



Información general para el estudiante antes de llegar a Quebec

1. Bienvenido(a) a Edu-inter, Escuela Internacional de Francés en Quebec

¿Interesado en estudiar francés en la ciudad de Quebec? Esperamos tu llegada y deseamos que tu visita en Quebec sea todo lo que habías soñado.

El personal de Edu-Inter tiene amplia experiencia en el campo de la enseñanza internacional y garantiza que cada uno de los estudiantes cumpla todos sus objetivos. Todos los estudiantes deben seguir la política de sólo francés en la escuela y ser puntuales a sus clases. Edu-Inter ofrece 6 niveles de francés desde el nivel más básico a un nivel muy avanzado, con sus correspondientes certificados. Edu-Inter ofrece más de 50 actividades súper interesantes y súper divertidas para complementar el aprendizaje de francés fuera de las aulas, así como actividades de fin de semana.

Esta guía práctica te ayudará a conocer un poco más la ciudad de Quebec y de nuestra escuela.

2. ¿Dónde se encuentra la ciudad de Quebec?

La ciudad de Quebec es la capital de la provincia de Quebec, situada en la zona Atlántica de Canadá, en Norte América. Tiene una población de 600.000 habitantes, se encuentra a 250Km al noreste de Montreal, a 800Km de la ciudad de Toronto y a 800km al norte de Nueva York. La ciudad dispone de aeropuerto internacional y de autopistas que comunican con las principales ciudades canadienses y del norte de Estados Unidos.

3. Sobre Quebec

La ciudad de Quebec es la más segura ciudad de todo Canadá, apodada la cuna francófona de América, es una ciudad encantadora, con un gran ambiente universitario y con todos los servicios de una gran ciudad.

Con su centro histórico, decretado Patrimonio Mundial de la Humanidad por la UNESCO, destino de cientos de turistas de todo el mundo, es conocida por su ambiente agradable en medio de un estilo arquitectónico europeo de callejuelas empedradas y de murallas imponentes. Repleta de parques, donde la naturaleza y los grandes espacios de los alrededores te adentran rápidamente en sus bosques, ríos y lagos; múltiples senderos y excursiones que se encuentran a tan sólo algunos minutos del centro.

4. El Clima en Quebec

El clima continental de Quebec favorece la gran diferencia de temperaturas y paisajes en cada una de las 4 estaciones. Las temperaturas medias mínima y máxima anuales son de -15 °C y 25 °C; respectivamente. Con un invierno con mucha nieve, las actividades de invierno son muy habituales en la ciudad y el paisaje muy bonito. En primavera la naturaleza se despierta con toda su magnitud dando paso al verano cuando el sol y el calor hacen de la ciudad un hervidero de actividades al exterior. Los colores del otoño, conocidos por todo el mundo, crean un paisaje maravilloso e inolvidable.

5. El transporte en la ciudad de Quebec

En la ciudad de Quebec, los autobuses son el medio de transporte más común. Al no tratarse de una ciudad de enorme envergadura las distancias no son largas. Se puede obtener un pase mensual para el transporte público y viajar por un precio muy abordable. Un billete sencillo para estudiante cuesta alrededor de 1.60 \$. Los taxis son altamente recomendables y cuestan alrededor de \$15.00 a 20.00\$ por un trayecto de aprox. 20 minutos.

6. El costo de vida en Quebec

La ciudad de Quebec es una de las ciudades el costo de vida más bajo de todo Canadá. A continuación tienes una pequeña lista de precios para orientarte:

Comida en una tienda

Pan \$1.00 - \$2.00
Estampilla internacional \$1.20
Leche (un litro) \$1.50
Agua (un litro) \$1.00
Bistec \$3.00-8.00
Papel toilette (8 rollos) \$2.50 - \$4.00
Coca-Cola (2 litros) 1.50\$ - 2.00\$
Café (una taza) 1.00\$ - 2.00\$

Comida en un restaurante

Restaurante normal 10.00\$ - 25.00\$
Restaurante elegante 22.00\$ - 40.00\$
Fast Food 5.00\$ - 9.00\$
Entretenimiento y ropa
Cine \$7.00 - \$11.00 (rebaja de 50% martes y jueves)
CD \$10.00 - \$20.00
Jeans (un par) \$30.00 - \$80.00
Calcetines (un par) \$2.00- \$10.00
T-shirt \$8.00-25.00

7. La moneda canadiense y los bancos en Quebec

El sistema monetario canadiense está basado en el sistema de dólares y centavos canadienses. Para cambiar tu dinero en dólares canadienses durante tu estadía en Quebec, puedes ir a cualquier banco de la ciudad u oficina de cambio. No debes traer demasiado dinero en efectivo cuando viajas a Canadá, nosotros recomendamos cambiar tu dinero en cheques de viaje o en dólares canadienses. Se prefieren los cheques de viajes, su uso y reemplazo (en caso de pérdida) es muy fácil. La mayoría de los canadienses utilizan la tarjeta de crédito (VISA, Mastercard o American Express) y tarjeta de débito.

En Quebec hay un 5 % de impuesto federal (GST) y un 7,5% de impuesto provincial (QST), aplicado en la mayoría de artículos que se pueden comprar. Parte de estos impuestos pueden ser devueltos al viajero que presente todas sus facturas en el aeropuerto el día del regreso.

EMO recomienda los siguientes bancos:

Scotia Bank
Royal Bank
CBC

8. Que traer a Quebec

Si vienes a estudiar durante el periodo de invierno (de Diciembre a Enero)

Para actividades exteriores: Abrigo/chamarra, pantalones, guantes y botas, es importante que estos artículos sean impermeables y que resistan bajas temperaturas; además sería buenos que el estudiante trajera bufanda, gorro y todo otro tipo de abrigo que pueda necesitar.

Para el día a día, abrigo/chamarra (el/la mismo(a) de la actv. ext.), pantalones de invierno, suéter/jersey de invierno, guantes de lana, calcetines de invierno, camisetas de algodón, zapatos cómodos; se recomienda traer alguna pieza de ropa fabricada de material térmico, para utilizar en caso de muy baja temperatura, si lo desea también puede traer ropa interior de invierno (camiseta y calcetines especiales que se colocan debajo de la ropa normal).

Si vienes a estudiar durante el periodo de verano de (Junio a Agosto)

Un impermeable o paraguas
Pantalones largos
Jeans

Camisetas deportivas de verano
Traje de baño
Toalla de playa

Ropa interior
Un(a) abrigo/chamarra
Un par de jerséis de invierno
Ropa deportiva
Calcetines
Pantufilas.

Suéteres para actividades nocturnas.
Bermudas
Sandalias para ir a la piscina
Zapatos cómodos
Zapatillas deportivas
Vestidos o faldas.

Traer en todo momento

Utensilios de higiene personales (desodorante, champú, pasta de dientes, cepillo,...)
Bolso pequeño
Bolsa para transportar los libros
Medicamentos prescritos que debas tomar y copia de la prescripción médica
Protección solar
Gafas de sol
Gafas habituales y lentes de contacto (con los productos necesarios)
Pasaporte en vigor
Reloj despertador
Diccionario francés-español
Material escolar como cuadernos, lápices, bolígrafos, borrador, sacapuntas, etc.
Fotos de tu familia para mostrar a tu familia que te va a recibir y a tus nuevos amigos

Para los estudiantes adultos: los alumnos alojados en casas de familia podrán lavar la ropa en la misma casa y no hace falta llevar toalla; pueden traer zapatillas/pantufilas para estar en casa (por lo general deben quitarse los zapatos al entrar a la casa de familia).

Para los estudiantes menores: la familia que te recibirá se encargará de lavar la ropa.

9. Día de escuela a Edu-Inter

Los estudiantes llegan habitualmente un sábado o domingo y las clases empiezan las clases el lunes siguiente. A continuación te presentamos el horario de tu primer día (lunes):

08:00 am Los estudiantes llegan a la escuela para el test de Ubicación
08:15 am Test de clasificación
11:15 am Orientación sobre la escuela y su política de funcionamiento
11:30 am Tour por las instalaciones
12.00 am Comida

10. El seguro médico para los estudiantes en Quebec

Todos los estudiantes tienen que tener un seguro médico durante su estancia en Quebec. Es la responsabilidad de cada estudiante asegurarse que tiene un seguro médico correcto. Edu-inter recomienda que los estudiantes tengan un contrato de seguro médico antes de salir de viaje (tener seguro es un requisito legal al entrar a Canadá). Edu-Inter ofrece un seguro médico fiable en caso de que el estudiante quiera contratarlo a través de la escuela.

11. Qué esperar de tu experiencia en una familia canadiense

Es importante tener expectativas realistas para asegurar una experiencia más agradable. Las casas en Canadá tienen uno o dos pisos más el subsuelo, son acogedoras. En tu hogar tendrás tu propio dormitorio y tendrás que compartir los demás espacios de la casa. En la mayoría de hogares canadienses es obligatorio sacarse los zapatos al interior de la casa. Muchas familias canadienses tienen animales domésticos, perros o gatos. Puede que haya estudiantes de otras nacionalidades en la misma casa, siempre que la casa tiene espacio suficiente. Como estudiante en familia de acogida del hogar serás tratado como un miembro más de la familia.

12. Tu Familia canadiense

Las familias del Norte de América son, por regla general, multiculturales, con varias estructuras y no siempre tienen padre y madre. La mayoría de nuestras familias son de clase media o alta.

13 Comidas

Una de las mejores partes de un viaje a otro país es ¡probar la mayor cantidad de nuevas comidas! Es importante intentar, tener la mente abierta, forma parte de la vida en una familia canadiense. El desayuno es normalmente algo rápido como: fruta, jugo, cereales, tostadas, leche, café, yogurt, té... Durante los fines de semana las familias tienen más tiempo para preparar huevos, pancakes, bacón... En Canadá, normalmente tenemos el almuerzo alrededor de mediodía, lo traerás de la casa a la escuela (usualmente los estudiantes llevan algo como: un sándwich, yogurt, fruta, zumo...). La comida principal, la cena, es normalmente alrededor de las 18:00. La cena incluye carne o pescado, vegetales, arroz o patatas, pan y postres. Siempre puedes pedir más comida si lo que recibiste no fue suficiente. Es muy importante informar a la familia en caso de retraso a la hora de la cena. Si prefieres un tipo de comida específico, hay cosas que no te gustan o no puedes comer, debes decírselo a la familia.

14 Higiene personal

En Canadá, la gente se ducha normalmente una vez al día, se lava los dientes dos veces al día y usa desodorante. La duración de la una ducha es de más o menos 10 minutos y no está permitido ducharse después de las 23:00hrs si la familia duerme. Asegúrate que las cortinas de la ducha están colocadas correctamente al interior para no mojar el suelo. Los tampones y los pañuelos sanitarios deben tirarse a la basura y no en el lavabo. Cuando utilices el inodoro, no debes poner el papel utilizado en la basura, sino en el inodoro y posteriormente tirar la cadena.

15 Estilos de comunicación

Los canadienses son normalmente bastante callados. Ellos van a decirte exactamente lo que quieren decir. El contacto visual es muy importante cuando están hablando, las personas que están de pie hablando dejan una distancia de 2 o 3 pies entre las dos. Los canadienses se sienten incómodos cuando hay un largo silencio y van a intentar continuar hablando o harán preguntas para llenar el silencio. La primera vez que conoces a alguien estrecharle la mano es apropiado, pero no necesario.

16 A tu llegada

Una cosa importante de la que acordarse a tu llegada es que nosotros estamos aquí para ayudarte. Probablemente estarás cansado/a del vuelo y puede que con un poco de nostalgia de tu hogar. No te preocupes, ¡todo mejorará a partir de ese momento! Es importante tomar un poco de tiempo con tu familia para que la relación se vaya consolidando y todo el mundo tenga tiempo para acostumbrarse a los demás.



17 El Golpe Cultural

El golpe cultural sucede a menudo a quien quiera que cambie de entorno, si además la persona no conoce a nadie, puede ser difícil adaptarse. No obstante, con la ayuda necesaria, el golpe cultural puede ser reducido y tener menos impacto durante la estancia del estudiante.

Las personas están normalmente muy eufóricas antes de su llegada, con la idea de ver un montón de cosas nuevas. Al principio intentan aprender las nuevas costumbres de una manera rápida; la cultura y comidas también son distintas con respecto a su país. Cuando las personas empiezan a instalarse y adaptarse al nuevo ritmo de vida en el nuevo lugar, pueden empezar a sentirse un poco solas y aburridas; ya que la gente de su alrededor puede hacer cosas distintas en este nuevo país, no siempre fáciles de comprender. La barrera que se genera con el idioma puede conllevar finalmente a sentir nostalgia de su hogar. El golpe cultural suele aparecer al cabo de un mes de la llegada al nuevo país. En el caso que suceda, es importante no juzgar negativamente la nueva cultura, sino aceptar las diferencias. Hablar con tu nueva familia sobre tus sentimientos va ayudarte de forma muy definitiva.

18 Vuelta a tu hogar

El último día en Edu-inter te entregaremos un certificado que indica la duración y el nivel de tu programa desarrollado en la escuela. Vas a estar triste al despedirte de nosotros, de tu familia y de tus nuevos amigos; pero tu experiencia en Canadá permanecerá contigo para siempre. Los recuerdos enriquecerán tu vida personal, y tus nuevos conocimientos de francés serán muy útiles en cualquiera de tus futuras profesiones. Edu-inter desea a cada estudiante una ¡feliz vuelta a casa!