

学习手册

新西兰



北帕默斯顿市、马纳瓦图

Study Here
PALMERSTON NORTH CITY
& Manawatu



目录

欢迎来到新西兰	1
选择北帕默斯顿和马纳瓦图	3
来北帕默斯顿和马纳瓦图学习的五个理由	4
高等教育	5
中学教育	11
住宿	14
安全城市及多元文化支持	16
探险中心	17
地区及周边活动	19
学生打工	21
创意生活	23
体育和娱乐	27
城市设施	29
购物	31
活动	35
如何到达	37
城市交通	38
成功案例	39

一些树木会被砍伐并用于杂志的出版，但是我们会合理、适度伐木，因为我们更加关注环保。

出版商

CEDA
CENTRAL ECONOMIC
DEVELOPMENT AGENCY

www.ManawatuNZ.co.nz

免责声明：刊物出版时所有提供的信息均是真实准确的151202



欢迎来到 新西兰

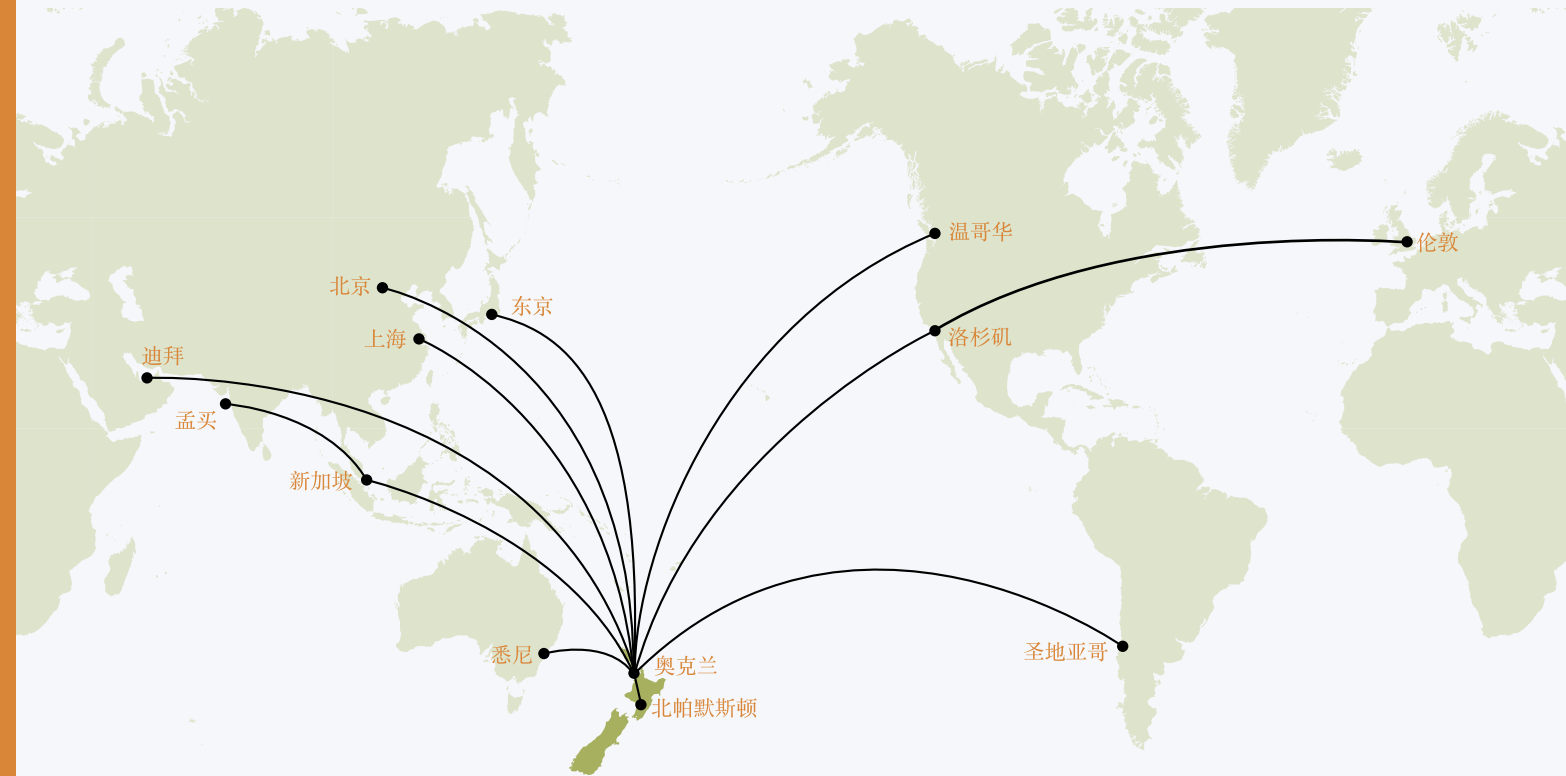
新西兰在提供优质中学和高等教育方面享有国际盛誉。我们这里安全的学习环境能够给学生完美的学习，生活及旅行体验。我们的大学校园有来自世界各地的学生，他们都在这里经历着自己难忘的人生。

新西兰与英国国土面积相当，但却只有450万人口分布在北岛和南岛。新西兰人被称作Kiwi，他们**随和**，**友善并且好客**。整个国家融合了毛利、太平洋岛国、欧洲及亚洲文化，呈现出多样丰富的文化氛围。

新西兰有**安全祥和**的环境，丰富多样的旅游资源以及**全球认可的高等教育资质**，它是学生学习，体验和探索的完美地点。

你知道吗？

- 在2017年全球幸福指数排行榜上，新西兰排名第二。
- 新西兰有一套对国际学生关爱辅导的行业规则，以此确保在这里的国际留学生能获得准确可靠的信息，拥有安全的学习和生活环境，并受到良好的关照。
- 新西兰的教育体系是以全球认可的英式教育为基础的。
- 新西兰高等教育课程实用，符合时代且需求度高；和其他国家相比，新西兰的教育费用也更加合理。
- 每个新西兰高等教育机构都有自己的国际招生服务办公室，全程为留学生提供优质服务。
- 新西兰是旅游胜地，这里有连绵的群山，优美的海岸线以及开阔宜人的草原等等。



选择 北帕默斯顿 和马纳瓦图

北帕默斯顿（以下简称“北帕”）是学习和科研的中心。我们拥有优质的高等教育和中学教育机构。我们常说北帕是个学生城市，因为在此生活的十人中就有四人在当地教育机构就读或任职。不管是短期还是长期的学习，您都可以在这里获得一流的教育机会，我们专业的咨询和服务将会帮助您克服文化障碍，享受不一样的教育体验。在学习和工作中，学生们在多元文化的熏陶中提高了英语技能，结交了朋友，培养了自信心和独立性。

北帕和马纳瓦图的安全，祥和的生活环境得益于地区文化的包容性，优质的社区安全纪录以及区域警力的保障。我们的城市和区域有着悠闲的生活方式，和无限的探索及旅行的机会。这里有学生们期待的迷人的自然风光和宁静的乡村生活；由于地处新西兰中部，学生可以向南或向北探索更加广阔的区域。

整个区域团结紧凑，大家彼此相识，我们热情欢迎新成员的加入来促进文化的多元性。菲尔丁（Feilding）小镇友好，热情，距离北帕仅20分钟车程。

这里的生活方式简单，轻松悠闲，并且有一系列优质，安全的住宿方式分布在校园和市区。和新西兰其他城市比较起来，我们这里的房租费用更加低廉。住在市区的学生乘车到学校上课最多也只需十分钟。

北帕和马纳瓦图能带给留学生太多的异域风情体验，如果你想寻求一次难忘的经历，并在圆满完成学业的同时收获终身的友谊，请来我们这里；你将经历不一样的学习之旅并体验独特的“Kiwi”生活方式。

You're Welcome Here

来北帕默斯顿和 马纳瓦图学习的 五个理由

1

世界一流的教育和研究机构

北帕和马纳瓦图有一系列世界一流的大学和中学教育机构。这里的梅西大学（Massey University），新西兰国立联合理工学院（UCOL）和新西兰国际太平洋大学（IPU）均能为本地和国际学生提供多样化的课程；另外北帕的八所中学也都接收国际学生。这里的英语培训机构 ETC（English Teaching College）和PACE（Professional and Continuing Education）致力于帮助国际学生提供英语能力。

2

安全实惠的生活方式

北帕被国际安全社区基金会（International Safe Community Foundation）评选为安全城市。我们欢迎国际留学生的到来并会给予他们特殊的关照。

3

得天独厚的地理位置

北帕周边景色迷人，风景壮观。学生们可以步行去远足体验山峦，海岸沙滩以及原始森林。从这里驱车只需半天就可到达新西兰标志性的旅游景点：罗托鲁亚（Rotorua）、陶波（Taupo）和惠灵顿（Wellington）等。

4

多元文化的社会结构

一百余种不同文化的碰撞给北帕这个城市带来了充满活力的国际视角。这里及周边区域的居民友好并且十分尊重国际留学生。

5

一次完美的学习体验

如果你在寻找优质的教育，良好的学习氛围和价廉的住宿环境，并渴望能广泛结交世界各地的挚友，那么北帕和马纳瓦图将会是您的不二之选。

www.ManawatuNZ.co.nz/Study

高等教育



梅西大学飞行专业学生

北帕和马纳瓦图的高等教育是世界一流的，这里一些列的高等学府可以满足不同学生的教育需求。我们区域的三所高等教育学府梅西大学（Massey University），新西兰国立联合理工学院（UCOL）和新西兰国际太平洋大学（IPU）都能在友好和谐的环境中提供出色的教育；他们在学科设置、教育模式以及学历方面也都有各自所擅长的领域。

我们的大学和技术学校不仅关注学生的学习成果，我们更加注重您的学习体验过程，每一分的努力都是为了确保国际学生能够更好的融入当地社会中，因为社会交往和文化的融合是重中之重。许多学校的课外活动俱乐部也都旨在帮助学生扩大交际面，认识新朋友，因而在这里倍受欢迎。

梅西大学（Massey University）是世界级的教学和科研学府，下辖五所学院，分别是科学院、艺术学院、人文社会科学院、健康学院以及商学院。马纳瓦图（Manawatu）校区是梅西大学的主校区，拥有悠久的学术历史，在农业和兽医科学方面极为出色。飞行学院更是为培养优质的飞行员提供了有力保障。梅西大学还是FoodHQ的合作伙伴。FoodHQ是一家国际性的食品创新中心，汇集了全新西兰农业食品领域的精锐和尖端力量。

梅西大学在科研和技术发展上都是新西兰的中坚力量，带领着整个国家走在世界前端。马纳瓦图校区是体育和健康领域的领导者，这里的体育学院有着世界一流的设施，教学和研究能力。

梅西大学是新西兰全国规模最大的大学之一，全校三个校区共拥有超过30000名在校学生，他们每年



梅西大学主教学楼



UCOL学生



IPU毕业典礼



梅西大学毕业典礼



梅西大学是FoodHQ的重要成员



Massey大学与FoodHQ的互动

都接收来自全球100多个国家的4000名左右的国际学生，还有很多国际学生通过网络享受远程教育课程。梅西大学和国外大学有超过200个的国际关系和学术协议，以此推动出国留学和国际学生交流，促进学生的流动性和多样性。

梅西大学在课程的关联性以及其对于来自不同文化背景、年龄、地区、民族的学生的开放程度上都做的十分出色；另外根据《国际学生关爱辅导行业规则》，他们会给与国际留学生全程的帮助，并和他们培养和建立起跨越国界的校友关系。

新西兰国立联合理工学院（UCOL） 成立于1902年，是一所政府资助的综合工艺学校。它提供证书、文凭、学位、研究生学历方面的一些列实践课程。UCOL在护理、摄影、设计以及信息技术方面的课程设置都尤其出名。

多样化的动态课程设置可以平衡实践和理论方面的学习，所以UCOL的学生在未来的职场中会做的更好。校园内生机勃勃，丰富多样的社会和学术活动处处可见。UCOL校园的设计是北帕的地标性建筑之一，他们以现代化学习环境著称，有培训餐厅、艺术工作室、科学实验室和健身房。

这里的设施均符合国际标准并体现了他们接纳国际学生的方式；舒适温馨的校园环境，以及新生前几周的入学指导课程使学生更能够在新西兰安心踏实的学习。



新西兰国际太平洋大学（IPU）为来自不同国家的留学生营造了多语种、多文化的独特的学习环境。IPU同样也欢迎想学习国际商务、国际关系或环境学、以及想掌握一门新语言（日语和普通话）的本地学生。学校提供的文凭、学位和研究生学历课程均通过了新西兰学历认证局（NZQA）的批准认可，并被其授予了高等院校中的最高排名—Highly Confident。

IPU为学生们拓宽了国际视野，他们在二十四种不同文化的国际环境中学习生活，交朋识友；这里更注重小班授课，使学生和教师之间拉近了距离。

学校为去日本的学习交换提供了多种机会，或者是在日本冈山IPU总部的二十周的交流项目，或者是两年的双学位课程，或者是在东京国际商务学院（Tokyo International Business College）的商务实习。学生可以通过我们的全球教育网络收获知识和实际经验。

学校的十栋学生公寓为留学生提供了安全、温馨的“异乡之家”，住宿包括餐食和校园设施的使用。IPU独特的交流互动环境尤其适合语言学习和社交活动；另外校园和北帕市的一系列活动项目也丰富了学生的课余生活。

www.massey.ac.nz

www.ucol.ac.nz

www.ipu.ac.nz

预科和英语桥梁课程

不管是职场进阶还是继续深造，北帕默斯顿的一系列英语培训机构都能帮助你提高英语能力，建立你在听、说、读、写方面的信心。

我们所有的语言培训机构都有着优秀的，经验丰富的教职团队，他们对学生尽职尽责，并在学术上表现卓越。

市中心的英语培训学院English Teaching College (ETC) 致力于为国际学生和移民提供各式各样的优质课程，以及一系列精彩的课外活动。

这里有学术类和普通类雅思，职业英语考试Occupational English Test (OET)，以及职业培训课程，比如早教英语或实习。北帕默斯顿的ETC培训学院是雅思中心认可的预测试中心，并在提供友好的，多元文化环境的同时为学生与大学、理工学院和当地社区建立联系。



梅西大学、新西兰国际太平洋大学（IPU）和新西兰国立联合理工学院（UCOL）提供的语言课程都能帮助你顺利完成本科学业。

除了英语语言强化班外，梅西大学的预科学历证书及学术英语语言直升班（包含本科课程和硕士课程）能在满足学术和英语语言方面入学要求的同时，帮助你提升选修课程需要的学习和研究技能。

UCOL、IPU和ETC都能提供新西兰英语语言证书。这个资格证书能帮你满足各种学历和文凭课程的入学要求。UCOL还是新西兰三个托福考试测试中心的其中一个。

每个培训机构都能以学生为中心，帮助你提高各种技能，提升你的就业机会，并为你继续深造做准备。

www.etc.ac.nz

www.ucol.ac.nz

www.massey.ac.nz

www.ipu.ac.nz



中学教育



北帕和马纳瓦图因优质的高等教育而闻名，但我们这里中学的学习和教学质量也同样出色。

我们的地区有八所中学向国际留学生开放：Palmerston North Boys' High School、Palmerston North Girls' High School、Freyberg High School、Feilding High School、St Peter's College、Longburn Adventist College、Awatapu College和Nga Tawa Diocesan School。除了Boys' High、Girls' High以及Nga Tawa Diocesan School（只接收女生）外，其余的学校均属于混合式教育，男女生兼收。所有这些学校均能和谐、友好的环境下提供优质的教育服务，但他们均有自己的价值观和独特的教学重点。

新西兰的教育系统一向鼓励师生间轻松灵活的讨论互动。根据学生的年龄和能力，13至18岁左右的中学生会被安排到9至13年级之间。新西兰中学教育成绩证书（NCEA）也在世界范围内获得了企业和教育机构的广泛认可。学生周一至周五早上8:30上学，下午3:30下学。

所有马纳瓦图的中学都能提供国际学生服务，以协助学生解决关于住宿，结交新朋友，管理学习生活以及如何融入校园生活等问题。

所有学校都能为国际留学生提供寄宿家庭的服务。寄宿家庭是一种文化的交融，国际留学生以客人的身份住在当地人家中，不仅享受食宿，而且可以和当地一家人生活在一起，促进文化交流沟通，提高语言能力。因为寄宿家庭可以让国际学生在友好，安全放松的环境下全方位体验当地人的生活方式及习俗，所以我们的学校推荐住宿方式。

学习和发展英语技能是很多当地学校所关注的重点，他们会协助国际学生进一步锻炼并提升他们的语言技能。很多学校也都提供 ESOL（English for Speakers of Other Languages）课程。

体育是新西兰人生活的重要组成部分，各个年龄阶段的小孩和大人都会参与其中，学校的体育竞



赛活动也是我们文化的核心部分。除了我们的国球—英式橄榄球以外，大多数学校还会给学生提供其他一系列的体育项目，例如，板球、曲棍球、网球、羽毛球、美式橄榄球或是英式足球。

新西兰的教育模式中，创意和艺术生活也同样占据着重要地位；剧院、音乐以及各种艺术形式的兴趣培养都是我们这些学校课外活动中不可缺少的一部分。

不论您选择哪所学校，我们都将确保您可以在热情，温馨的环境中享受到优质的教育服务。我们的学校及师生期待您的加入。

www.ManawatuNZ.co.nz/great-schools



住宿

在北帕和马纳瓦图，学生有多种住宿选择，热情负责的工作人员将是您住宿质量的有力保障。不论是中学生还是大学生，你们都可以选择住在寄宿家庭（homestay），或是学校宿舍（hostel）。

寄宿家庭

寄宿家庭就是学生可以寄宿在当地人家里，以下的中学和大学都可以为国际学生提供寄宿家庭的服务：

1. 梅西大学（Massey University）
2. 新西兰国际太平洋大学（IPU）
3. 新西兰国立联合理工学院（UCOL）
4. Palmerston North Boys’ High School
5. Palmerston North Girls’ High School
6. Freyberg High School
7. Longburn Adventist College
8. St Peter’s College
9. Awatapu College
10. Nga Tawa Diocesan School
11. Feilding High School

旅店和学校宿舍

很多大学生都会在他们第一年选择住在旅店或是学校宿舍，这样可以交到新朋友，并享受轻松愉快的在校生活。学校会提供一日三餐、网络以及各种支持服务，我们的宿舍工作人员会和学生吃住在一起，以便随时提供各种帮助。

这里大多数的学校都能给学生提供在校住宿，方便学生上下学。我们鼓励学生参加一系列的体育和文化活动，以此展示自己的才能并和同学互动。为了不影响学生学习，这些活动通常是周末举办，并且是自愿的。

在北帕还有很多独立的，私人经营的宿舍供学生选择。





北帕默斯顿市和马纳瓦图目前有数百所私人出租房屋供留学生选择，不带家具的房子每周房租的价格如下：

-  两居室平均每人170 新西兰元
-  三居室平均每人160 新西兰元
-  四居室平均每人140 新西兰元
-  五居室平均每人100 新西兰元
-  六居室平均每人120 新西兰元

北帕默斯顿住宿方式

- 梅西大学学生宿舍
- 新西兰国际太平洋大学（IPU）学生宿舍
- 浸信会学生宿舍（Baptist Student Hostel）
- At The Hub
- Baxters on Ranfurly

除此之外，大学留学生也可以选择住在校外，和同学一起分摊房租。

私人房屋租赁

与人合租可以分摊开销和费用，是很多留学生崇尚的一种住宿方式。

我们这里有数百所私人出租房屋供学生选择。在准备租房前，需要考虑到以下事宜：地理位置、租房合同；座机、网络以及用电设施的安排。

和学生宿舍相比，在外租房的留学生会更加独立，因为他们要独立照顾自己并能处理各种租房费用。很多学生都会和室友分摊餐费、电费、电话费以及网费。学生将会自己做饭并时而为他们的室友烹饪，这样更能促进交朋识友，了解彼此的喜好。租房是认识新朋友，培养独立性和责任性的理想选择。

请通过www.nzflatmates.co.nz和www.trademe.co.nz/flatmates-wanted查询租房信息

www.ManawatuNZ.co.nz/student-accommodation

安全城市及多元文化支持

北帕的社区安全得益于包容的文化氛围，优质的地区安全记录以及警力的保障。社区警察尽职尽责的维护社区稳定团结，捍卫着北帕市“安全城市”（北帕市议会获得的官方国际认可）的美誉。

马纳瓦图多文化议会

马纳瓦图多文化议会致力于支持、推动北帕以及周边城市的多元文化社区发展。他们来自不同的民族文化背景，并通过组织，参加活动来促进北帕文化的繁荣。“多元文化中心”（Multicultural Centre）可以给移民和难民提供关于新西兰生活方面的相关的信息。该中心教授英语课程并有很多社交活动。

www.mmcnz.org.nz

马纳瓦图新人团体

马纳瓦图新人团体是一个志愿者性质的团体，他们和马纳瓦图多文化议会协作，通过社会实践和社交活动帮助新成员融入到本地文化中。我们期待不同年龄、不同国籍，不同语言的成员的加入。

www.newcomers.co.nz/regions/manawatu/palmerston-north

华人社团

北帕活跃着大大小小的华人社团，他们在文化宣传，社区咨询服务以及教育研究等方面为北帕社会的多元化做着贡献。

www.manawatuchinese.org.nz

文化节

每年三月在北帕举办的文化节是集文化、色彩、音乐、食品和舞蹈为一体的盛宴。每逢这个时候都会更多的当地文化民族团体加入到这场丰富多彩的节日庆典中，并且有一些列来自中国、日本、印度、泰国、柬埔寨、爱尔兰、俄罗斯、太平洋岛屿，拉丁美洲以及其他文化的表演。

食品一直都是这个文化节的亮点，很多社区团体都会在这个食品音乐节上展示他们的传统菜肴。

www.festivalofcultures.co.nz

探险 中心



去体验马纳瓦图公路两旁开阔无垠的农场吧，在冬天驱车两小时去感受滑雪和单板滑雪所带来的刺激，亦或是去游览附近的群山并和好友来一次丛林探险。

生活在北帕最大的好处之一就是可以在享受城市生活便利的同时，去感受周边乡村生活的惬意。我们地处新西兰北岛南部，也就是说这里离鲁阿佩胡火山、卡皮蒂岛、陶波、惠灵顿、新普利茅斯、塔拉纳基、旺格努伊、纳皮尔以及霍克斯湾仅两小时车程。



鲁阿佩胡火山 (Mt Ruapehu)

图罗瓦和法卡帕帕是新西兰北岛最大的滑雪胜地，拥有澳大利亚（大洋洲和太平洋岛屿）最长的垂直下降高度，这里有超过65条的滑雪道，覆盖超过1050公顷的原始天然雪场，所以每年冬天都会有来自全世界各地的滑雪爱好者云集在这里。

卡皮蒂岛 (Kapiti Island)

卡皮蒂岛是新西兰最宝贵和标志性的自然保护区之一，在这里自然爱好者可以观赏到很多其他地方罕见的珍稀鸟类。

陶波 (Taupo)

陶波坐落于陶波湖岸旁，这里风景如画，你会在这里度过难忘美好的周末并能享受在清澈见底的湖边垂钓鳟鱼的乐趣，不仅如此，陶波湖周边还有很多景色迷人的旅游景点。

惠灵顿 (Wellington)

首都惠灵顿是艺术、文化和音乐的中心，这个海港城市有区别于一般城市生活的景致以及一些列繁忙惬意的景象。

新普利茅斯、塔拉纳基 (New Plymouth and Taranaki)

在新普利茅斯和塔拉纳基地区，学生们可以在艾格蒙特国家公园攀爬塔拉纳基山脉，或是去布鲁克兰兹动物园 (Brooklands Zoo) 与动物们亲密接触。塔拉纳基山脉享有新西兰“富士山”的美誉。

旺格努伊 (Whanganui)

旺格努伊河流淌过市中心，该城市的历史源远流长，是一些列伟大艺术家的摇篮，并有一所标志性的艺术学校。旺格努伊国家公园是一个室外娱乐广场，你可以体验喷射快艇、皮艇或者划汽艇去巡游和探索周边的历史文化。

纳皮尔、霍克斯湾 (Napier and Hawke's Bay)

纳皮尔有世界闻名的装饰艺术建筑和各种活动。霍克斯湾是新西兰首屈一指的葡萄酒产地。塘鹅的栖息地拐子角 (Cape Kidnappers) 也是必去之地。

地区及周边活动

北帕地处新西兰北岛南部，是体验真正新西兰人生活不容错过的选择。从崎岖的鲁瓦希尼、塔拉鲁瓦山脉到塔斯曼海湾，景致壮观，错落有致，是冒险和探索的理想场所。马纳瓦图地区众多的娱乐项目可以填满你的周末，我们期待你的到来。

城市娱乐骑行

北帕市以“安全骑行”而闻名，不论是中学生还是大学生都会选择骑车上下学。

这里的城市和乡村有很多公路和山地车的骑行线路。并且Arapuke Park有超过15公里的不同难度的山地车骑行线路。马纳瓦图也有幸拥有全新西兰知名的旅游线路：马纳瓦图骑行道（Manawatu Cycleway）。



菲尔丁农贸市场



Rathmoy小屋

步行

在这里可以享受到一系列多样化自然景观。从植物园到鸟鸣绕耳的原始森林，从轻松惬意的河边漫步到惊险刺激的山脉攀爬，这里应有尽有。标志性的风车山和马纳瓦图峡谷也是不容错过的好去处。

农场体验

学生可以在朗基蒂凯（Rangitikei Farmstay）来一次真正的农场体验；或是去Owlcatraz观赏本土鸟类，去农场看动物以及到萤火虫洞探险。

户外活动、探险

去发现山地车骑行及步行道吧，你会看到迷人的景致，或是去体验激生肾上腺素的蹦极跳、在激流中泛舟、骑马、风筝冲浪等等。

迷人的景致

驱车探寻马纳瓦图广阔的原野、农场，两旁的村庄点缀其中，这样可以避开常规的旅游线路，并感受优美的群山、峡谷、河流、森林、瀑布以及开阔的原野。另外，在享受美景的同时可以近距离的接触当地文化，参观当地博物馆等等。

www.ManawatuNZ.co.nz/Visit

学生打工



在北帕有一系列私人职业介绍中心。实习生招聘计划可以帮助毕业生积累工作经验并顺利进入职场，是各大教育机构所鼓励推广的。有很多网站和机构也都可以帮助找到实习职位。更多信息请参考：www.ManawatuNZ.co.nz/student-employment。

www.trademe.co.nz以及www.seek.co.nz网站上也会刊登招聘广告，Student Job Search致力于帮助学生找到适合的就业机会。

如果持学生签证，你每周最多可兼职工作20小时并可在假期全职打工。

在特殊情况下，比如工作经验是你学历的组成部分，并要求你工作一定时长来积累相关经验，你每周就可以工作超过20小时。如果你在新西兰攻读硕士或是博士学位，你也可以在学习的同时全职工作。

关于在新西兰工作的更多权利和责任的相关信息请参考：www.nzstudywork.com。



许多在新西兰的留学生会在学习之余兼职打工赚取生活费用。在北帕找工作并非难事，这里的各行各业都有一些列就业机会供你选择。

学生可以在一些列行业寻求到工作机会，特别是酒店和服务行业、零售业、呼叫中心以及一些季节性的工作。马纳瓦图有一些列的职业介绍中心帮你一对一服务；Student Job Search是一个倍受欢迎的免费找工作平台，帮助学生搭建未来职业生涯的桥梁。



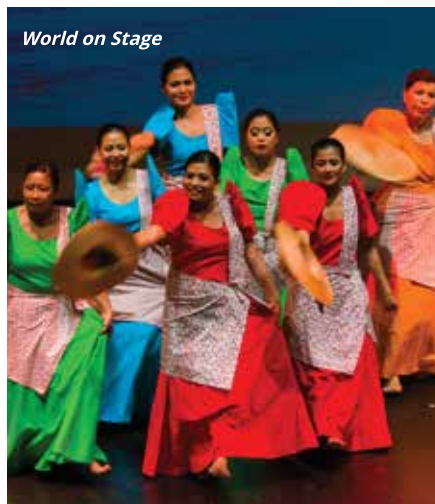
创意生活



北帕和马纳瓦图是富有活力的艺术社区，这里活跃着音乐家、演员、作家、舞蹈家、剧作家、诗人、喜剧演员、艺术家及制片人。这里一年到头都有一些列的艺术画廊、剧院、舞蹈室、录音棚、展览和艺术节目以及浓郁的当地音乐和艺术文化盛典。

欢迎有创意感的学生加入到这个社区的艺术活动中。这里给学生提供了一些列社区团体组织，以此推动区域人才和整体性的发展。你可以乐享其中，也可以驻足观看。

www.ManawatuNZ.co.nz/Art



剧院

合理充分利用的社区剧院使一些列新兴或已成名的艺术家，音乐家能积极参与到一幅幅富有创意和艺术生活的场景中。主要剧院包括：

- Centrepoint Theatre
- Regent on Broadway
- Abbey Musical Theatre
- The Dark Room
- Feilding Little Theatre



表演艺术

城市雕塑



中心广场演唱会



Evento时装艺术



艺术画廊和俱乐部

北帕和马纳瓦图的艺术画廊和展览中有很多当地和全国的艺术精睿。

- Te Manawa
- Taylor Jensen Fine Arts Gallery
- Zimmerman Gallery
- The White Room
- Van Uffelen Picture Framing Gallery
- Feilding and District Art Society
- Square Edge Arts Centre



Te Manawa “大事件”展览



Te Wānanga o Aotearoa



IPU国际春季联合会



英式橄榄球展览



Te Manawa



音乐

这里有很强的区域性音乐优势，一些列的俱乐部、团体和组织，演出和录制场地等待着新老音乐家的加入。

- The Stomach
- Manawatu Community Choir
- Manawatu Sinfonia
- Manawatu Youth Orchestra
- Manawatu Jazz Club



莎士比亚夏季文化节



文化节



Zimmerman画廊



体育和娱乐



站立划桨冲浪板

体育优势

要知道我们在体育方面的优势，请看下面的大明星，全黑队（All Blacks）的Aaron Cruden、Aaron Smith和Nehe Milner-Skudder、奥运会自行车项目铜牌得主Simon van Velthooven和Jesse Sergent、高空自由式极限飞车的Levi Sherwood、赛车手Brendon Hartley、Black Sticks、曲棍球运动员Emily Naylor和Kayla Sharland，他们全部来自马纳瓦图。这里体育文化的繁荣发展得益于出色的管理经营、优质的设施和敬业的志愿者，整个区域已成为培养体育人才的沃土。

新西兰人对各项体育运动都情有独钟，所以在北帕、菲尔丁以及周边整个区域，你都会很自然地融入到这个体育大家庭中，我们有社会和社区范围的俱乐部，中学和大学球队以及一流的娱乐设施。

www.ManawatuNZ.co.nz/Sport

体育活动

和新西兰其他区域一样，以下的体育项目在这里备受欢迎：

英式橄榄球

新西兰有令人骄傲的英式橄榄球传统，特别是在马纳瓦图，这个传统得到了更好的延续。马纳瓦图涡轮队（Manawatu Turbo）曾参加过新西兰冠军赛，而且这里有一系列可供各个水平层次选择的男女俱乐部。

羽毛球

无论是什么水平层次，在Badminton Manawatu协会你都能尽情享受羽毛球给你带来的乐趣。教练和管理人员会热衷于发掘和培养运动员的专业比赛潜质，协会也曾经主办过新西兰最大范围的羽毛球锦标赛。

高尔夫球

开阔的绿地和户外空间使高尔夫球在新西兰成为大众化的娱乐项目。北帕有两个高尔夫球锦标赛球场，Manawatu Golf Club和Palmerston North Golf Club，菲尔丁的Feilding Golf Club有景色迷人的18洞球场。Orlando Country Club提供了全套练习场和一个9洞球场，另外还有很多球场分散在本地区。

网球

北帕和马纳瓦图的网球运动很流行，北帕草坪网球俱乐部（Manawatu Lawn Tennis Club）和菲尔丁网球俱乐部（Feilding Tennis Club）都有初级和高级会员，我们随时欢迎新成员的加入并期待学生在提高他们的网球技能的同时能够乐享其中。

乒乓球

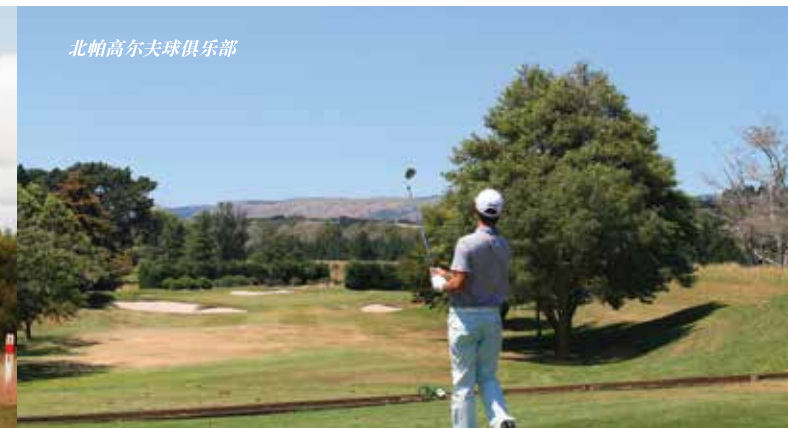
乒乓球也是一项随处可见、倍受欢迎的体育项目。马纳瓦图乒乓球协会下辖的六个俱乐部每周都会在北帕、菲尔丁（Feilding）和莱文（Levin）举办比赛；除了一次性锦标赛外，还会有夏季和冬季联赛。

其他体育项目包括：

- | | |
|---------|---------|
| • 篮球 | • 自行车 |
| • 曲棍球 | • 壁球 |
| • 冲浪 | • 皮艇 |
| • 排球 | • 独木舟水球 |
| • 篮网球 | • 速度轮滑 |
| • 山地自行车 | • 赛马 |
| • 游泳 | • 板球 |

该地区更多的体育和娱乐活动信息请登录：

www.sportmanawatu.org.nz



北帕高尔夫球俱乐部

城市 设施



Victoria Esplanade

Victoria Esplanade

Victoria Esplanade是北帕标志性的花园，一年中的任何时候均有值得你去观赏的东西。特别是世界闻名的达格尔德麦肯奇玫瑰园、各种步行道、教育中心、咖啡厅、大鸟舍、鸭塘、丛林漫步、槌球草坪等等。每年都会有多种多样的体育活动和社区活动在这里举办，其中包括夏季音乐会系列活动以及倍受欢迎的散步公园日。

图书馆

北帕有世界一流的市中心图书馆，以及数个分散在周边区域的图书馆。另外，移动图书馆也会穿梭于各个社区。

Youth Space

北帕青年空间是一个适合13至19岁年龄段的活动中心。它是青年人消遣、娱乐、交友和发展个人及社交能力的理想场所。

公园、体育场、公共用地

我们的地区有一些列的公园、体育场和开放区域供民众娱乐，消遣，仅北帕地区就有103个体育场及公共用地。所有公园均由北帕市及马纳瓦图议会维护和管理，以保持其美观整洁。我们的体育场有合成和天然材料铺设的地面。

Lido Aquatic Centre

获奖的Lido Aquatic Centre是北帕高质量的娱乐中心，有完美的室外、室内活动设施，包括划水，新西兰最高的高速滑道及北岛唯一的Superbowl水滑梯。Lido水上中心还有桑拿室、温泉和蒸汽房来放松身心。

www.ManawatuNZ.co.nz/Live



Lido水上中心

购物



北帕是北岛南部首选的购物场所。从高端的设计师到连锁品牌，再到当地的特色商店，北帕以及附近的菲尔丁（Feilding）有您想要购买的一切。

The Plaza购物中心和Broadway Avenue

The Plaza是北帕默斯顿的核心，这里的100多个商家汇集了所有主要品牌以及高质量的利基商铺，提供了完美的购物体验。Broadway Avenue毗邻市中心广场，是标志性的购物街，直到今天这里依然有一些列多样化的精品和品牌商店以及地方特色小店；另外，各国多元化的饮食文化也是重要的组成部分。您会在这里看到Adidas、Levis、Puma、New Balance、O'Neill、Oakley、Ray Ban、Asics、Converse、Lower、Federation、Huffer等众多品牌。

菲尔丁（Feilding）

菲尔丁是一个迷人的风情小城，这里有多样化的娱乐项目、免费停车、美味的咖啡和各式各样的精品商店。菲尔丁是纵情和购物的理想场所。来这里淘宝吧，精美的饰物和服饰，独特的礼品店和优质的当地特产，这一切都汇集在菲尔丁的市中心。

www.ManawatuNZ.co.nz/Shop



George Street的Kilt



Downtown购物中心的Cotton On



精品购物和咖啡店



活动

北帕默斯顿和马纳瓦图一年到头有数百场活动上演，每年固定的有Esplanade Sunday Concerts, Waitangi Day, Concert in The Square, Festival of Cultures, New Zealand Grand Prix, Team Champs (Stockcars)以及International Jazz Festival。这里每年还有一系列适合个人口味的展览，赛车和体育赛事，电影节和演出。以下列出了每年的一些大型活动。

www.ManawatuNZ.co.nz/Events



Rural Day



社区盛典



音乐会



文化节



Evento时装艺术



国际春节联合会



NZ Rural Games



水上焰火表演



徒步节

贸易市场

了解这个区域的最好的方式就是去逛当地的农贸市场，从本地农产品和精品市场，到奇特的手工艺和时髦的家庭用品，各式各样的商品随时供您挑选。您可以和本地商家及农民面对面谈，聆听他们的故事并了解食品的来历。

每年定期的农贸市场包括在世界闻名的杜鹃花园举办的Cross Hills Country Fair以及持续多天的Magic of Christmas Markets，带来了来自新西兰各地的独家精品。

www.ManawatuNZ.co.nz/Markets



如何到达



航班

北帕默斯顿机场距离市中心仅五公里，驱车十分钟就可到达，这里是连接全国主要城市及国际航班的关口；出租车、机场巴士以及城市大巴往返于航站楼及市中心。如果您需要租车，新西兰很多的租车公司在机场都有服务站。

这里大多数的学校都可以为国际学生安排机场到住宿处的接送服务。

自驾车

从北帕驱车两小时就可到达鲁阿佩胡山脉、卡皮蒂岛、陶波、惠灵顿、新普利茅斯、塔拉纳基、旺格努伊、纳皮尔以及霍克斯湾；到奥克兰也只需不到七小时。

火车

北帕是穿梭在奥克兰和惠灵顿的Northern Explorer列车的其中一站，你可以在火车上看到全新西兰最美丽的景色。火车每周运行六班，周一、周四和周六从奥克兰出发；周二、周五和周日从惠灵顿出发。乘坐Capital Connection也可以在两小时内轻松往返惠灵顿和北帕，除节假日外，这趟通勤铁路周一至周五全天候运行。

公交客车

北帕和菲尔丁有多种多样的城际大巴车服务，Nakedbus、ManaBus和InterCity都能帮助你直通北岛的任何地方。

www.ManawatuNZ.co.nz/getting-here

城市交通

北帕市及周边区域的公共交通由Horizons Regional Council经营管理，公交车服务覆盖众多地区，穿梭于中心城市和地区小镇。梅西大学和UCOL的学生可以免费乘坐公交，新西兰国际太平洋大学（IPU）的学生可以享受到低价乘车的优惠。公交车一周七天运行，中学生可以购买打折车票。

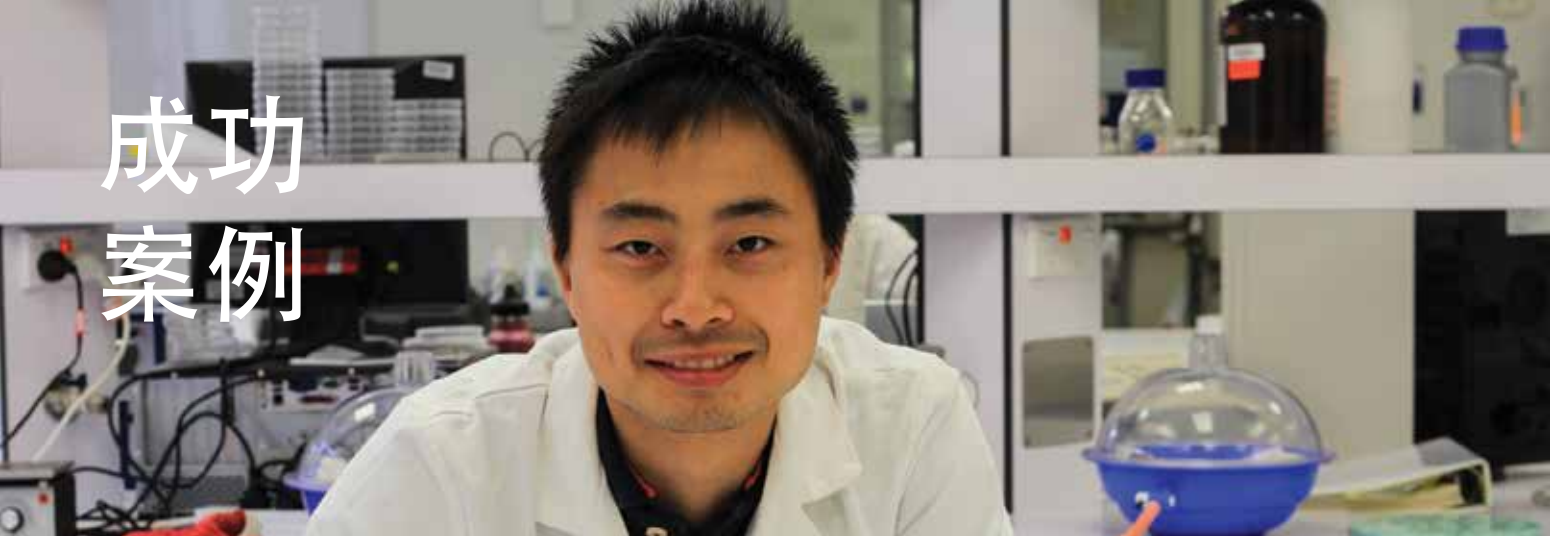
在北帕市，你可以在所有中心商业地区附近找到公交车站，更多关于公交车时刻表和运行线路的详细信息请参考以下网站：

www.ManawatuNZ.co.nz/public-transport



梅西大学的免费巴士

成功案例



Leo Lai

化学和生物工程留学生的成长历程

从台湾来到新西兰的梅西大学读化学和生物工程专业本科时，Leo给自己设定的目标是攻读该专业的荣誉硕士学位。他渴望探寻新西兰美丽的自然风光、在专业上学有所成并结交来自世界各地的朋友。尽管他那时不确定是否能平衡自己的兴趣爱好、学业和交朋识友，但最后他还是成功地做到了。他说：“攻读高等学位的同时并享受生活是可行的，关键在于如何利用和管理好时间。”在北帕Leo认识了来自澳大利亚、欧洲、马来西亚、斯里兰卡以及新西兰当地的朋友。

Leo在学习中积极参与实验并向着自己的目标努力工作。“我善于解决问题，因此我希望继续发展我的专长，我的专业正好符合了我的需求。”他从自己的专业学习中获益匪浅，讲师们都熟知他并愿意帮助他进入职场。

Leo的父亲在他来新西兰留学的事情上起到了重要助推作用。12年前，在一次新西兰之旅中，他的父亲感受到这是一个适合生活发展的安全且条件优越的国家。

“优美的自然环境是新西兰的明信片。”Leo说他最喜欢且经常游玩的地方是离北帕仅十五分钟车程的蒂阿皮蒂-马纳瓦图峡谷（Te Apiti - Manawatu Gorge）。

Leo现在和他的家人长期定居在新西兰了，事实证明新西兰不仅是他家人的正确选择，而且在这里他也实现了自己的人生价值和目标。

他目前在攻读化学和生物工程专业硕士学位，新西兰世界闻名的食品和乳品行业将是成为他未来大展拳脚之地。



Rhema Nantham

梅西大学金融学专业学生放眼世界

年仅20岁的Rhema比同龄人的眼界更加开阔，她曾生活在马来西亚和菲律宾，现定居在新西兰。父亲在她七岁时就去了亚洲发展银行工作，他们因此离开了马来西亚，并在接下来的11年里一直生活在菲律宾。

当Rhema中学毕业时，她渴望追寻父亲的脚步、继承父亲的职业并踏上新西兰的学习之旅。她的父母让她在新西兰和澳大利亚两者间选择，最终她很自然的选择了新西兰，因为她的姐姐是新西兰的牙医，经过18小时的长途飞行，她来到了这个“蓝天白云的故乡”。

Rhema申请了奥克兰大学，惠灵顿的维多利亚大学以及北帕的梅西大学并同时收到了三所大学的通知书，但最终她还是决定来北帕的梅西大学学习，因为她认为梅西大学的商学是最出

类拔萃的。因为想攻读博士学位，所以一年后她从最初的经济学专业换到了金融学并辅修国际关系学。

Rhema希望在五年后能顺利完成博士学位，并能在新西兰的国际化大公司工作，像父亲一样在亚洲发展银行或是能去世界银行。她说：“我希望能帮助更多人解决经济上的问题和需求，而不是纯粹商业目的的赚钱。”

生活在北帕对她而言乐趣无穷。她说这些有趣的经历和探险并非是在马纳瓦图的原始森林中猎奇，而是多元文化的经历和体验。北帕和其他城市不一样，作为一个成熟发展的文化中心，这里汇集了各种文化及艺术形式。她试图每周末都去参与和经历一种文化并时常光顾艺术画廊、展览和咖啡店。她的目标是要走遍市里所有的咖啡店，并正在努力地尝试中。

新西兰北帕默斯顿
马纳瓦图



You're Welcome Here

www.ManawatuNZ.co.nz

