



## Una forma internacional de crecer

[www.adolesco.org](http://www.adolesco.org)  
[www.facebook.com/Adolesco.org](https://www.facebook.com/Adolesco.org)  
[info@adolesco.org](mailto:info@adolesco.org)

Querido/a joven:

Nos alegramos de poder presentarte nuestro dossier de información para hacer un intercambio en un país extranjero. Tómate tiempo para leerlo.

¿Estás preparado para irte a otro país de 3 semanas a 3 meses?

Entonces eres valiente, aventurero y quieres descubrir, conocer nuevas personas.



Nuestra asociación se llama ADOLESCO, es una palabra latina que significa "crezco" y nuestro propósito es ayudar a crecer y madurar.



El primer objetivo es hacer un amigo o amiga para toda la vida.

- Adolesco piensa que la elección de la lengua no es importante. Lo que importa sobre todo, es el éxito humano del intercambio, las relaciones con los demás.



El segundo objetivo es aprender un nuevo idioma o mejorarlo.

- Si sólo pides irte a un país, en ese caso tendremos pocas posibilidades de elección y puede que no encontremos una familia para ti.
- Debes hablar con tus padres y ver lo que quieres de verdad y saber lo que ellos están dispuestos a aceptar.

## Quién se puede inscribir?

Cualquier adolescente que esté de acuerdo con nuestra forma de ver la vida.

### Quizás

- seas tú quien ha decidido irse a otro país y lo has hablado con tus padres para intentar convencerles.

### Pero también

- pueden ser tus padres quienes te empujan a irte a otro país y a ti no te apetece o no estás motivado para ello.

### En ese caso,

- envíanos un email, llámanos o mándanos un mensaje SMS o vía WhatsApp y nos lo comentas. No se lo diremos a tus padres:

[rosa@adolesco.org](mailto:rosa@adolesco.org), 655 052230  
[marisol@adolesco.org](mailto:marisol@adolesco.org), 660 776179

### Si no estás seguro,

- puedes esperar hasta nuestra reunión de preparación de intercambios antes de enviarnos el mail. Quizás, durante la reunión descubras cosas interesantes al escuchar a otros jóvenes que ya han hecho un intercambio.

Lo que debes saber:

**DAR**

Tú darás sobre todo cuando tu amigo extranjero venga a tu casa: parte de tu tiempo, compartirás tus juegos, tus actividades, incluso tus amigos, tus hermanos, hermanas y tus padres.

**RECIBIR**

En el extranjero la familia te ayudará a sentirte bien y a acostumbrarte a tu nueva familia y a tu nueva lengua.

Tus costumbres pueden cambiar. Los padres serán diferentes, los hermanos y hermanas serán diferentes, tu "amigo/a" extranjero/a será distinto a ti, las actividades, los juegos, la comida, la forma de vida y muchas más cosas.

Irse a otro país supone descubrir y apreciar las diferencias.

En principio, no habrá más de un año de diferencia entre tu amigo extranjero y tú.

## Resultados de un intercambio Adolesco

### Beneficios personales:

- Vas a tener un amigo/a quizás para el resto de tu vida. Tendrás una familia en otro país donde podrás regresar durante tus vacaciones.
- Aprenderás que la vida está hecha de diferencias. La casa de tu familia extranjera no es ni mejor ni peor, es simplemente diferente. Se puede vivir y ser feliz viviendo de otra forma. Descubre la oportunidad de ser otro. Eso significa pensar en los demás.
- Si has hecho un intercambio Adolesco, seguro que has madurado. Tendrás menos timidez, más seguridad en ti mismo.

### Beneficios lingüísticos:

- Gracias a esas pocas semanas en el extranjero, sobre todo si decides hablar mucho (¡pero no en español!) y aceptas equivocarte al principio, tu nivel de idioma te sorprenderá y harás grandes progresos.
- Si te encuentras en una situación en la que estás rodeado de gente que habla una nueva lengua, rápidamente vas a pensar en ese idioma y te va a gustar descubrirlo.
- Cuando regreses, te encontrarás más a gusto en ese idioma y aprender una segunda lengua te resultará más sencillo. En tus estudios superiores, en tu vida profesional, cuando busques empleo, los idiomas y las experiencias en el extranjero siempre te darán ventajas.

## Nuestros consejos en la elección del idioma

Adolesco te aconseja escoger más de un país.

Puedes pedir solo ir a un país de lengua inglesa pero, dado que es muy difícil lograrlo porque seguro que no habrá candidatos/as para todos los que lo demandan, sería muy conveniente escoger alemán y/o francés.

Por otro lado, siempre puedes intentar realizar un segundo y tercer intercambio Adolesco. 😊

## Nuestra filosofía



## Consejos para tu vida en el extranjero



**Mathilde,  
de 14 años**

- ➡ Hay que aprovechar el tiempo porque se acaba muy rápido, lo que supone estar abierta a todas las posibilidades que se te presentan de conocer algo nuevo.
- ➡ Si, por ejemplo, la familia te propone hacer una salida, ¡ídi que sí sonriendo! Tu “hermano” quiere enseñarte un nuevo juego, ¡participa de buena gana! La mamá ha cocinado un plato que no conoces, ¡pruébalo sin dudar!
- ➡ Sé feliz descubriendo y más adelante te acordarás de esas primeras experiencias. Todos los días puede haber primeras veces si prestas atención.
- ➡ Interésate por todo, sonríe. Abre bien los ojos y los oídos para aprender cómo viven otras personas fuera de España.

## ¿Cuáles son nuestras reglas?

Utilizar el móvil y el ordenador más de lo esperado.

No participar en la vida diaria.

No estar en contacto con los demás.

**Causas del fracaso de un intercambio**

Respetar a los padres, a la familia y a sus amigos en ambos países.  
Respetar a los profesores.  
Respetar a los alumnos de tu instituto o colegio.  
Intentar transmitir alegría en tu entorno.

**Respetar a los demás**

No fumar.  
No beber alcohol.

**Respetarse a uno mismo**

Respetar el medio ambiente en el otro país porque también te pertenece.

**Respetar el medio ambiente**

## Teléfono móvil

Si lo llevas será con las condiciones que firmarás en un contrato que te daremos.

## Redes sociales

No utilices las redes sociales para escribir cosas negativas sobre las personas que te rodean.

## Conclusión

