

Education
First

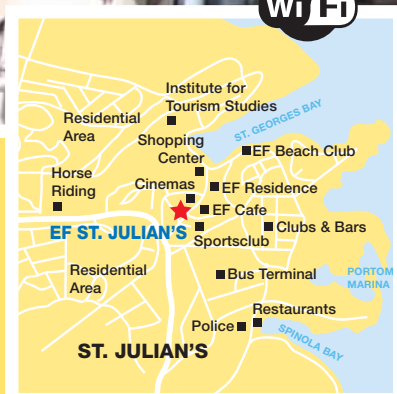


Escuelas de Idiomas en el Extranjero

Para estudiantes a partir de 16 años

INFORMACIÓN CURSOS 2007-2008

ST. JULIAN'S



Ubicación de la Escuela

A unos pasos del EF Beach Club y de la Cafetería EF, en la vibrante ciudad de St. Julian's.

Dirección

EF International School of English – Malta
The Mayfair Complex
Lower St. Augustine Street
St. George's Bay
St. Julian's, STJ 02

Acreditaciones y Membresías



Southern
New Hampshire
University

Ministry of Education – Malta
Licensed School
Education Act (Cap. 227)
Legal Notice 60/1996
Legal Notice 133/1998



Bienvenido a EF St. Julian's

Malta es el último reducto inglés en el Sur del Mediterráneo. EF Malta te ofrece un moderno ambiente de aprendizaje en St. Julian's: el equilibrio ideal entre el estilo colonial inglés y el encanto mediterráneo.



Índice

1. Carta del Director de la Escuela EF
2. Presentación EF
3. Acerca de St. Julian's, Malta
4. El Tiempo
5. Llegada
6. La Escuela EF
7. Las Clases
8. Alojamiento
9. Comidas
10. Dinero
11. Consejos útiles para vivir en Malta
12. Atención Sanitaria
13. Tiempo Libre
14. Vacaciones
15. Expectativas
16. Adaptándote
17. Comprueba



Georgiani's



Presentación EF

EF por todo el mundo

Desde las Escuelas de Idiomas en el Extranjero de EF, departamento de EF Education First, damos la bienvenida a los estudiantes de todas las edades y nacionalidades que eligen nuestras escuelas del Reino Unido, Irlanda, Estados Unidos, Canadá, Malta, Nueva Zelanda y Australia para aprender inglés. EF apuesta por el innovador programa Efecta™System, que integra a la perfección las clases presenciales con la última tecnología eLearning. Aprender un idioma de forma rápida y divertida es el resultado de un programa educativo estructurado en profundidad y de una amplia oferta de actividades sociales y educativas.

EF y tú

Los estudiantes EF son muy variados. Eligen los programas EF para mejorar y perfeccionar un idioma, como parte de sus planes de estudio o profesionales. La edad de los estudiantes va desde los 16 años en adelante.

Más oportunidades con EF

Un gran número de estu-

diantes EF utiliza sus nuevas habilidades para preparar y presentarse a exámenes oficiales, como Cambridge, TOEFL, TOEIC y IELTS. Estos títulos son ampliamente reconocidos tanto en el terreno universitario como en el laboral. Muchos estudiantes consideran su estancia con EF una oportunidad de explorar nuevas alternativas educativas mientras perfeccionan un idioma y sus niveles académicos.

Te preparamos para el futuro

Si quieres continuar tus estudios en una Universidad o College, el Servicio de Ubicación Universitaria (UPS) pone a tu disposición la información necesaria para realizar la selección académica más adecuada. Nuestro Coordinador Académico te aconsejará y acompañará durante todo el proceso. Además, gracias a la asociación con Southern New

Hampshire University (SNHU), los estudiantes EF pueden recibir por sus trabajos acreditaciones universitarias. Si las consigues, ¡serán para toda la vida!

Más de 40 años de experiencia

Uno de los aspectos que más valoramos de los Cursos EF es la mezcla de nacionalidades que llenan nuestras escuelas. Te invitamos a unirse a nuestra comunidad, donde experimentarás la vida y el idioma con EF. Estamos orgullosos de nuestra continua dedicación a la misión de romper barreras idiomáticas y culturales. Una misión que en 2005 cumplió su 40 aniversario.



Bienvenido al mundo EF

Malta te da la bienvenida y te ofrece el sol y la diversión del Mediterráneo

ACERCA DE LAS ISLAS MALTESAS

Malta se encuentra en el corazón del Mar Mediterráneo, al sur de Italia, formando un archipiélago junto a las islas de Gozo y Comino, que podrás visitar en ferry. La población total de las islas está cerca de los 400.000 habitantes. Durante todo el año Malta es el destino de cientos de miles de turistas por su clima cálido, su historia y las aguas transparentes que la bañan.

Malta tiene una larga y rica historia, y una muestra de ello son sus templos neolíticos, protegidos por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad.

Malta se independizó del Reino Unido en 1964, convirtiéndose en República y Estado Soberano. Las lenguas oficiales de Malta son el inglés y el maltés, ambas son enseñadas y habladas.

En mayo de 2004, Malta pasó a formar parte de la Unión Europea y el maltés se convirtió en uno de los idiomas oficiales de la Unión.

EL TIEMPO

Situada en medio del Mediterráneo, Malta disfruta de un suave y soleado clima, con temperaturas medias entre los 24-33°C en verano (mayo-septiembre) y los 12-22°C en invierno (octubre-abril). Durante los meses de verano el sol calienta desde muy temprano hasta las 7 de la tarde. Es recomendable usar gorra y/o gafas de sol, así como tener siempre a mano crema protectora, sobre todo si vas a alguna de las muchas playas que puedes encontrar.

Los meses de invierno no son tan fríos, de hecho la temperatura nunca baja de los 10°C. En ocasiones la lluvia hace acto de presencia, así que olvides llevarte un paraguas. Normalmente llueve los meses de noviembre, diciembre y

enero. La humedad es bastante alta (50 – 80%).

¡Nos sentimos afortunados por disfrutar de este maravilloso clima y del sol durante todo el año!

EF TRASLADO Y LLEGADA

Cuando sepas los detalles de tu vuelo, por favor asegúrate de avisar con suficiente antelación a la Oficina EF o a la Familia Anfitriona. De esta manera evitamos que la familia esté esperando todo o el día o, peor, que no haya nadie en casa cuando llegues.

Malta dispone de un aeropuerto internacional (Gudja Airport). EF te ofrece el Servicio de Traslado desde el aeropuerto hasta tu alojamiento. Para más información sobre este servicio, ponte en contacto con la Oficina EF.

Si has contratado el Servicio de Traslado, es importante que te dirijas a la zona de llegadas, antes de que cambies dinero, reclames equipaje perdido, etc. Allí busca a nuestro representante. Si no sigues estos pasos, puede que no lo encuentres. Si no logras localizar al Representante EF, no abandones el aeropuerto, ya que alguien te recogerá.

Si no has reservado este servicio, dirígete directamente a casa de la Familia Anfitriona, que ya estará avisada de la hora de llegada. Lee cuidadosamente las leyes de la aduana. No intentes entrar nada prohibido en el país. No te podremos ayudar si te detienen por la importación de cualquier cosa que vaya contra de las leyes de Malta.

Si no eres ciudadano del Unión Europea, necesi-

tarás presentar los siguientes documentos a tu llegada:

- Pasaporte (válido como mínimo hasta 6 meses después del Curso EF).
- Pruebas de que posees medios suficientes para costearte el curso, así como de poder mantenerte durante tu estancia sin trabajar.
- Carta de confirmación EF que demuestre que está matriculado en un curso a tiempo completo.

LA ESCUELA EF

El Director de la Escuela cuenta con la asistencia de un consolidado equipo de profesores y administradores. Hay además un Coordinador de Actividades que organiza todas las actividades y excursiones.

La escuela te ofrece las siguientes instalaciones:

- EF Efekta™ iLabs multimedia
- Acceso WiFi Wireless a Internet en toda la escuela
- Sala para estudiantes con televisión
- Cafetería EF
- EF Beach Club cerca de la escuela
- Teléfonos públicos
- Fax
- Tablón de anuncios para mantenerte informado
- Biblioteca y tienda de libros
- Fotocopiadora

EF: CLASES Y APRENDIZAJE

El programa educativo EF te ofrece la oportunidad de estudiar inglés y de conocer la cultura local durante el tiempo y con la intensidad que mejor se adapten a tus necesidades. EF Malta pone a tu disposición distintos tipos de cursos:

Querido Estudiante,,

Te damos la bienvenida a la Isla de Malta y te agradecemos que hayas elegido EF para aprender inglés.

EF abrió su primera escuela en esta isla mediterránea en 1994 y desde entonces ha sido uno de los destinos EF preferidos. Una popularidad que va en aumento gracias a nuestra experiencia en la enseñanza a alumnos internacionales como tú y a las nuevas instalaciones que harán todavía más agradable tu aprendizaje.

El pintoresco St. Julian's es el lugar en el que se ubica EF Malta, ofreciéndote tanto el encanto del pueblecito de pescadores que fue en el pasado, como la animación del centro vacacional en el que se ha convertido en la actualidad. Malta no te decepcionará. No importa si la has escogido por sus lugares históricos, por su variedad cultural, por el sol o el mar, la escuela está a un paso de todo. Su clima es perfecto para practicar tanto deportes acuáticos como actividades al aire libre. Además, por las noches podrás disfrutar del mejor ambiente. ¡Lo más difícil de tu estancia será elegir entre tanta variedad!

Únete a EF Malta y te haremos vivir una experiencia muy enriquecedora.

Estamos deseando conocerte.

Roger Bugeja
Director de la Escuela
EF International Language Schools, Malta



Intensivo, Preparación para Examen, General, Inglés de Negocios y Básico. En clase practicarás la gramática, la comprensión oral-escrita y la producción oral-escrita.

Orientación

El primer día realizarás el Efecta™ Fluency Test, una prueba para medir tu nivel de inglés, más concretamente tu nivel de gramática y tu comprensión oral. Según el resultado se te asignará uno de los ocho niveles. Es en este momento cuando te entregarán el horario. Conforme vaya mejorando tu inglés, irás pasando a niveles más altos. Si piensas que estás en un nivel equivocado, díselo al profesor. Ten en cuenta que podrás tener las clases tanto por la mañana como por la tarde, dependerá de la época del año y del tipo de curso.

Clases de Interés General

Dependiendo de tu curso podrás elegir también algunas Clases de Interés General (SPIN). Las clases SPIN varían durante todo el año y es posible que no puedas repetir la misma clase. Cada lección dura 40 minutos y se pueden combinar dos lecciones en una de 80 minutos.

iLab

Todos los cursos de inglés incluyen seis sesiones por semana en el iLab. El laboratorio multimedia te ayuda a completar y a reforzar todo lo aprendido en clase en un ambiente de aprendizaje interactivo online. *Ten en cuenta que el Curso EF Básico no incluye iLab.

Asistencia

Si quieres conseguir el Certificado EF, debes asistir al menos al 80% del total de las clases y participar en ellas. Además, así lo exigen las normas maltesas que regulan la inmigración.

Exámenes

Durante el curso en St. Julian's podrás prepararte para los exámenes de Cambridge, el TOEFL y el IELTS. El Director de Estudios te aconsejará cual es el más apropiado para ti.

Estudios superiores

Con las calificaciones adecuadas (incluidas notas lo suficientemente

altas en los exámenes arriba descritos), puedes solicitar tu acceso en la Universidad de Malta. Es una universidad internacional por lo que las clases, trabajos y exámenes son en inglés. Aunque Malta es miembro de la Unión Europea, los cursos aquí son más baratos que en cualquier otro lugar del continente y lo mismo ocurre con el coste de la vida. La Universidad de Malta ofrece también un curso de 1 año en Estudios de la Fundación.

ALOJAMIENTO

Las familias maltesas

EF ofrece principalmente alojamiento en familia o en residencia. Muchas de nuestras familias llevan muchos años acogiendo a estudiantes, por lo que ya están familiarizadas con este tipo de experiencias culturales. Las costumbres familiares, los horarios de las comidas e incluso la comida en sí son muy diferentes de lo que tú estás acostumbrado. Recuerda que los primeros días son para adaptarte. Ten paciencia y habla con la familia o con el Coordinador de Alojamiento si tienes alguna pregunta o preocupación.

Familia Anfitriona

El alojamiento en familia incluye cama y baño compartido en una casa maltesa. Puedes elegir entre reservar una habitación individual o compartirla con otro estudiante EF.

Baño: No todas las familias tienen ducha; en Malta es habitual tener sólo bañera.

Colada: La familia cambiará las sábanas y las toallas una vez a la semana. Tú serás responsable de tu colada y de la limpieza de la habitación. Recuerda llevar contigo las toallas para la playa.

Comidas: Desayuno y cena de lunes a viernes y pensión completa los fines de semana. Cenarás con la Familia Anfitriona.

Llamadas: Debes realizar todas las llamadas desde la casa, a través de una tarjeta telefónica de pre-pago, que puedes comprar en la escuela o en centros comerciales cercanos. Por favor, pide a tus amigos y fami-

liares que te llamen a horas prudentes.

Tabaco: Si eres fumador, pregunta a la familia donde puedes fumar. Recuerda que en Malta ni se puede fumar en zonas públicas.

Cambio de familia

Todas las familias son cuidadosamente seleccionadas, por lo que sólo podrás cambiar de familia por razones de peso y con la aprobación del Jefe de Alojamiento. La familia recibirá una notificación sobre tu cambio con una semana de antelación.

EF Residencia

Nuestra residencia se encuentra a pocos minutos andando de la escuela e incluye desayuno y cena. Todas las habitaciones tienen baño a compartir entre 2 - 4 estudiantes. Algunas habitaciones están equipadas con cocina. Te proporcionamos las sábanas y las toallas. A cambio de muy poco dinero, podrás utilizar la lavadora de la residencia para hacer la colada. Si tienes dudas sobre las normas o las instalaciones de la residencia, habla con el personal o con el Coordinador de Administración.

Otras opciones

Otra opción es el alojamiento en hoteles de 3 estrellas cercanos a la escuela, en habitaciones individuales o dobles y con régimen de alojamiento y desayuno. Si lo prefieres, también te puedes alojar en hoteles de 4 ó 5 estrellas.

Si quieres alquilar tu propio apartamento, habla con el Coordinador de Administración, quien te dará toda la información necesaria. Tú serás responsable de todos los requisitos legales y financieros. Si tienes cualquier duda sobre alojamiento, por favor habla directamente con el Coordinador.

COMIDAS

El alojamiento en familia incluye el desayuno y la cena de lunes a viernes y pensión completa los fines de semana. La familia te servirá la comida siempre y cuando te encuentres en casa. Las familias maltesas preparan distintos tipos de

comida, siendo la pasta y la carne los platos más habituales. Puedes comer en la cafetería de la escuela o en los bares, restaurantes o sitios de comida rápida que hay cerca de la escuela. Tú correrás con los gastos, así que calcula gastarte entre 5€ y 10€ al día. Cenar en un restaurante te costará entre 9€ y 45€ por persona.

DINERO

Te recomendamos que lleves unos 140€ en efectivo para los gastos a tu llegada y el resto del dinero en cheques de viaje o en tarjeta de crédito.

Moneda

Malta se acaba de incorporar al Euro. 1 Lira Maltesa (LM1) equivale a 2.33€. Durante los tres primeros meses de adaptación a la nueva moneda, los precios aparecen en Liras Maltesas y en Euros. Durante tu estancia en Malta podrás pagar en Euros (€).

Bancos

El personal de la escuela puede ayudarte a abrir una cuenta bancaria al principio del curso. Hay 2 bancos principales en Malta: El Banco de Valletta y el HSBC.

Propinas

Si la cuenta no incluye el servicio, debes dejar el 10-15% de propina.

Tarjetas de crédito

Te recomendamos que viajes con una Visa o MasterCard. Con una tarjeta de crédito podrás alquilar un coche, reservar una habitación de hotel y realizar otros pagos que te resultarían más complicados en efectivo o con cheques.

Ejemplos de precios

Entrada de cine
5.75€

Comida rápida
4€ por menú (hamburguesa o bocadillo, patatas fritas y bebida)

Material para las clases
2.50€ (libreta y bolígrafo)

Tabaco
3.50€ un paquete

Alquiler de coche
23 - 43€ al día

Gasolina
36 - 45€ el depósito

Alquiler de bicicleta
7€ al día

Ferry
4.65€ (Gozo y Comino)
70€ (Sicilia)

Correos
0.37€
(carta a un destino internacional)
0.16€ (carta a un destino nacional)

Gimnasio
133€ por tres meses (Cynergy Gym
–enfrente de la escuela)

CONSEJOS ÚTILES PARA VIVIR EN MALTA

Cultura y gastronomía locales

La cultura maltesa está influenciada por sus relaciones con el Mediterráneo, Inglaterra y el mundo árabe y cristiano. Todo ello se refleja en la forma en que los malteses se comunican, como celebran sus fiestas, su comida y otros hábitos y rituales.

La gastronomía tradicional en Malta ofrece platos con carne, pescado, marisco, verduras y almendras. El desayuno consiste en una taza de té con tostadas y se toma entre las 6 y las 10 de la mañana. Se come entre la 1 y las 2 del mediodía y no puede faltar la "ftira" (típico pan de levadura con tomate y atún) o un bocadillo. Los fines de semana es cuando se reúne la familia y comen el típico plato de carne asada con patatas. Se cena entre las 7:30 y las 9 de la noche, siendo la pasta, el arroz o la carne los platos más habituales. En verano los malteses cenan al aire libre (al fresco).

Transporte público

El transporte público en Malta es muy barato. La mayoría de la gente viaja en los coloridos autobuses locales. Te recomendamos que sólo uses los taxis negros como alternativa de transporte. ¡No olvides que la mejor manera y, también, la más barata de visitar Malta es andando!

Electricidad

Las tomas de electricidad en Malta son de 240 voltios, 50 hertz. Los enchufes son rectangulares de 3 dientes, los mismos que en el Reino Unido. Si necesitas un adaptador, son fáciles de encontrar y cuestan 1€ aproximadamente.

Alcohol

A partir de 16 años puedes comprar y consumir alcohol. Te pueden pedir el carné de identidad para entrar a algunos pubs o en las barras de algunos bares.

Tabaco

Está prohibido fumar en los espacios públicos, a excepción de las zonas especialmente designadas para fumadores en bares y restaurantes. No se permite fumar en las instalaciones de la Escuela.

De compras

La mayoría de las tiendas están cerradas los domingos y días festivos. Durante el resto de la semana, suelen abrir de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 19:00. Algunas abren hasta las 20:00 y 21:00.

Qué hacer y qué no hacer

Deberás respetar las leyes nacionales y las de la Escuela EF. Si no lo haces, recibirás advertencias verbales y/o posibles acciones disciplinarias por parte del Director de la Escuela. En Malta está prohibido:

- Drogas (no medicinales)
- Alcohol si eres menor de 16 años
- Comprar tabaco si eres menor de 16 años (o comprar para alguien que es menor de 16)
- Conducir bebido
- Robar en tiendas
- Conducir sin seguro o sin carné válido
- Armas ofensivas (incluidas navajas de bolsillo)

ATENCIÓN MÉDICA Y SEGURO

En caso de necesidad, puedes acudir al hospital público de Tal-Qroqq o a cualquier clínica u hospital privados cerca de la escuela EF. Deberás pagar en el momento con tarjeta de crédito o en efectivo por el servicio médico recibido en el hospi-

tal público. Los hospitales privados aceptarán cualquier cobertura de seguro médico. En caso de necesitar asistencia médica, habla con el personal EF o con la familia. El Coordinador Administrativo te asistirá en la reclamación ante la compañía de seguros, tras recibir la atención médica.

Seguro de viaje EF

La seguridad es la prioridad más importante para EF. A través de ERIKA, agencia de seguros líder en el mundo, te ofrecemos una gama de seguros de viajes personalizados. Es imposible encontrar una mejor cobertura en pérdida de equipaje, robo, enfermedad, accidentes o reembolso por la interrupción del programa.

Si no sabes cual es el seguro que mejor se adapta a tus necesidades, te recomendamos ERIKA. El personal EF está cualificado para responder a tus preguntas y solicitudes. Lo que menos te apetece cuando estás enfermo o lesionado es ocuparte de estos temas. ¡Déjanos ayudarte!

Importante: En caso de hospitalización ponte en contacto con tu Compañía de Seguros o con EF durante las primeras 48 horas.

TIEMPO LIBRE Y EXCURSIONES

Las actividades son una parte muy importante del curso. No sólo te ayudan a relajarte después de un día de estudio sino que también te dan la oportunidad de conocer y hacer amigos de otras clases, otros países y otras culturas.

El Coordinador de Actividades, responsable de la organización y la coordinación de las actividades de tiempo libre, está a tu disposición todo el día. El Coordinador te informará acerca de lo que puedes hacer en la isla, donde comer, actividades para los fines de semana, y a organizar tus viajes fuera de Malta. Se organizan una gran cantidad de excursiones a lo largo del año para todos los estudiantes. Las más destacadas son la visita a la actual capital Valletta, a la antigua capital Mdina, así como excursiones en barco a Gozo o a Comino.

El Coordinador de de Actividades se encargará también de organizar reuniones entre estudiantes para que se conozcan y entablen amistad. Las reuniones incluirán visitas a restaurantes "bonitos y baratos", así como, a discotecas o a las fiestas anuales que celebra la ciudad.

Todas las se manas te ofrecemos programas deportivos variados y muy interesantes. Dependiendo del tiempo, practicar equitación, tenis, ciclismo, voley playa, escalada, snorkeling, buceo o vela. Los centros deportivos de la isla ofrecen gran variedad de deportes aeróbicos, atléticos y karate. Hay de todo para todos, imagínate practicando inglés mientras juegas al golf o buceas. Ten en cuenta que en muchas ocasiones deberás pagar por el alquiler de los equipos para practicar los deportes.

Si quieres explorar a fondo la isla, alquila un coche con tus amigos el fin de semana. Te costará muy poco: 100€ por semana los meses de invierno y 163€ por semana los meses de verano.

Alquilar un coche

Si quieres explorar a fondo la isla, alquila un coche con tus amigos el fin de semana. Te costará muy poco: 100€ por semana los meses de invierno y 163€ por semana los meses de verano.

VACACIONES DE LA ESCUELA EF MALTA 2008

Las Escuelas EF en Malta no impartirá clase los siguientes días festivos. Si tu llegada coincide con una de estas fechas, por favor pide al personal de la escuela que te oriente.

2008

- 1 de enero (Año Nuevo)
- 19 de marzo (San José)
- 21 de marzo (Viernes Santo)
- 31 de marzo (Día de la Independencia)
- 1 de mayo (Día del Trabajador)
- 7 de junio (Sette Giugno)
- 15 de agosto (La Asunción)
- 8 de septiembre (Our Lady of Victories)
- 8 de diciembre (La Inmaculada Concepción)
- 22-31 de diciembre (Navidad)

EXPECTATIVAS DE TU CURSO DE IDIOMAS EF

Es normal que te crees expectativas ante una nueva experiencia. Recuerda que algunas de ellas son el resultado del mundo ficticio que vemos en la televisión y en las películas. ¡Abre tu mente cuando llegues a Malta!

¿Qué te ofrecen las Escuelas EF?

- Personal de apoyo para darte consejos y ánimo.
- Un curso de idiomas que combina clases de lengua, de interés general y cultural.
- Un completo programa de actividades y excursiones con precios especiales, para todos los alumnos EF.
- Alojamiento en una Familia Anfitriona.
- Todas las comidas acordadas.
- Certificado EF del Curso (con el 80% de asistencia y resultados académicos satisfactorios).
- Clases de preparación y/o materiales para Exámenes Oficiales y el Servicio de Ubicación Universitaria (UPS)

¿Qué espera EF de ti?

- Que entiendas mejor el mundo que te rodea.
- Que asistas al menos al 80% de las clases y te esfuerces lo máximo posible.
- Que respetes a la familia, a tus compañeros de clase, a tus profesoras y al grupo.
- Que mantengas limpia tu habitación y las zonas compartidas.
- Que hables inglés todo el tiempo.
- Que respetes todas las leyes, reglas y normas del país que te acoge y de la escuela.

¿Qué puedes esperar de tu Familia Anfitriona?

- Una casa limpia y cómoda.
- Comidas preparadas o la posibilidad de prepararlas tú, según lo acordado; desayunos y cenas de lunes a viernes y todas las comidas del fin de semana.
- Acceso a la escuela en 1 hora, como máximo, en transporte público. Los gastos en transporte corren por tu cuenta.

ADAPTÁNDOTE A UNA NUEVA CULTURA

La comunidad EF es mucho más que un grupo de jóvenes que asisten en el mismo lugar y al mismo tiempo a clases de inglés. Es también un grupo multicultural de jóvenes adultos entusiasmados por compartir su cultura y aprender la del país que visitan y la de sus compañeros. Una cultura es el conjunto de todos esos modelos de valores, creencias, artes y prácticas que son característicos y específicos de una comunidad o población. De nuestra cultura dependen muchas cosas. Muchas veces no nos damos cuenta de lo mucho que ésta nos influye.

Seguro que ya has tenido algún contacto con la cultura maltesa. Has visto programas de televisión, leído libros o has estudiado en el colegio algo sobre Malta y el Mediterráneo. Aunque haya aspectos de su cultura con los que ya estés familiarizado, vivirla de cerca va a resultar muy emocionante. Conocerás a estudiantes de todo el mundo que, como tú, están deseando aprender y experimentar con el idioma tanto dentro como fuera de clase.

Como descubridor de esta nueva cultura, seguramente te sentirás cansado e incómodo en algunos momentos. En ocasiones sufrirás un choque cultural al querer enfrentarte a nuevos retos intentando aplicar los valores, creencias y actitudes de tu propia cultura. Debemos aprender que las diferencias culturales son simplemente eso, diferencias, y que no son ni buenas ni malas.

Consejos para asimilar el cambio

- ¡Recuerda que para cambiar hay que esforzarse! Las personas necesitamos cierto estrés que nos motive a la hora de aprender nuevas formas de ser. Aprender significa, de alguna manera, cambiar. Te aconsejamos que intentes:
- Cuando sientas la tentación de rodearte de cosas que te resulten familiares, intenta no aislarte con los estudiantes de tu país. Sigue relacionándote con la familia, los compañeros de habitación y otros estudiantes.

- No tomes decisiones importantes, como cambiar de alojamiento, hasta que no te sientas más familiarizado con la cultura en general.

- Cuéntanos tus problemas y preocupaciones. Uno de los objetivos del personal EF es ayudarte, pero necesitamos saber lo que te pasa para poder hacerlo.

- Ponte metas, no importa lo fáciles o difíciles que sean, y ¡alcázalas! Te sentirás bien contigo mismo y reducirás las sensaciones negativas provocadas por el choque cultural (Por ejemplo: una meta podría ser hablar sólo en inglés con los compañeros.)

- Recuerda que has venido a este país a conocer una nueva cultura, nuevos amigos, a explorar nuevos horizontes. Relájate, respira hondo y piensa en la emoción que sentías antes del viaje por vivir una nueva experiencia. Intenta recuperar aquella emoción.

Escribe un diario

Una forma de mantener las emociones y los cambios experimentados durante tu estancia en Malta es escribiendo un diario. Recoger tus experiencias todos los días o una vez a la semana, te ayudará a reducir el impacto del choque cultural. Puedes ir anotando tus progresos personales y académicos conforme los vayas logrando y siempre los podrás releer en el futuro.

Antes del viaje comprueba:

- Pasaporte válido (con visado si fuera necesario).
- Billete de avión.
- Carta de confirmación EF y documentos EF.
- Asegúrate de que todos los impresos están en orden (documento para la asistencia médica).
- Documentos del seguro médico y del de viaje con el justificante en inglés. Si has contratado el seguro ERIKA a través de EF, no necesitas ningún documento traducido.
- Copia del carnet de vacunas en inglés.
- 140€ para los primeros días.
- Cualquier medicamento que tomes regularmente.
- Número de teléfono de la Oficina EF, Escuela EF y de Emergencia.
- Casa de la familia/Residencia: nombre, dirección y números de teléfono.
- 4 fotos de tamaño pasaporte para bonos de transporte y tarjetas EF estudiante.
- Tarjeta de crédito/cheques de viaje (¡NO lles mucho dinero en metálico!).
- Equipaje correctamente etiquetado.
- Algo donde guardar tus objetos más valiosos: EF no se responsabiliza ni de los robos ni de las pérdidas.
- Recuerda que aunque el clima en Malta es templado, el tiempo puede ser variable. No olvides traer tanto ropa abrigada como prendas más ligeras para la primavera, el verano y el otoño.
- Cualquier adaptador eléctrico que creas necesario. Puede que la corriente y los enchufes sean diferentes en Malta.