

## **Herzlich Willkommen in Canberra!**

Mit Hilfe vieler Mütter und Väter beim Spiel+Spaß habe ich einen kleinen Ratgeber „erste Schritte in Canberra“ zusammengestellt.

Ich übernehme keine Gewähr für alle Angaben, und natürlich erhebe ich auch keinen Anspruch auf Vollständigkeit!

## **Einkaufen**

### **Lebensmittel**

*“Fresh Food Markets” in Fyshwick und Belconnen*

Öffnungszeiten Do-So 8-5.30 bzw. Mi-So 8-6

Hier bekommt man zum einen frische Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Fleisch und Fisch. Zum anderen gibt es hier Delikatessengeschäfte, in denen man einige deutsche Produkte bekommt, wie Zwieback (auch im Supabarn), Schwartau extra, Kloesse, Sauerkraut (auch im Coles), Ritter Sport etc.

### *Aldi*

Natürlich bietet der australische Aldi andere Produkte an, als ein deutscher, aber einige deutsche Produkte findet man auch hier, wie z.B. Schwarzbrot, Haribo und Kekse. Auch bei den wöchentlich wechselnden Angeboten sind manchmal deutsche Produkte dabei.

[www.aldi.com.au](http://www.aldi.com.au)

### *Bruno's Truffels*

Dieser Laden eines Schweizers bietet nicht nur süße Sachen sondern auch „deutsches“ Brot. Er befindet sich im Stadtteil Mawson im Süden Canberras.

[www.brunotruffels.com.au](http://www.brunotruffels.com.au)

### *Zierholz Brauerei*

Diese Brauerei in Fyshwick braut nach deutschen Bierrezepten. Im Angebot findet sich z.B. Kölsch oder Weizenbier. Auf der Internetseite befindet sich eine Liste aller Lokale in Canberra, die dieses Bier auf ihrer Speisekarte haben.

[www.zierholz.com.au](http://www.zierholz.com.au)

Bio-Lebensmittel/organic food

Auch in Australien ist „Bio“ auf dem Vormarsch. Zwar bieten die großen Supermarktketten wie Woolie oder Coles nur vereinzelt Bioprodukte an (z.T. Obst und Gemüse, Bio-Reihe bei Aldi (Milch etc)) aber die Möglichkeit solche Produkte zu kaufen sind dennoch groß. Hier nur eine Auswahl an Läden und Märkten:

ANU food co-op, Kingsley St

Gorman House Markets, Braddon, Sa 10-4

Old Bus Depot Markets, Kingston, So 10-4

The Hall Markets, Hall, 1sten Sa im Monat 10-3

Belconnen Fresh Food Markets

Eine komplette Liste findet man auf der Internetseite

### Farmer's Markets

Natürlich auch Bio und direkt vom Erzeuger!

EPIC Sa 8-11

Woden So 9-12

[www.buyorganic.com.au](http://www.buyorganic.com.au)

### **Kinderklamotten, second hand**

Die Möglichkeiten gut gebrauchte Kinderklamotten zu kaufen sind in Canberra vielfältig. Die Salvation Army und St. Vincent de Paul Society sind nur zwei der großen gemeinnützigen Organisationen, die in eigenen Läden gespendete Sachen verkaufen. Man tut also auch noch etwas Gutes mit dem Einkauf (und mit der Spende sowieso;-) ). Es gibt recht viele Läden über Canberra verteilt, deswegen sollen hier nur die genannt werden, die besonders gut sind:

#### Salvos Store

Fyshwick und Belconnen, auch Möbel und in Fyshwick auch großes Spielzeug (z.B. für den Garten)

[www.salvos.org.au](http://www.salvos.org.au)

#### Vinnie's

Belconnen

[www.vinnies.org.au](http://www.vinnies.org.au)

#### aznew

Belconnen, hier kann man besonders gut gebrauchte Möbel kaufen

[www.aznew.net.au](http://www.aznew.net.au)

#### RetroKids

Dies ist ein kleiner Laden in Gungahlin, in dem man neben Kleidung auch Spielzeug findet, zum Teil ist dies auch neu.

Shop 109 Gungahlin Square, 43 Hibberston St Gungahlin, (02) 6256 4499

### Flohmärkte

Hier muß man immer mal im Internet oder Tageszeitung schauen. Qualitativ gute Kindersachen gibt es beim Flohmarkt im Fitzroy Pavillon EPIC. Er findet etwa alle drei Monate an einem Samstag statt und kostet Eintritt (3AUD).

### Internet und Telefon

Es ist schwierig hierbei zu sagen welcher Anbieter der günstigste ist, denn es kommt sehr darauf an, was man haben will. Die Angebote umfassen unterschiedliche Datenpakete, kostenlose Telefongespräche etc. Bei ActewAGL kann man beispielsweise auch einen Rabatt auf die Stromrechnung bekommen, wenn man unterschiedliche Angebote bündelt (z.B. Strom, Gas, Telefon, Internet, Pay-TV etc). Eine gute Seite um die unterschiedlichen Angebote zu vergleichen ist

[www.whirlpool.net.au](http://www.whirlpool.net.au)

Anders als in Deutschland beinhaltet ein Internetanschluß nicht immer einen Wireless Router!

### Mieten

Die beste Internet Adresse für Mietshäuser ist

[www.allhomes.com.au](http://www.allhomes.com.au)

Ein kurzer Leitfaden wie es grundsätzlich abläuft:

Besichtigungstermin wahrnehmen, sich in die Liste eintragen (lassen), dies beweist daß man das Haus persönlich gesehen hat

Antragsformular mitnehmen, ausfüllen und an den Agenten schicken oder abgeben, dies sollte innerhalb von ein zwei Tagen nach dem Besichtigungstermin geschehen

Für den Antrag braucht man verschiedene Unterlagen, besonders Identitätsnachweise.

Wie viele und welche variiert von Agent zu Agent, meist braucht man aber: Paß, Führerschein, Kreditkarte und sonstige Foto-IDs

Eine Bescheinigung des vorherigen Vermieters über das „Mietverhalten“, einige Agenten bieten dafür Formulare an, man kann aber sich vom vorherigen Vermieter auch ein formloses Schreiben aufsetzen lassen (und dies evtl. noch ins Englische übersetzen)

**Tipp:** Unbedingt auf eine adäquate Heizungsanlage achten! Gut ist beispielsweise eine *ducted gas heating*. Ansonsten muß man sich Elektroheizungen anschaffen!

### Kinder

#### Day-care/Schule

Ein Platz in einer KiTa, besonders für unter-einjährige, ist schwer zu bekommen. Am Besten läßt man sich bei jeder in Frage kommenden KiTa auf die Warteliste setzen. Die Wartezeit beträgt aber leicht mehr als ein Jahr.

Bei

[www.careforkids.com.au](http://www.careforkids.com.au)

kann man sich auf eine „allgemeine“ Warteliste setzen lassen und bekommt dann Bescheid wenn irgendwo etwas frei wird (man kann mehrere Kinder eintragen). Außerdem findet man auf dieser Seite eine Suchmaschine für Einrichtungen.

**Tipp:** Für Visa 457 holder: Mit diesem Visum hat man keinen Anspruch auf *child care benefit*. Außerdem besteht beim Besuch einer öffentlichen Schule Schulgeldpflicht.

### **Leihen von Autositzen**

Bei

[www.kidsafe.com.au](http://www.kidsafe.com.au)

kann man für kurze Zeiträume Autositze ausleihen. Eine Babyschale für 6 Monate kostet etwa 80 AUD, einen Boosterseat kann man für maximal 2 Monate leihen.

### **Gesundheit**

Ambulance 000 (auch bei Schlangen- und Spinnenbissen)

Poison Information („Giftnotruf“) 131126

Health direct 1800 022 222 (vom Festnetz umsonst) hier kann man anrufen, wenn man nicht sicher ist ob die Symptome einen Arztbesuch nötig machen. Am Telefon sitzen Ärzte und Krankenschwestern.

[www.calms.net.au](http://www.calms.net.au)

Notfallpraxen der Krankenhäuser in Belconnen, Garran und Tuggeranong

[www.doctors-4u.com](http://www.doctors-4u.com)

Verzeichnis aller Ärzte, grundsätzlich geht man in Australien immer zuerst zum GP (Hausarzt) und bezahlt diesen auch bar (außer man ist im medicare)

[www.dhcs.act.gov.au](http://www.dhcs.act.gov.au)

Bei diesen Drop-in Kliniken kann man vorsprechen wenn man mit der motorischen und sprachlichen Entwicklung „unzufrieden“ ist

### **Vorsorge/Impfen**

Kinder können hier ein blaues Buch bekommen, das ähnlich dem gelben U-Heft in Deutschland ist. Anlaufpunkt hierfür sind die Health Centres, die es in vielen Stadtteilen gibt. In diesen Kliniken wird auch geimpft (die Impfungen sind umsonst, der Impfkalender ist aber etwas anders als in Deutschland).

**Tipp:** Ist man nicht im Medicare muß man die Impfpässe umschreiben lassen beim Health Protection Service in Weston Creek.

Kinder bis zu einem Alter von 5 Jahren einmal jährlich zu einem kostenlosen Zahncheck gehen (First Smile program).

### **Wichtige Internetadressen**

Viele links, Adressen etc findet man auf diesen Homepages, aber auch Veranstaltungstipps etc:

[www.canberraonline.com.au](http://www.canberraonline.com.au)

[www.canberrakids.com.au](http://www.canberrakids.com.au)

Bei Anregungen, Updates, Änderungen, Fragen etc. könnt ihr euch gerne an mich wenden (zirkoenchen@web.de).

Ich hoffe daß diese Tipps und Tricks euch die Eingewöhnung etwas erleichtern.

Jo

Stand: September 2009