

生活技能 084

開始到加拿大 打工度假

作者・攝影 © 陳玉琳 (Vicky Isler)



圖片提供 / Kun Chang

如何申請加拿大打工度假

加拿大打工度假(Working Holiday)是體驗加拿大計畫(International Experience Canada簡稱IEC)3種項目其一，另外尚有專業青年(Young Professionals)及建教合作(International Co-op/Internship)，本書所提供的申請方式以打工度假為主(持台灣護照)，可以在加拿大居住最久一年，且核發工作許可證讓青年合法工作以支付旅費，每個人只有一次機會。

申請資格

- 條件** 第一次參加體驗加拿大計畫(IEC)
- 年齡** 18~35歲(36歲生日之前)
- 須備證件** 護照(建議有2年以上效期)
- 報名費** 加幣\$226(每年皆可能調整)
- 申請時間** 見網站公告
- 名額** 每年940名
- 網址** www.canada.org.tw 加拿大駐台北貿易辦事處(點選連結→體驗加拿大)



圖片提供 / Kun Chang

查詢是否開放申請及名額

加拿大打工度假的申請制度為「隨機抽選」並非先搶先贏，如果想參加應先上網查看該年度是否已開放申請，只要是開放的狀態隨時可填寫資料加入

隨機抽選的名單(pool)，最晚在年度抽選季的「最終輪抽選」前加入都有被抽中的機會。

網址www.cic.gc.ca/english/work/iec/selections.asp



1. Taiwan—Working Holiday 下方會顯示pool(隨機抽選名單)是否已開放加入，此網頁顯示為：於某某時間已開放(pool is open)，如果符合條件就可以立即申請。
由上而下顯示的資訊分別為：
2. 打工度假開放名額 / 第一輪抽選日期 / 最終輪抽選日期 / 目前已邀請的人數 / 打工度假尚餘名額數 / 候選人數(隨機抽選名單的人數)
3. 目前被抽中的機率高低
Excellent = 80% - 99% 的機率 / Very good = 60% - 79% 的機率
Fair = 40% - 59% 的機率 / Low = 20% - 39% 的機率
Very low = 1% - 19% 的機率

申請步驟 Step by Step

目前申請方式已全面電子化，填寫申請表、上傳文件、繳費全都是線上完成無需郵寄紙本，「Step1、2」為免費申請，只要有護照就可以上網填寫申請資料。

申請加拿大打工度假流程：

- 1 線上填寫問卷／取得個人編號
- 2 註冊帳號及申請IEC個人檔案
- 3 等待抽中邀請函
- 4 申請工作許可證(上傳所需文件／體檢／繳費)
- 5 審核合格收到POE(Port of Entry)
- 6 出發前應備資料／訂機票／住宿
- 7 抵達加拿大

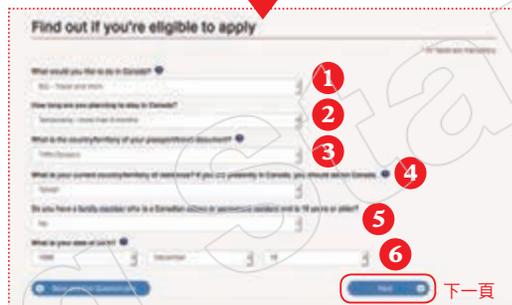
Step

1 線上填寫問卷／取得個人編號

問卷網址：www.cic.gc.ca/ctc-vac/cometocanada.asp

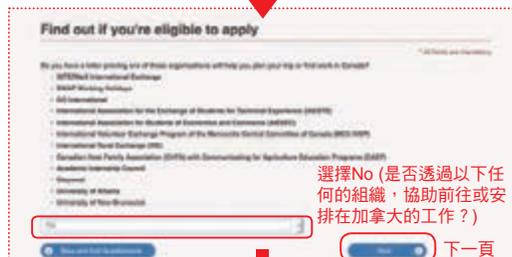


資格檢查



下一頁

1. 選擇IEC - Travel and Work
2. 選擇Temporarily - more than 6 months
3. 選擇TWN(Taiwan)
4. 選擇Taiwan(目前居住的國家？如果你現在正在加拿大應該要選擇加拿大)
5. 依個人狀況選擇Yes或No(是否有家庭成員為加拿大公民或永久居民，並且已經18歲以上？)
6. 填寫你的出生年月日(西元)



選擇No (是否透過以下任何的組織，協助前往或安排在加拿大的工作？)

下一頁



選擇Taiwan

下一頁

租房子之前的落腳處

初到加拿大應該先選擇短期住宿，短宿的基本選擇有3種：青年旅館、華人民宿、寄宿家庭，每晚費用大約\$30~\$40，有些會提供連續住宿7天或1個月的優惠價，剛抵達加拿大時人生地不熟，需要時間適應及了解住宿環境的生活機能，必須親身體驗後，才知道自己是否喜歡和適合當地居住環境。至於飯店每晚約\$70~\$110，MOTEL也要\$50~\$100，對於省荷包賺旅費的打工度假者來說，實在是太灑錢了！所以，先不列入短期住宿的考慮範圍，等旅費賺飽後再去好好享受吧！

四海一家的青年旅館(Hostel)

優點：方便、便宜、容易認識朋友、在地生活諮詢方便、公布欄有工作機會及租屋訊息。

缺點：多人同間房較無隱私，容易受打擾。



服務少朋友多

「青年旅館」顧名思義以便宜的價格提供旅遊的人住宿，絕大部分的年齡限制只有：未滿14歲須父母陪同。設備固然沒有飯店齊全，裝潢也不可能富麗堂皇，更不會有人幫你搬運行李送到房間門口，牙刷、牙膏等沐浴盥洗用品請自備，但大部分會提供1條毛巾。

每個房間都有電視——那真是想太多了，想看電視自己到「公共交誼廳」找個座位坐下吧！大部分的Hostel有包含早餐(有些早餐費用須外加，請向櫃檯問清楚)，早餐提供自助式吐司、玉米片、牛奶、鬆餅等，也有可能只發給你貝果和咖啡。

青年旅館的房客來自世界各地，不必擔心自己孤獨或沒有認識的人，只要願意敞開心胸，一個微笑、一聲招呼，很容易在這裡認識新朋友，隨時留意電梯旁或公布欄的活動，有些免費的聚會、市區半日導覽、舞蹈教學可加入，若有任何問題都可洽詢櫃檯服務員，通常都會獲得他們熱心的幫助。

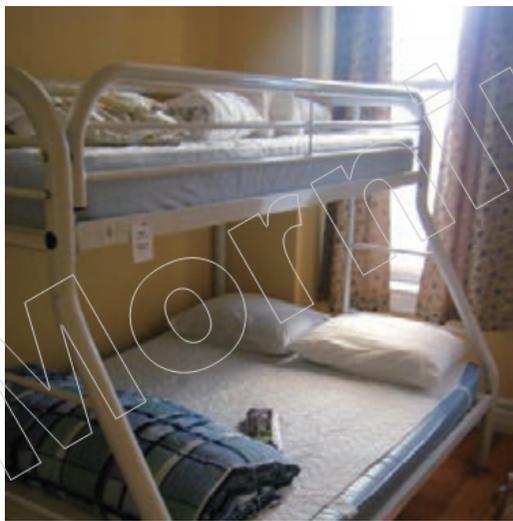


食物不能帶到房間，須放在公用冰箱或櫥櫃。廚房有公用鍋碗瓢盆

衡量條件選擇房間

如果是自己出發至加拿大請別擔心，Hostel的好處就是以床位計價，每間房間可能有4~12個上下鋪的床位，通常越多人同房越便宜！但是人數多受打擾的機率也隨之增加，睡覺時更有機會聽到打呼交響樂(可準備耳塞)，房間類別分成：純男生房、純女生房、男女混住房，也有提供單人或雙人房。

若遇旅遊旺季5~9月之間，特別是暑假期間，熱門景點的青年旅館經常客滿，可提前1個月訂房，基本上在預定入住日24小時前改期或取消訂房，不會收手續費，除非是透過非官網的代訂網站，訂房時就已經被收取10%訂金，建議可先預定7~15天當作抵達加拿大的緩衝期，這期間可熟悉附近環境，並開始尋找工作、長期租屋。



善用YH青年旅館卡 (Hostelling International Card)

出發前再申請即可，效期一年，無申辦資格限制，台灣辦理費用是新台幣600元。持青年旅館卡入住，每晚大約便宜加幣4元(約新台幣120元)，住5個晚上就回本啦！除了享有住宿優惠之外，還有搭乘巴士、租車、博物館門票等優惠。

Hostel網站訂房Step by Step

以HI Hostel為例，其為全球最大連鎖青年旅館，其它連鎖Hostel尚有YMCA、YWCA、Samesun Backpacker……，可多多參考評價後再做決定，雖然因為訂房系統的不同，訂房網頁會不一樣，但是所需填的資料都大同小異。

Step 1

HI官網

www.hihostels.ca

選擇青年旅館的地點可依省分或地點選擇，例如：英屬哥倫比亞省 → 班夫國家公園

Step 2

選擇地點後會跳出視窗



1. 選擇的目的地
2. 改變選擇的目的地
3. 此區域每間青年旅館的名稱
4. Book Now(直接訂房)
5. More Info(此間青年旅館的更多資訊)
6. 此區域每間青年旅館的地理位置



找到工作的10大方法

打工度假可增加獨立性、解決問題的能力、擴展視野、結交來自世界的朋友，但最終的目的在於賺取旅費，可以追尋幸福北極光、悠遊於洛磯山脈、走進童話故事書中的魁北克市街道等等，無論如何，就是要有工作來支持生活開銷，存下夢想起程的一桶金。



1 逛街找工作

餐廳、店家常將徵人公告貼在店門口，可以從住的地方開始掃街，無論有沒有貼出徵人公告，進去投履歷就對了，剛開始可能會覺得不好意思，這需要一點勇氣告訴自己「反正又沒人認識我，不用怕丟臉」，頂多只是被告知他們現在沒有缺人而已！若住宿附近店家太少，不如搭車到市中心或附近較多家店的街道試試，Shopping Mall也是很好的選擇，切記，臉皮越厚等於機會越多，人在異鄉填飽肚子之餘，打工度假要賺到旅費這是背包客的使命，千萬不要害怕，多試幾次工作就上門了！



2 去有機會的官網搜尋

連鎖餐飲店、飯店、品牌、超市或者任何有興趣的公司，直接上網搜尋官方網站，剛開始可能會不知從何下手，其實，逛街時看到的店家、電視上看到的廣告、知名服飾品牌，例如：Zara、H&M、Hollister，直接在谷歌大師(Google)搜尋引擎打上品牌或店家名稱都可找到官方網站，記得要選擇加拿大的官網，或者網址以.ca結尾的就是加拿大網站，進入網站後找尋連結「Join Our Team」、「Career」、「Job」、「Employment」，都可以找到徵人資訊及投履歷

的方式，有些短期季節性的工作，例如：夏天遊樂場、果園、冬天滑雪場都是可以搜尋的方向。



這些工商官網可試試

餐飲類

Second Cup 咖啡店
www.secondcup.com

Ebizu 日本料理餐廳
www.ebisu.ca

超市賣場

Save-On-Food超市
www.saveonfoods.com

Sobeys
www.sobeyscareers.ca

(旗下有Sobeys、IGA超市、Thrifty Foods超市、Foodland超市、FreshCo.超市、Pricechopper超市、Lawtons藥妝店)

休閒類

The Fairmont Chateau
Lake Louise露易絲湖城堡
飯店

www.fairmont.com/lakelouise

Blue Mountain Resort藍山
滑雪度假村

www.bluemountain.ca

Lululemon服飾品牌
shop.lululemon.com



留意Craigslist網站的雇主留言

創始人為Craig Newmark，1995年在美國舊金山灣起家，網站是以創始人的名字Craig加上清單(List)而命名，是各種分類目錄的網站，包含工作、房屋、物品買賣，目前涵蓋範圍有50個國家，因為即時性與地方性的優勢，在美國及加拿大非常流行(法語區較少一點)，每日都有最新職缺更新，由雇主直接發布在網頁上，依雇主留下的聯絡資訊或投遞履歷方式應徵工作，缺點是PO上去的東西無須經任何的審核，因為沒有收取廣告費，任何人都可以張貼資訊，所以找工作時自己需多加謹慎留意。



政府相關服務機構

加拿大政府的人力銀行，每天約有2,000筆新增工作機會。網站中有聲明，無論你是不是加拿大公民都可以利用加拿大政府的人力銀行找工作，包含擁有工作許可證的外國人，當然也包含加拿大打工度假者。政府的人力銀行不同於民營人力銀行的地方，不能上傳或儲存個人履歷表，政府人力銀行僅提供工作機會及雇主的聯絡方式，你必須自行將履歷表E-Mail、親遞、或傳真給雇主，視雇主的需要。加拿大政府的Job Bank工作配對工具(Job Match)不適用於西北地區、紐芬蘭暨拉布拉多省、魁北克省、卑詩省、薩克其萬省。



畫面擷取自Job Bank官網

這些Craigslist網站可試試

溫哥華 vancouver.craigslist.ca/jjj
 Kelowna kelowna.craigslist.ca/jjj(很多農場需要
 季節性工人)
 惠斯勒 whistler.craigslist.ca/jjj
 娜奈摩 nanaimo.craigslist.ca/jjj
 維多利亞 victoria.craigslist.ca/jjj
 卡加利 calgary.craigslist.ca/jjj
 艾德蒙頓 edmonton.craigslist.ca/jjj
 多倫多 toronto.craigslist.ca/jjj
 漢姆頓 hamilton.craigslist.ca/jjj
 蒙特婁 montreal.craigslist.ca/jjj
 渥太華 ottawa.craigslist.ca/jjj
 溫尼伯 winnipeg.craigslist.ca/jjj
 哈利法克斯 halifax.craigslist.ca/jjj
 魁北克 quebec.craigslist.ca/jjj
 新伯倫瑞克省 newbrunswick.craigslist.ca/jjj
 白馬市 whitehorse.craigslist.ca/jjj
 聖約翰 newfoundland.craigslist.ca/jjj

這些政府單位可試試

Job Bank
www.jobbank.gc.ca
 西北地區(Northwest Territories)Jobsnorth.ca
www.jobsnorth.ca/
 魁北克省 (Quebec) Emploi-Québec
placement.emploiquebec.net
 薩克其萬省(Saskatchewan)SaskNetWork
www.sasknetwork.gov.sk.ca/
 卑詩省 (British Columbia)WorkBC
www.workbc.ca
 紐芬蘭暨拉布拉多省(Newfoundland and
 Labrador)JOBSinNL.ca
www.jobsinnl.ca



到洛磯山脈打工——坎莫爾(Canmore)

工作職務：房務(Housekeeping/Housekeeper/
House Cleaner/Room Attendant)

工作型態：兼職、全職

在洛磯山脈生活就如同住在風景畫中，山脈的景色並非千篇一律，由於日照光影的變化，早晨、中午、傍晚的景色不僅止於迷人且千變萬化。坎莫爾位於亞伯達省，距離每年舉辦牛仔節盛事的卡加利，車程約1小時，可說是洛磯山脈的門戶，班夫國家公園、露易斯湖城堡飯店，也都在車程1小時內可到達。夏天是坎莫爾的旅遊旺季，工作機會多、生活機能充足，步行就可到超市、員工宿舍也有廚房設備可使用，自己打理三餐不成問題。房務工作雖然不會太複雜，上工大約1個禮拜就可以上手。需要充沛體力，因為坎莫爾的高檔飯店型態多為度假村類型(Lodge/Resort)的公寓式飯店，房內有廚房設備(微波爐、烤箱、爐台、烤麵包機...等)、餐桌、客廳、陽台(部分附BBQ烤肉爐)，每日打掃房間數大約6~8間(依Supervisor、Manager分配)，房務工作屬於獨立工作，大部分的時間是自己一個人，比較少能有同事作伴也不太有與客人面對面接觸的機會。不過，在這裡也是有機會認識來自不同國家的同事，如韓國、日本、香港、捷克、立陶宛、波蘭……下了班可以到別的宿舍串門子或參加公司辦的聚會活動，只要樂於認識新朋友還是有機會體驗不同文化交流的樂趣喔！



圖片提供/Kun Chang

坎莫爾飯店工作機會

Clique Hotels & Resorts

Clique飯店和度假村集團，位於坎莫爾的飯店有Blackstone Mountain Lodge、Stoneridge Mountain Resort、Falcon Crest Lodge等，可將英文履歷表及求職信，mail到該集團人資信箱：hr@clique.ca
網址：www.clique.ca

Bellstar Hotels & Resorts

Bellstar飯店和度假村集團，位於坎莫爾的飯店有Solara Resort & Spa及Grande Rockies Resort，可將英文履歷表及求職信，mail到General Manager信箱或Hotel Manager信箱，可上網查詢。

Solara Resort網址：

www.solararesort.ca/contact/

Grande Rockies Resort網址：

www.granderockies.com/contact/

【洛磯山脈打工處方籤】

善用人力銀行網站indeed有更多的坎莫爾飯店徵才資訊，在搜尋處what輸入hotel，where輸入Canmore，AB亦可搜尋加拿大洛磯山脈其他觀光勝地的飯店工作(例如：Banff，Lake Louise)

薪資參考

14~16元/小時，小費另計，部分飯店提供夏季獎金

語言能力需求

基本的英文溝通能力

提供宿舍或供餐

提供員工宿舍，廚房/衛浴共用，房租8~16元/天(每家飯店不同)

08

到滑雪度假村打工

工作職務：飯店服務業／餐飲業

工作型態：全職、季節性工作

滑雪度假村為季節性工作，冬季10月中～12月中開始工作至隔年4月中結束(視下雪的狀況而定)。建議在每年的9月，開始留意滑雪場官網的徵才訊息，以及參加雪場舉辦的招聘博覽會(Job Fair)。在滑雪度假村工作的好處說不盡，這裡的生活不單單只是為了工作更是為了體驗、享受生活，創造人生中許多非常值得回憶的經歷。滑雪活動是加拿大生



活不可或缺的一環，主要的滑雪度假村分布在卑詩省和亞伯達省，工作內容涵蓋不同的職務，例如：雪具出租、廚師、洗碗工、服務生、滑雪指導教練、商品販售……最大的福利是可以免費滑雪，想趁旅居在加拿大期間好好充分體驗滑雪的人可要緊抓住在滑雪場工作的機會。

薪資參考

9.5~15元/小時

提供宿舍或供餐

房租500~650元/月

這些滑雪場工作機會可試試

卑詩省(BC)

Fernie Alpine Resort skifernie.com/careers/

Big White Ski Resort www.bigwhite.com/employment-centre

Whistler Backcomb www.whistlerblackcomb.com/employment

Silver Star www.skisilverstar.com/silver-star-internal/working-silver-star

Revelstoke Mountain Resort www.revelstokemountainresort.com/resort/employment

Sun Peaks Resort www.sunpeaksresort.com/employment

亞伯達省(AB)

Lake Louise Ski Resort www.skilouise.com/news-and-info/employment-winter-jobs.php

Sunshine Village www.skibanff.com/jobs/

Nakisha skinakiska.com/careers/

Mt. Norquay winter.banffnorquay.com/your-mountain/employment/

Marmot Basin www.skimarmot.com/work-marmot-basin



圖片提供 / Kun Chang

Canada



做交換食宿 志工

加入WWOOF到有機農場換工

認識WWOOF是什麼

WWOOF是「World Wide Opportunities on Organic Farms」的縮寫，宗旨為「生活、學習和分享有機農場的生活方式」，他連結了全世界的志工、有機農場農夫和栽種者，一起從事推廣、教育及文化交換的工作，並建立全球共同體概念，串連全世界對有機食品、動物、土地有熱情的人們一同尊重自然、保護自然資源。

西元1971年WWOOF世界聯合組織發基於英國，之後延伸到澳洲、紐西蘭，1985年延伸至加拿大，至今有超過100個國家加入WWOOF行列，由農場主人(Hosts)提供食物、住宿做為交換志工(Volunteer Helpers=WWOOFers)幫忙農務工作的酬勞。

加拿大WWOOF特色

加拿大東岸至西岸，包含育空及西北地區，共有超過900個有機農場提供食宿交換機會，每週工作約5天，每天工作4~6個小時，只要符合農場主人的需求，你可以自行決定只待1週或更久，部分農場主人希望WWOOFers至少能待上2週，以平均價值而言WWOOFers通常在相同農場停留1~3週的時間，就可換到下一個農場，以利工作者多學習不同農場的生活體驗。

在英語區當志工(渥太華以西)需具備簡單基本的英語溝通能力，若到法語區(渥太華以東)替法裔加拿大農場主人工作，則要會講簡單的法語，除非農場主人能以英語溝通，參予WWOOF的主要目的是以工作換取免費食宿，學習不依靠人工肥料和殺蟲劑的有機農場生活型態，同時體驗加拿大農村生活，並與加拿大人做更多的文化交流。

WWOOF官網



參加WWOOF的最佳時機

雖然只要Host有提出換工需求，全年度都有WWOOF的機會，但因加拿大冬季氣候嚴寒，想在冬天加入WWOOF要謹慎考慮清楚。以加拿大東岸來說，最多換工機會的季節是4~10月，加拿大西岸為2~9月。

成為加拿大WWOOFer的7步驟

Step 1

不同國家的WWOOF各自獨立，必須在其國家的網站申請

Step 2

進入加拿大WWOOF官網 www.wwoof.ca

Step 3

新增帳戶(Create WWOOFer account)填寫使用者名稱、電子信箱、選擇「Taiwan」國籍並送出資料

Step 4

至電子信箱收信，寄件者為admin@wwoof.ca，點選信件中的網頁連結會直接開新的視窗自行設定新密碼後即可登入

Step 5

須完成繳費會員權益才正式生效，會員期限依繳費



加拿大常用專業證照

雖然不是全部的雇主都會要求員工擁有專業證照，但不可否認的是，當你擁有專業證照，工作機會一定比別人多，薪資也有機會比別人高。

一般餐飲業的食品安全證

餐飲業常見要求的證照，職位包含：廚師、幫廚、服務生、收碗盤工作和洗碗工。

省及地區／證照名稱	上課方式	費用(加幣)	網站
卑詩省／ FOODSAFE Level 1	8小時線上課程，規範手冊和測驗皆有提供中文版本(須主動告知要中文版本)	\$115	www.foodsafe.ca
安大略省／ Food Handler Certification	至教室上課6小時或在家閱讀線上手冊皆可，須通過測驗。	課堂加測驗\$98.40 純測驗\$49.08 郵寄自修手冊\$31.49	www.toronto.ca/health/foodhandler
薩克其萬省／ FoodSafe Level 1	須先線上登記，共8小時課程，上課地點：Radisson Hotel, 405 - 20th Street East, Saskatoon及Conexus Arts Centre, 200A Lakeshore Drive, Regina	\$65.10	foodsafety1st.com/
新斯科細亞省／ Food Safety - Prep Program for BASICS.fst Exam	線上學習及測驗及課堂測驗	\$59	onlinetraining.tourismhrc.com/PreRegister.php
全國性食品安全訓練課程／ NFSTP certification	線上測驗	線上測驗\$50~\$80	learn.nfstp.ca/

酒類餐廳打工的餐飲服務證

政府規定在酒吧、夜店或有提供酒類的餐廳，工作人員就必須擁有餐飲服務證，觀光餐飲業在應徵員工時，常會列出必須擁有這張證照的條件。如何才能取得呢？線上學習及線上測驗是最便宜且快速取得此證書的方式，只要把內容讀懂、稍微做筆記，就可以馬上進行測驗，測驗合格後可直接列印證書，即使去上課也只需花費3~4個小時，但是上課花費比線上自我學習還貴，此證書只有筆試無術科考試。



最低薪資規定及勞工權益資訊

相關勞工權益不得不知，合法工作者都受到政府的保護，即使只是打工度假，但是持有工作證 (Work Permit) 就是合法的工作者，對於工作上的事若感到委屈、不平，千萬別只是一句「算了」，這會讓人覺得打工度假者好欺負，或者遇到不好的雇主，就習慣占短期工作者的便宜，相關權益務必至所在地的政府網站查詢，以免吃了悶虧都不曉得。

常見勞工權益

1. 最低薪資 (Minimum Wage)

加拿大的最低勞資並非全國統一，是依各省及地區政府制定，最低勞資不定期調整，會事先公布在網站上，可在該地政府網站的搜尋處打上「Minimum Wage」即可找到，或在網頁中點選「Employment Standards」亦可查詢。

有報稅才有退稅

加拿大稅扣得很重，領薪水時會發現薪資被綁架一部分，有報稅才有退稅，所以想拿回辛苦賺的錢，就得報稅！工作付出了那麼多的時間和體力，不差再花點時間申請退稅，能夠把多繳的稅金拿回來，這也是應得的權利。

什麼時候要報稅

每年4月底前須申報前一年度所得稅，建議早點申報，大約1月就可開始研究內容及準備填寫資料，加拿大稅務局2月中會開始處理退稅申請，大約3月中後可查詢退稅狀況，審核時間約4周可查詢退稅狀態，若你在4月15日後才申請，至少要等待6

2. 工作時數 (Hours of Work)

各省規定不同，最低工時一般而言為2~3小時，若當天被雇主要求去上班，但工作時數卻不足最低規定，雇主必須付給員工規定最低工時薪資。最高工時以一天8小時或每週40~48小時為上限。雇主不得讓員工連續工作超過5小時，若工作超過5小時，中間必須有30分鐘的休息時間。

3. 超時工資 (Over Time)

超時工資為一般時薪的1.5倍 (Time and a half)，假設正常時薪為\$10，雇主必須付給你的超時工資為 $\$10 \times 1.5 = \15 ，工作每超過1小時，那個鐘頭的薪資就是\$15，工作契約上會註明每天或每週工作超過幾小時，即以超時工資計算，亦可上該地政府網站查詢最高工時規定，一般為每天8小時，或每週40~48小時。

週以上才能查詢。

報稅方式3選1

1. 至郵局、Service Canada辦公室或各地稅務服務中心索取「Tax Package」，亦可從網站上選擇你所在的省或地區自行下載列印
2. 利用網站線上報稅
3. 請專業人士或會計師報稅



找工作碎碎念

我剛開始找工作的方式是，沿街找尋貼「Hiring」的店家，再上門投遞履歷表，很多為便利商店和餐廳，亂槍打鳥本以為很容易，但是老闆或經理往往不在現場，履歷表也就石沉大海，直到某天在溫哥華市中心看見DVD店門口貼著「WANTED：SALES PERSON」(徵：銷售員)，盯著它約30秒接著轉身離開，因為腦子閃過念頭「這工作太難了！」，離開約10公尺後我停下腳步，問自己在害怕什麼？怕英文不夠好？怕丟臉？怕被打槍？不試一試怎麼知道？於是回頭走進那間DVD店，先裝作若無其事的在店內晃了一圈，再穿過等待結帳的人群走向櫃檯，很慶幸的老闆剛好在現場，也因此拿到了這份工作。在這裡給打工度假者的建議是，若老闆不在現場時，不妨詢問一下經理或老闆會到店內的時間，再次上門才能增加面試機會。

我也曾試過人力銀行投履歷的方式，但被通知面試的機率大概不到一成，等待回覆至少要1~3個星期，有些甚至1個月後才通知，然後再等電話面試，經過1個星期若電話面試過了再進行面談，光找工作的等待期就拖上1~2個月，對於荷包很緊的打工度假者而言，建議直接掃街找工作會較迅速。

找不到工作怎麼辦

檢視自己：找工作已經超過1、2個月還是苦無下文，這時候不如先暫停瘋狂丟履歷的動作，重新看看自己的履歷表是否夠吸引雇主，站在鏡子面前看看表情是否過於僵硬缺乏微笑？臉上是否充滿自信或是擺著欠債的苦臉？想辦法讓自己在面對雇主時擁有自信並帶著自然微笑，不妨對著鏡子練習說英文時的臉部表情。

改變自己：英文能力是在加拿大打工的必要條件，若連和雇主溝通都成問題，這樣雇主也很難花錢請無法溝通的員工，若常常因為英文溝通問題而感到挫敗，不妨先加強英文能力，聽廣播、看英文報紙、交外國朋友、到語言學校上課，有很多方法不見得需要花大錢。若是缺乏工作經驗，不妨可找些志工、義工的活動參加，為履歷表增添一些色彩。

出去走走：可以到海邊吹風或去爬山也好，參加1~3日的旅行團，讓自己先揮別找工作的壓力歇口氣，玩的時候就要放鬆去玩，開心的時候痛快的笑，短暫旅行是轉換心情及運氣的好方法，但是也別玩到鬆過頭收不了心，放自己幾天假後就重新出發繼續找工作。

加拿大10大必吃

加拿大充滿著多元文化、多種民族，街上隨處可見各國美食不遑多讓，日、韓式餐廳、中國餐館、東南亞料理、義式餐廳、中東沙威瑪、蒙古烤肉……等，但是撇開世界各地的美食，要如何找尋加拿大的道地食物呢？

1 Poutine

這道淋上醬汁和起司後的薯條，屬於魁北克的食物，現於全加拿大都可以吃得到，若將薯條比喻為紅花，醬汁和起司肯定是最驚為天人的綠葉，不僅保有馬鈴薯原有的口感，更襯托出馬鈴薯條能做為主食的角色，口感層次豐富，略鹹的醬汁搭配香濃起司，停不下來一口接著一口，在口中創造最驚艷的享受。



哪裡買：路邊看到的餐館、酒吧、餐車，麥當勞、A&W、肯德基、Burger King、Potato Shack 也有賣

建議：餐館或PIZZA店買的分量比速食店大啣
價錢：\$5



2 Tim Hortons

加拿大在地的連鎖咖啡店！於1964年開始營業，源自安大略省，現遍及全加拿大及美國，以咖啡和甜甜圈起家，甜甜圈口味有蘋果、巧克力、蜂蜜、楓糖、藍莓、香



草、草莓等多達20種，與台灣傳統甜甜圈相比，稍微小一點，但厚度較厚，沒有裹上糖粉，而是在上層鋪上各種口味糖衣，以加拿大的物價而言，Tim Hortons的Donuts超級便宜！甜甜圈只要\$1，若1次買12個，平均每個只要\$0.6(約新台幣18元)，Timbits是能邊走邊吃的甜點，1口1個剛剛好適合解嘴饞，Timbits的口感介於麵包和蛋糕之間，口味約10種可自由搭配。



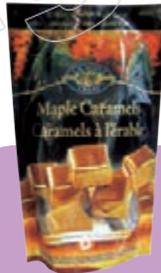
哪裡買：加拿大共有超過3000間的店面，美國超過600間
官方網址：www.timhortons.com

價錢：Donuts 1個\$0.9、6個\$4.59、12個\$6.49、Timbits
10顆\$1.99、20顆\$3.59、40顆\$6.39



Maple Syrup

魁北克省的楓糖漿產量占全球四分之三，加拿大每年出口楓糖漿的產值更高達1.4億美元，楓樹及楓糖無疑是加拿大的象徵，楓糖的甜度比果糖、蔗糖、蜂蜜都低，若和蜂蜜相提並論，楓糖漿擁有15倍的鈣，卻只含有十分之一的鈉，這就是楓糖之所以受到大家喜愛的原因，並被冠上「高鈣、低鈉、低熱量」的封號，楓糖漿甜而不膩且帶有特殊香氣，最簡單的品嘗方式，可將楓糖漿淋在鬆餅或吐司上，泡咖啡更別具風味，亦可直接享用楓糖的周邊食品：楓糖冰淇淋、楓糖巧克力、楓糖蛋糕、楓糖糖果、楓糖餅乾、楓糖派……。



哪裡買：超市、楓糖專賣店、紀念品店

價錢：楓糖漿(100ml)\$7、楓糖餅乾\$5

溫哥華，俗又大碗美味料理

溫哥華有來自各國移民的人們在此生活著，除了加拿大先天優異的海岸，產出知名的海產，移民者也帶來各國美食，創造無數的異國料理餐廳，來到加拿大打工度假時，偶爾也要好好犒賞自己。餐廳吃飯的價格約\$10~\$20，再外加15%小費和稅金，結帳時注意帳單上是否已包含了服務費，若已包含服務費就可以不用再多放小費，雖然沒有硬性規定小費要給多少，但10%~20%之間都是合理範圍，可依服務生的服務態度及你的滿意度而自行決定。

吃！海鮮 Seafood



這道Bucket of Shrimp冷盤鮮蝦，搭配獨家特調醬料很讚



Coconut shrimp & Fresh Cut Frie則是椰香口味的炸蝦搭配新鮮薯條

English Bay分店

地址：1795 Beach Avenue
Vancouver, BC

電話：604-669-2225

營業時間：平日11:00~23:00、週五、六
11:00~00:00

The Boathouse Restaurant

堪稱溫哥華最好的海鮮餐廳！自1981年開始營業，擁有來自全世界以及卑詩省西部海岸最新鮮的海鮮食材，每道佳肴以講究新鮮為主要訴求，並從太平洋西北方的農、漁夫們取得最好的食材，四季各有主打的特色餐，春季的大蝦搭安格斯牛排、夏季的比目魚和野生鮭魚、秋季的阿拉斯加帝王蟹和Dungeness Crab、冬季的奶油龍蝦。室內裝潢為木材建築，營造出既輕鬆休閒又不失時尚的氣氛，部分餐廳設有露天座臺，夏天時可遠眺海景並享受徐徐微風，深受溫哥華當地人士及觀光客的喜愛，無論是午、晚餐，或是假日賴床後的早午餐，鮮蝦、鮭魚、蟹肉正等待著你大快朵頤！（分店眾多請上網查詢離你最近的分店資訊）

價位 \$12~28

網址 www.boathouserestaurants.ca



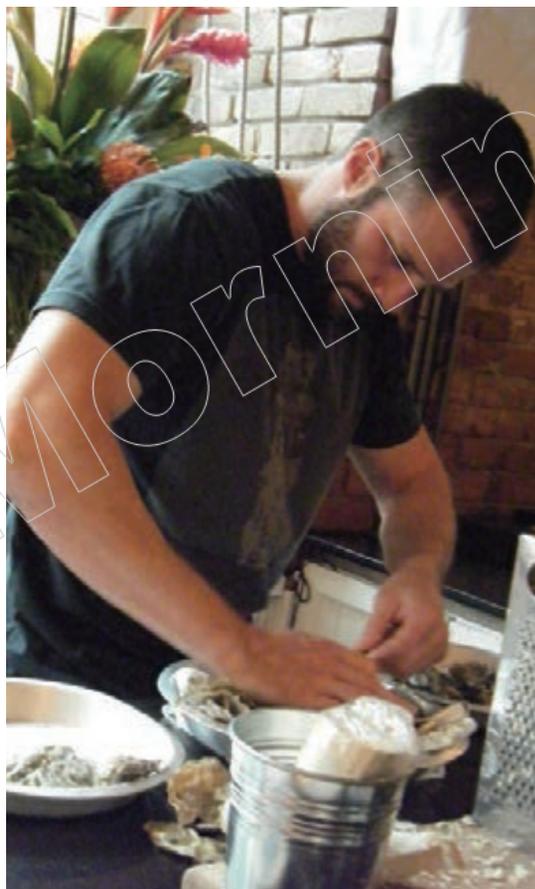
Boathouse非常講究每間餐廳的景觀，融合木材建築，營造出輕鬆休閒的環境

Rodney's Oyster House

喜歡生蠔的饕客們一定要造訪這家餐廳！坐落於耶魯鎮，主打新鮮牡蠣，想要大快朵頤生蠔卻又不想花大錢嗎？選在每週一～六的15:00～18:00之間去報到就是最聰明的選擇，1顆生蠔只要\$1.5，不要太客氣的只點2～3顆，你將會看見其他客人面前都是擺上一大盤的生蠔，絕對不能錯過這便宜又好康的機會！還有淡菜、蛤蜊、蒜蝦、炸牡蠣、野生紅鮭、扇貝可供選擇，除此之外，此家餐廳的服務生個個是帥哥，對女性顧客而言，不僅滿足了你的胃同時也餵飽了你的眼啦！



新鮮現剝的生蠔，順溜滑口，而且沒有令人畏懼的腥味



坐在吧台區還有機會看到服務生現場剝生蠔



不敢生食者可點Pan Fried Oysters炸牡蠣

價位 「Low Tide」Happy Hour 週一～六
15:00～18:00生蠔每顆\$1.5

網址 rohvan.com

地 址：1228 Hamilton Street, Vancouver, BC
(位於Hamilton St.上介於Davie St.和Drake St.之間) 搭乘skytrain至Yaletown-Roundhouse Station，出車站沿著David St.往市中心方向走，只距離一個街口可看到Hamilton St.左轉，沒幾步路即可看到Rodney's Oyster House在左邊

電 話：604-609-0080

營業時間：週一～六11:30～23:00
週日16:30～22:00

加拿大洛磯山脈的各種超有趣體驗～這樣玩才叫瘋狂！

高空跳傘 (Skydiving)

很多人這輩子必定要體驗一次的口袋名單裡都少不了高空跳傘，那種腎上腺素激增、極限刺激，加上眼底壯闊無邊際的景色，空中漂浮的飛翔體驗完全無法用人生中其他經驗比擬，雖然緊張，還是要記得保持微笑，照相才會好看，也不能忘記睜開雙眼欣賞壯麗景觀，此極限運動一定要親身體驗，肯定值回票價。



高空跳傘，拍攝於Golden Airport (YGE), BC。圖片提供／Kun Chang

旅遊 INFO

費用參考：\$299(稅另加)

網站資訊：EXTREME YETI

www.skydiveextremeyeti.com
BANFF ADVENTURES

www.banffadventures.com →

Things To Do → Summer

Activities → Skydiving

(高空跳傘地點位於Golden，

BC需自行開車前往)

原野騎馬 (Trail Horseback Riding)

瓦特頓湖國家公園(Waterton Lakes National Park)，在這裡可用不同以往的方式探索山林、湖泊和原野，想像自己化身為西部牛仔，騎在馬背上欣賞怡人的風景，導遊會指導騎馬的方式和注意事項，馬匹也都經過良好的訓練，讓第一次騎馬的人可以輕鬆且安心上手，許多外地來的觀光客還會專程待上一個禮拜，每天都來騎馬，是個非常難得且難忘的回憶。

旅遊 INFO

活動期間：5～9月

費用參考：1小時\$40、1.5小時\$55、

2小時\$70、3小時\$95、4小時

\$115旅遊

網站資訊：www.alpinestables.com/

瓦特頓湖國家公園(Waterton Lakes National Park, AB)體驗在草原上騎馬。

圖片提供／Kun Chang



開始滑雪囉！
圖片提供／Kun Chan

旅遊 INFO

旅遊資訊：大白山滑雪度假村
www.bigwhite.com/
陽光村滑雪度假村
www.skibanff.com/
露易斯湖滑雪度假村
www.skilouise.com/
惠斯勒黑梳山滑雪度假村
www.whistlerblackcomb.com/

滑雪(Ski)

只能說沒去過滑雪場就如同沒有體驗過真正的加拿大生活！加拿大因為地理位置的優勢，特別是位於洛磯山脈的滑雪場不勝枚舉，大白山滑雪度假村(Big White Ski Resort)、陽光村滑雪度假村(Sunshine Village Ski Resort)、露易斯湖滑雪度假村(Lake Louise Ski Resort)、惠斯勒黑梳山滑雪度假村(Whistler-Blackcomb Ski Resort)都是非常知名的滑雪度假勝地。在滑雪場可以租賃雪衣、雪褲、護目鏡、雪具等，如果打算經常滑雪，不妨考慮自行購買雪具(有經濟考量者，可到Craigslist網站搜尋二手貨)。門票亦有季票可購買(Season Pass)，較為划算。熱愛滑雪活動者，可以找滑雪場的工作，就能免費滑雪唷！

露易斯湖滑雪度假村(Lake Louise Ski Resort, AB)。
圖片提供／Kun Chang





尼加拉瀑布 (Niagara Falls)



尼加拉瀑布除了名列世界七大奇景之外，同時也是世界三大跨國瀑布之一，兩邊各為加拿大安大略省和美國紐約州，尼加拉瀑布分為隸屬加拿大的「馬蹄形瀑布」(Horseshoe Falls)和隸屬美國的「美國瀑布」(American Falls)，不管是坐車或走路都可通過彩虹橋來往加拿大和美國之間，但必須備有護照及有效美簽，若只是想觀賞尼加拉瀑布就沒有通過彩虹橋的必要，因為最佳的景觀角度是在加拿大這邊！

與尼加拉瀑布最親密的接觸方式就是搭乘霧中少女號(Maid of the Mist)(10月底~4月初停駛)，會

發給每個人一件輕便雨衣，所以不用擔心衣服可能淋濕，船會先經過較小的美國瀑布，再駛向較大的馬蹄形瀑布，震耳欲聾的瀑布聲越靠近，瀑布引起的風力誇張到感覺雨衣都快飛掉，當抬頭一看馬蹄形瀑布就在咫尺之處，那是文字無法形容的感動，以最近的距離感受瀑布磅礴的氣勢，那是一瞬間就會被大自然給吞噬的快感。白天的瀑布壯觀激昂、夜間的尼加拉瀑布燈光秀繽紛美麗，建議在此待上一夜，才有機會同時欣賞到白天和夜間不同樣貌的瀑布。克利弗頓山(Clifton Hill)在尼加拉瀑布對面，往公車站方向走去就會發現一條往

上的緩坡，此區稱為瀑布的歡樂街(The Street of fun at the Falls)，真的！走在此街上處處都是歡樂的聲音，有搖滾傳奇蠟像館(Rock Legends Wax Museum)、金氏世界紀錄博物館(Guinness World Records Museum)、尼加拉摩天輪(Niagara Skywheel)、電動遊戲場、DQ、Wendy's、Boston Pizza等速食店，街上商店的對外喇叭總撥放著歡樂音樂，店面設計也很新穎突出、色彩鮮豔，聽覺及視覺都同時讓此歡樂街熱鬧的活潑氣氛給滿足了呢！

青年旅館櫃檯可報名尼加拉瀑布一日遊(費用約55元)，除了去尼加拉瀑布之外，還會到尼加拉湖畔小鎮(Niagara-On-The-Lake)，以及葡萄園試飲冰酒，通常此種旅行團每天都有出發，可惜當日來回的團體無法欣賞到夜晚瀑布樣貌，要在尼加拉瀑布過夜的話可提早告知司機，並詢問隔天返回市區的集合時間、地點，就可自動把尼加拉瀑布一日遊延長為二日遊，尼加拉瀑布住宿需自行處理，上網訂青年旅館或Clifton Hill區有汽車旅館可供選擇。



旅遊 INFO

路線：尼加拉瀑布(Niagara Falls)→尼加拉湖畔小鎮(Niagara-On-The-Lake)

參考天數：1~2天

交通方式：VIA火車、灰狗巴士、觀光巴士、報名青年旅館或當地旅行團

旅遊資訊：多倫多出發的觀光巴士
www.niagara-tours.ca
 霧中少女號
www.maidofthemist.com
 觀瀑塔
www.skylon.com

1. 穿戴好雨衣，搭乘霧中少女號可以近距離感受瀑布的強大震撼力
2. 圖片左方為觀瀑塔，太陽光透過瀑布的小水滴折射，形成一道彩虹
3. Clifton Hill有賣可愛小物的商店
4. 葡萄園試飲冰酒