏，外面天色已经暗淡下来了，但我想还是出去透一下气，顺便还可一睹温哥华这座城市的风采，这样我就大着胆子走出机场。哪知外面的天气却比上海的冬天还暖和，天上还下着毛毛雨呢！但机场离温哥华有多远？怎样走？我一无所知。不一会儿，来到机场附近的汽车站，我刚准备打听去市中心的汽车时，忽然耳边响起了一个讲上海话的声音：“我看侬轨位先生是上海人。”我回头一看，一个50开外的操上海话的中国人正在向我打招呼！当时惊喜的心情是无法形容的，我立刻把他当作他乡所遇到的故旧，和他攀谈起来。我现在还记得他叫王世盐，是上海解放前夕到温哥华的，现在的职业是牧师。他帮我买了车票，还带我到唐人街，请我吃了顿扬州炒饭和油条皮蛋粥，吃剩下的他都给我打包，说可充当我的下顿之餐。他再送我上回机场的公共汽车，又替我买了车票。我对这位萍水相逢的“故旧”道谢不已，这是我到加拿大这一异国他乡感受到的第一份温暖，至今我对它还倍感亲切，难以释怀。

从温哥华到多伦多相当于从上海到拉萨这样遥远的距离，



Express to Canada A Comprehensive Guidebook

加拿大留学移民直通车





至少有三个小时的时差，飞机要飞上四五个小时，当我到达多伦多，走出机场时，发现天已拂晓。我孤身一人，提着两只箱子，环顾四周，漫天大雪，一片白皑皑的银色世界。我生平第一次看到的高架道路，上面疾驰着汽车，是那么高不可及。但就是在这座当时对我完全陌生的城市里，我竟然度过了整整8年又9个月的光阴，而在这漫长的留加生活里，我可以说时时有像王牧师那样的好人，不断给我送来人间温暖。

来到多伦多大学的第二年，我的妻子和13岁的女儿也到多伦多来陪读了，我们搬进了多伦多大学“已婚学生寓所大楼”，该大楼坐落在布洛尔街（Bloor Street）和央街（Yonge Street）的交接处，从自己二十三层寓所向南眺望，无论白昼黑夜，都能看到屹立在安大略湖旁英姿焕发的多伦多电视塔。央街据说全长有1897公里，是世界上最长的街道。央街从安大略湖到布洛尔街一段是多市最为繁华的地方了。从我寓所向下望去，熙熙攘攘的人群和川流不息的车辆在我眼前宛然巨龙般强劲地跳动。多伦多大学离这红尘滚滚的央街却只在咫尺之间，沿布洛尔街往西步行5分钟，就能从一条称为“哲人之道”的幽径直通多伦多大学的主楼——哈特大厦。这座大厦和它一侧的其他一些古老的建筑群巍峨高大、庄重肃穆。它们的方形屋顶、长春藤覆盖的墙壁和哥特式内景，楼内幽暗的甬道，古老的摆设，使人恍然觉得置身于牛津和剑桥建校时期的中世纪。哈特大厦前面是国王学院圆形大操场，操场绿草如茵，秀色可餐。在这里散步的时候，四周一片静谧的空间里哪里找得到喧嚣闹市的一丝一毫的痕迹？我虽不是个宗教信仰徒，但常常喜欢进入哈特大厦内的私人祈祷室里住上片刻，闭目养神间，不由自主地在古贤先哲们的精神王国里神游起来。离开多伦多大学，不管是从“哲人之道”原路折回布洛尔街，还是从其他几个出口出圆形大操场，再从书院街或穿皇后公园回到闹市，仅需不到5分钟的时间，人的感觉好象经过时光的通道，一下子从中世纪回转到今天的人间。当我1996年6月取

得多伦多大学博士学位准备回国时，我对多伦多这座城市恋恋不舍。我在自己编写的一本书中，这样描绘自己的心情：“只觉得自己在将要回到了一个久别的母亲怀抱的同时，却又离开了另一个母亲”。●

在经济全球化背景下，教育国际化（Internationalization of Education）也已经成为一股汹涌澎湃的潮流。加拿大是个年轻的国家，她虽然已经很发达了，但还有很大的开发潜力。要发展，要建设就需要资金和人才，加拿大近年来放宽和调整了移民政策，特别注重对亚裔民族的开放，鼓励亚洲人以技术移民和投资移民身份去加拿大，华裔移民人数近年来飞快增长，而随着华裔移民人口的增长，他们的政治、经济地位也得到了提高。

加拿大政府不仅鼓励我国优秀人才去移民，而且非常重视中加两国的教育和学术交流。为了让我国人民，特别我国的知识界人士更好地了解加拿大，加拿大设立了各种奖学金，有9个月到一年的比较长期的交流学者，还有5个星期的“中国学者加拿大研究特别奖学金”，资助去加拿大的高校教师。在加拿大政府鼓励和支持下，包括北京大学、复旦大学在内的40多所重点高校设立了加拿大研究中心，它们起着联系和加强中加两国间文化、学术、教育等领域交流和合作的纽带作用，这些加拿大研究中心于1984年在重庆外国语大学成立中国加拿大研究协会。最近几年，加拿大外交和国际贸易部（Department of Foreign Affairs and International Trade, 即DFAIT）还出台了“了解加拿大：加拿大研究项目（Understanding Canada: Canadian Studies”，其目的是加深国外学者和有影响力的团队对加拿大本土文化、价值观的认识和了解。在此项目下，还设立了一个学生交流资助项目（Student Mobility Support Project），专门资助中加两国大学生的交流。我相信有志于去加拿大的中国学者或学生，一定能从严明博士的这本书里得到所需的信息和有益的启迪。

明俞
印理

2012. 4 上海



●《多伦多—安大略湖畔的翡翠》俞理明，张雷，顾今编著，上海交通大学出版社，2006。

前言 FOREWORD

我国人才国际化的志向与理念从古代“丈夫所志在经国，期使四海皆衽席”之说，到近代“以西方之学术，灌输于中国，使中国日趋于文明富强之境”之愿，直至当今“国内教育+海外教育”的世界教育经济一体化取向，已经演化为决定中国国力复兴和国际化进程的重要因素。其中负笈海外的留学群体毋庸置疑地成为带来文化冲击和国际视野的社会改造生力军。在新时期，国内留学潮已展现出从精英到大众、从学科到文化、从职业化到年轻化的特征，现代教育投资理念的普及对社会及家庭均产生了深远影响，因而新生代留学潮的崛起也体现了莘莘学子及其家庭未雨绸缪、放眼世界和与时俱进的国际视野。

在这样一个效率第一、实战优先的现代社会背景下，人生规划的深谋远虑赖于行动而始于信息。详细聚焦加拿大留学与生活的全攻略话题，分为上篇：初识加拿大，下篇：留学移民路两部分。全书汇集为何加拿大、文化不休克、观光在加国、教育面面观、留学攻略论、写作主题谈、百味留学生、移民新动态、申请新领航、我想有个家以及理念资讯篇十一个核心章节，为读者彻底解读走进加拿大的每个环节与诀窍；打开加国生活的多个窗口眼界；提供加国文化的精髓常识，从而帮助他们打开视野，伴随他们异国生活。

值得一提的是，本书从学业、工作、生活、文化的立体视角深入诠释加国留学移民的过程和主题，帮助未出和初出国门者跨越文化与生活障碍，因此不但对于计划中的赴加人员不可或缺，也是国内广大学子和读者了解留学生活、适应海外文化和优化国际视野的良师益友。



承蒙上海交通大学博士生导师，加拿大教育研究专家俞理明教授慨然为本书作序，这是对我们编者的巨大支持。感谢本书所有编者为本书付出的努力与辛劳。书中的疏漏不妥之处在所难免，谨请读者们给予指正。

严 明

2012.1 上海



CONTENTS



目 录



上篇：初识加拿大

	Page
1 为何加拿大	002
1.1 历史与地理	003
1.1.1 加拿大历史	003
1.1.2 加拿大地理	005
1.2 政治与社会	006
1.2.1 政治环境	006
1.2.2 社会机制	008
1.3 文化与生活	012
1.3.1 传统节日枚举	012
1.3.2 民俗生活点滴	014
1.3.3 文化名人拾零	016

	Page
2 文化不休克	021
2.1 衣食住行在加国	022
2.1.1 着装	022
2.1.2 饮食	023
2.1.3 家居	026
2.1.4 出行	030

2.2	文化符号看加国	036
2.2.1	加国的本土艺术	036
2.2.2	标志性文化符号	041
2.2.3	风俗人情再细看	044
2.3	社会福利解常识	049
2.3.1	社会福利制度简介	049
2.3.2	医疗保险卡常识	051
2.3.3	医疗制度在各省	054
2.3.4	社会福利留学生	056

3

Page

059

观光在加国

3.1	加国那些地儿	060
3.1.1	大名气大城市	060
3.1.2	小众范小城镇	065
3.2	加国那些景儿	069
3.2.1	到了这里能干啥	069
3.2.2	电影中的加拿大	079
3.3	旅游小贴士	081
3.3.1	住宿	081
3.3.2	购物	083
3.3.3	须知	085



下篇：留学移民路

4

Page

088

教育面面观

4.1	教育制度及选拔	089
4.1.1	制度综述	089

4.1.2 总体优势	092
4.1.3 学校类型	093
4.1.4 选拔录取	097
4.2 名校排行及专业	099
4.2.1 近期排名一览	099
4.2.2 热门专业一览	101
4.2.3 重点学科排名	104
4.2.4 名校背景一览	106
4.3 留学加国关键词	119

5 留学攻略论 Page 125

5.1 申请流程及介绍	126
5.1.1 中学申请导航	126
5.1.2 大学申请导航	137
5.1.3 研究生申请导航	148
5.2 留学签证申请事项	154
5.2.1 留学签证含义	154
5.2.2 留学签证办理	156
5.2.3 留学签证表格填写	158

6 写作主题谈 Page 164

6.1 个人陈述写作	165
6.1.1 个人陈述要素	165
6.1.2 个人陈述范文	166
6.2 简历写作	168
6.2.1 简历内容及要素	168
6.2.2 简历类型及范例	171

6.3 推荐信写作	177
6.3.1 推荐信写作要点	177
6.3.2 推荐信写作示例	178
6.3.3 文书准备小贴士	179
6.4 常规考试及模式	179
6.4.1 SAT	179
6.4.2 TOEFL	179
6.4.3 IELTS	180
6.4.4 GRE	180
6.4.5 GMAT	181
6.4.6 MELAB	181
6.4.7 MCAT	182
6.4.8 留学考试小贴士	182

7 百味留学生 Page 184

7.1 行前准备	185
7.1.1 行李准备	185
7.1.2 资金准备	190
7.1.3 资讯准备	196
7.1.4 旅程准备	199
7.2 学校学习	201
7.2.1 报到事项	201
7.2.2 生活准备	202
7.2.3 学习研究	205
7.3 勤工俭学	207
7.3.1 加国兼职政策	207
7.3.2 如何寻找兼职	208
7.4 语言交际	209

7.4.1	如何尽快适应	210
7.4.2	交往注意事项	211
7.4.3	日常交际用语	213

8 移民新动态 Page 220

8.1	移民类别及条件	221
8.1.1	独立技术移民	221
8.1.2	魁北克省技术移民	222
8.1.3	经验类移民	223
8.1.4	商业移民	224
8.1.5	家庭团聚类移民	228
8.1.6	省政府提名移民	229
8.2	加国移民多优势	239
8.3	热点新推荐	242
8.4	政策新趋势	243

9 申请新领航 Page 247

9.1	评估有方向	248
9.1.1	联邦技术移民自我评估	248
9.1.2	魁北克技术移民评估	252
9.1.3	商业移民自我评估	252
9.2	流程全知道	254
9.2.1	联邦技术移民“五步曲”	254
9.2.2	商业移民申请流程	263
9.2.3	魁北克与联邦移民申请差别	265
9.3	申请表格填写及材料准备	266
9.3.1	重要表格填写	266

9.3.2	材料准备样本	272
9.3.3	材料准备须知	277

10	我想有个家	Page 280
-----------	--------------	-----------------

10.1	寻找房屋	281
10.1.1	租房	281
10.1.2	买房	282
10.2	贷款选择	282
10.3	子女教育	284
10.3.1	学前教育	284
10.3.2	中小学教育	284
10.4	学车买车	285
10.4.1	学车	285
10.4.2	买车	287
10.5	保险事宜	289
10.5.1	养老保险	289
10.5.2	就业保险	290
10.5.3	医疗保险	291
10.5.4	人寿保险	292
10.5.5	房屋保险	292
10.5.6	汽车保险	293
10.6	各类卡证	294
10.6.1	枫叶卡	294
10.6.2	社会保险卡	295
10.6.3	医疗保险卡	296
10.6.4	临时居民签证	297
10.7	工作发展	298
10.7.1	地区与工作	298

10.7.2 求职的途径	299
--------------	-----

11	理念资讯篇	Page
		301
11.1	校训启示录	302
11.2	网站推荐表	306
11.3	热词ABC	309



上篇：

初识加拿大



1 为何加拿大



被称为“枫叶之国”的加拿大有着很多充满对比的特色。“加拿大”一词源于原住民语言休伦-易洛魁语中的Kanata，意为“村庄”，但这个“村庄”却是世界上的第二大国，仅次于俄罗斯，是北美洲最北的一个国家。这样一个大国人口密度却非常低，总共只有约3200万居民。由于气候寒冷，最早的居民是印第安人和因纽特人，主要依靠自然资源生活。但是如今的加拿大是个具有现代化工业及科技水平的发达国家，能源资源充足，风光优美，文化多元，民风朴实，体制完善，它的自然环境和人文环境始终吸引着世界各地的人们。

