

**3W INTERNATIONAL**

PRIVATE HIGH SCHOOLS IN EUA AND CANADA  
BOARDING & DAY SCHOOLS

# Manual do Aluno

**EUA**

**2026 – 2027**





# 3W INTERNATIONAL

HIGH SCHOOLS PRIVADOS EN LOS EUA Y CANADÁ  
BOARDING Y DAY SCHOOLS

# Índice

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Bem-vindo à sua nova vida nos EUA!  | 04 |
| Informações gerais                  | 05 |
| Acomodação                          | 09 |
| Transporte                          | 15 |
| Férias, breaks e viagens pessoais   | 15 |
| Documentação e preparativos         | 16 |
| Chegando aos Estados Unidos         | 18 |
| Dia a dia nos Estados Unidos        | 21 |
| Cultura americana                   | 23 |
| Choque cultural                     | 24 |
| Mal-entendidos e problemas          | 25 |
| Comportamento e segurança           | 26 |
| Política de reembolso e rematrícula | 29 |
| Termo de Ciência e Concordância     | 30 |
| Dicionário de High School           | 31 |

# Bem-vindo à sua nova vida nos EUA!

## **Prezado aluno,**

Você está prestes a embarcar em uma grande aventura: viver em uma cidade americana, estudar em um High School nos Estados Unidos e morar com uma família americana ou em um dorm.

É preciso coragem para sair de casa e estudar em outro país. A experiência de estudar em outro país nem sempre é fácil. Aprender um novo idioma e adaptar-se a uma nova cultura pode ser desafiador. Mas se você se esforçar para participar integralmente das atividades do programa, conhecer pessoas, se envolver com as atividades da escola e praticar seu inglês, garantimos que sairá com mais conhecimento e maturidade.

Este guia tem como objetivo orientar sobre os documentos e procedimentos exigidos dos estudantes brasileiros pelas escolas americanas de ensino médio. Ele também fornece informações básicas sobre as escolas particulares, acomodação e muito mais. Este manual contém diretrizes gerais, você deve entrar em contato com seu agente de viagens para esclarecer dúvidas específicas.

Este manual também irá ajudá-lo a embarcar nessa aventura e ter uma noção do que esperar da cultura dos EUA e do seu programa de intercâmbio. Ele destaca regras e orientações importantes que você deve obedecer enquanto estiver morando com sua família americana (host family) e frequentando a escola. Guarde-o com você por toda a sua estadia nos EUA, ele será de grande ajuda toda vez que tiver alguma dúvida. Se alguma pergunta não for abordada nele, e também para saber as regras e exigências específicas da sua família americana ou do seu dorm, entre em contato com o diretor internacional da escola ou com sua família americana.

Lembre-se: você não está sozinho. A Three W International está aqui para ajudá-lo a encarar os desafios para que você possa aproveitar ao máximo a sua experiência nos EUA. Obedecendo às regras e participando das atividades da família, da escola e da comunidade, você irá adquirir aptidões que enriquecerão e transformarão sua vida para sempre.

**Tenha um ótimo intercâmbio!**

# Informações Gerais



## O QUE ESTÁ INCLUSO

Nossos valores englobam uma lista muito completa de itens.

Em geral estão inclusos:

- Escola\*
- Taxas escolares\*\*
- Atividades acadêmicas propostas pela escola
- Acomodação
- Refeições: 3 refeições de segunda a sexta e 2 refeições aos sábados e domingos
- Transporte ida e volta da acomodação todos os dias
- Seguro saúde
- ESL, se necessário
- Convalidação

\* Os preços dos pacotes são baseados no termo, semestre e ano letivos e estão sujeitos a alterações.

Verifique o preço final com um representante da Three W.

\*\* A lista está sujeita a alterações, dependendo de cada escola. Consulte sempre a Fee List no application da escola.

## O QUE NÃO ESTÁ INCLUSO

- Livros
- Uniformes\* ou código de vestimenta
- Tablet e laptop
- Gastos pessoais\*\*
- Lençóis, cobertores, travesseiros e toalhas (boarding schools)
- Material didático

\* Gasto médio com uniforme no primeiro mês de programa: US\$250.

\*\* Os pais costumam mandar cerca de \$250-\$300 por mês para seus filhos.

As escolas da Three W são preparatórias para a universidade e ensinam os alunos sobre a vida adulta. É esperado que o estudante desenvolva ainda mais independência acadêmica, senso de responsabilidade e maturidade durante sua estadia.

Cada escola tem suas regras e normas, e todas elas devem ser cumpridas pelos estudantes. Cabe a cada aluno se adequar às regras estabelecidas pelo programa, contidas no Handbook da escola. As escolas tem restrições quanto ao uso de celular, tanto nas dependências do campus, quanto na acomodação (no caso das boarding schools).

Essas regras valerão para o uso do celular tanto nas aulas, quanto nos intervalos e outras práticas e atividades dentro da escola. O aluno deve seguir e respeitar as regras estipuladas pela escola em que está matriculado.



## PLACEMENT TESTS

Algumas escolas exigem testes de matemática, inglês, dentre outros, para avaliar o perfil do estudante antes de sua chegada, e auxiliar na escolha de matérias. Isso só é disponibilizado por volta de 60 dias antes do embarque.

## GARANTIA DA VAGA

Após aceitação do aluno pela escola americana, o prazo do pagamento do depósito é de 20 dias, após este prazo o aluno pode perder sua vaga. Somente após pagamento é que sua vaga está assegurada.

## MATÉRIAS

Para convalidar suas notas no retorno, as escolas brasileiras solicitam que os alunos estudem:

- 1. Inglês 2. Ciências 3. Estudos sociais 4. Exatas 5. Esporte**

Além dessas matérias, os estudantes costumam ser inscritos em 1 ou 2 eletivas, de acordo com disponibilidade e pré-requisitos. Nas escolas católicas e cristãs, as aulas de religião são

# AUTENTICAÇÃO DO HISTÓRICO

Todos os documentos oficiais destinados ao Brasil, como histórico escolar e diploma, devem receber o carimbo da Apostila emitida por autoridade competente. Dessa forma, esses documentos passam a valer no Brasil. Caso o histórico escolar e o diploma do aluno não recebam o carimbo da Apostila, o estudante pode perder os créditos conquistados durante seus estudos nos Estados Unidos, ou então, seu certificado de conclusão do ensino médio da escola americana pode não ser válido no Brasil. A Three W International somente realiza a autenticação dos documentos, ou seja, o apostilamento, para alunos que tenham concluído o semestre letivo ou o ano letivo. O apostilamento só é enviado após todas as pendências financeiras com a escola, acomodação e seguro emergencial estejam pagas.

Em caso de perda do histórico escolar com selo do Apostille, será cobrada uma taxa de US\$ 500 para o reenvio. O prazo de recebimento do documento é de até 60 dias. A escola não emite o documento se o aluno tiver concluído o programa há mais de 2 anos. É de responsabilidade do aluno se certificar de que o documento foi recebido após o término do seu programa.

## ANO DE ESTUDO

O ano letivo nos Estados Unidos se inicia no mês de agosto/início de setembro e termina por volta do final de maio/início de junho. Sendo assim, o estudante que embarca no mês de agosto, inicia o programa no mesmo ano de estudo atual cursado no Brasil. O aluno que embarca no mês de janeiro, inicia o programa no ano de estudo finalizado no ano anterior no Brasil, uma vez que, para o calendário americano, o ano de estudo deste aluno ainda está em curso.

Não é possível mudar o estudante de ano de estudo. O estudante será encaixado no ano correspondente, de acordo com o sistema educacional americano.

## CLUBS

Todas as escolas solicitam que os alunos participem de ao menos um club durante o intercâmbio.



obrigatórias para todos os estudantes. A escolha da grade curricular se dá na primeira semana de aula. Essas exigências de matérias podem sofrer ajustes por parte do MEC a qualquer momento. Após receber o schedule (grade curricular) oficial da High School americana, é de responsabilidade dos pais do estudante em programa verificarem se a sua escola no Brasil aceitará as matérias escolhidas. Qualquer solicitação de mudança de schedule deve ser passada até 10 dias após o recebimento do mesmo.

## UNIFORME

A maioria das escolas exige uniforme ou possui um dress code (código de vestimenta).

O uniforme não está incluso no valor do programa. Uniformes são providenciados na primeira semana de aula e a escola auxilia na compra. Algumas escolas podem exigir que os uniformes sejam comprados on-line antes da chegada para que o aluno ao chegar já tenha o uniforme em mãos. Há ainda escolas que disponibilizam a compra de uniforme de "segunda-mão." É muito importante você se informar com o seu agente de intercâmbio qual o procedimento da escola que está matriculado.



## SUMMER READING

Algumas escolas exigem trabalho durante as férias de verão, antes da chegada do estudante, que pode ser a leitura de um livro, por exemplo. Isso só é disponibilizado por volta do mês de junho ou julho. O possível custo extra dessa atividade não está incluído no valor do programa.



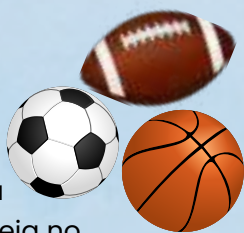
## TOUR NAS ESCOLAS

Caso a família do estudante deseje visitar uma escola, precisamos receber o formulário Campus Visit Request com no mínimo 15 dias de antecedência da data da visita. Esse formulário é obrigatório para agendar dia e horário com a escola.



## ESPORTES

Nas escolas particulares, em geral, não há restrição quanto ao aluno fazer parte do time oficial e competir pela escola, a menos que ele já esteja no 3º ano do Ensino Médio. Essa regra varia de acordo com o estado americano. Caso seja esse o seu interesse, consulte seu agente de viagens. Não há garantia de que o aluno entrará no time oficial da escola para qualquer ano de estudo.



## RENOVAÇÃO DO PROGRAMA

Caso o aluno tenha interesse em estender sua estadia, ele deve informar a 3W com pelo menos 2 meses de antecedência do término do seu programa. A extensão é feita através da 3W e agência contratada no Brasil, nunca diretamente com a escola. Serão informados os valores para extensão, bem como documentos adicionais a serem preenchidos, se for o caso.

Quanto ao I-20, é de responsabilidade do estudante se certificar de que o seu documento foi estendido adequadamente e contém todas as assinaturas necessárias.



As escolas têm vagas limitadas para estudantes internacionais, portanto elas tendem a dar prioridade para os estudantes em programa que tem boas notas e comportamento.

Muitas vezes, a carta de renovação pode ser enviada de 4 a 5 meses antes do término do ano letivo, ou 2 a 3 meses do término do semestre letivo. Na carta de renovação, consta a data limite que a vaga estará garantida para o estudante na escola. Após essa data, é necessário confirmar com a escola sua disponibilidade.

## DIPLOMA AMERICANO



Alunos brasileiros devem estudar no mínimo 2 anos de High School para tentar obter o diploma americano. Os sistemas educacionais brasileiro e americano têm muitas diferenças entre si e, na grande maioria dos casos, os conteúdos e matérias já estudados pelo aluno no Brasil não são suficientes para se obter o diploma americano. Matérias extras, atividades e outros cursos podem ser exigidos por parte da escola nos EUA como maneira de auxiliar o aluno a obter o diploma americano. Qualquer custo extra nesses casos será de responsabilidade da família do estudante.

# ACOMODAÇÃO

Durante o período do intercâmbio, o aluno pode morar em uma casa de família ou em um dorm da escola. No Homestay, o aluno mora em uma casa de família americana. No Boarding, o aluno mora em um dorm ou residência estudantil. Saiba mais sobre cada um:

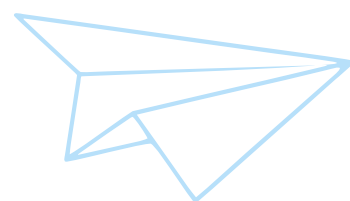


## CARACTERÍSTICAS DO HOMESTAY (CASA DE FAMÍLIA)

- Quarto individual.
- Em geral, são famílias da comunidade escolar: funcionários da escola, famílias cujos filhos estudam ou já estudaram na escola, etc. Contudo, esta não é uma regra.
- Há um coordenador de área responsável por auxiliar e dar suporte ao aluno durante todo o programa.
- Na mesma casa pode haver outros estudantes intercambistas, inclusive brasileiros.
- As famílias podem ter diversas estruturas: casal com filhos, casal sem filhos, pessoas solteiras, etc.
- Não há troca de família antes do estudante iniciar o programa e conhecer os membros da casa e sua rotina na prática.
- Em alguns casos, a escola não possui departamento próprio para lidar com a acomodação. Nessas situações, a casa de família é providenciada e coordenada pela empresa parceira Twinn Palms.

## CARACTERÍSTICAS DO BOARDING (DORM)

- Acomodação costuma ser dentro do campus da escola ou em casas próximas.
- Em geral, os alunos caminham até a escola diariamente ou a escola fornece transporte diário.
- Quartos compartilhados: duplos, triplos ou quádruplos, variando de acordo com a disponibilidade da escola (o quarto pode ser compartilhado com outro aluno brasileiro).
- Banheiros, salas, cozinhas e demais dependências da acomodação são compartilhados.
- Todos os dorms contam com house parents, responsáveis pela acomodação o tempo todo.
- Pode haver outros estudantes brasileiros na casa.



# VANTAGENS DO HOMESTAY

## CUIDADO E APOIO DE UMA FAMÍLIA

Morar longe de sua família e de seus amigos pode ser desafiador. Morando com uma família americana (Homestay), você pode vivenciar a convivência em família e fazer novos amigos.

- Fazer parte de uma família
- Ter o apoio e a amizade de uma família
- As refeições são preparadas para você comer em família
- Você pode participar das atividades da família
- Você pode receber ajuda e orientação para enfrentar os desafios

## IMERSÃO NO INGLÊS E PRÁTICA DO IDIOMA

Muitos alunos gostam de morar com uma família americana para praticarem inglês em situações cotidianas. Por isso, é importante falar somente em inglês quando estiver com outras pessoas

- Conversas durante o jantar
- Vocabulário do dia a dia
- Gírias e expressões

## CONHECER A VIDA NOS ESTADOS UNIDOS

Sua família americana pode ajudá-lo a conhecer o bairro e a cidade em pouco tempo.

- Onde fazer compras
- Locais para lazer e entretenimento
- Ajuda para aprender a viver em uma cidade e cultura diferentes
- Um pontapé inicial para morar sozinho no futuro

# VANTAGENS DO BOARDING

- Em geral, as refeições são preparadas por funcionários ou por um serviço de bufê.
- Costuma haver mais acesso às dependências da escola (biblioteca, academia).
- Participação em atividades com a comunidade escolar e moradores do dorm.

## FORMAÇÃO ACADÊMICA E OPORTUNIDADES INIGUALÁVEIS

- Morando em um dorm sua experiência acadêmica será diferenciada.

## PROXIMIDADE COM OS COLEGAS

- O aluno participa de diversos clubes e grupos que, além de serem voltados ao ensino, podem contribuir na adaptação do aluno porque o possibilita conhecer alunos de outras classes e idades.

## AUTODISCIPLINA INCENTIVADA NA ROTINA DIÁRIA

- Rotinas rigorosas e independentes dos pais promovem autoconfiança no aluno de boarding.

## DESENVOLVIMENTO PESSOAL E SOCIAL INCOMPARÁVEIS

- O ambiente escolar promove crescimento pessoal e social.
- Ambiente de aprendizado fora da sala de aula. O envolvimento na vida escolar que o boarding oferece possibilita que o aprendizado seja integral, indo muito além da sala de aula.

## PROMOVE A COLABORAÇÃO E A RESPONSABILIDADE

- O boarding incentiva o aluno a aprender mais sobre como trabalhar bem com todos.

## INTERDISCIPLINARIDADE

- Como o tempo na escola é maior, a integração das disciplinas é facilitada.

## INOVAÇÃO ACADÊMICA

- Em geral, as escolas com boarding estão à frente em termos de criação e adoção de técnicas de ensino inovadoras.

# Intercâmbio cultural e estilo de vida americano



Um dos principais motivos pelo qual estudantes internacionais optam por morar com uma família americana (Homestay) é o intercâmbio cultural.

- Aprender sobre os Estados Unidos e as comemorações e tradições americanas
- Mostrar sua própria cultura para os americanos
- Aprender sobre como as culturas podem ser diferentes
- Conhecer uma casa americana
- Vivenciar o estilo de vida da família americana
- Saborear as comidas tipicamente americanas

## O QUE ESPERAR DA SUA ESTADIA EM UMA CASA DE FAMÍLIA (HOMESTAY)

### Famílias americanas

Há muitos tipos diferentes de famílias americanas. É provável que não exista uma família americana “típica” e as famílias que recebem estudantes internacionais podem ser de diferentes origens. Lembre-se que os Estados Unidos são uma sociedade multicultural, portanto, ainda que todos na sua família americana faleminglês fluentemente, seus antepassados podem ter vindo da Europa, Ásia, América Latina, África ou de algum outro lugar.

Algumas famílias podem ter filhos, outras não. Algumas configurações possíveis de famílias que recebem estudantes internacionais são:

- Mãe, pai, filhos
- Homens ou mulheres solteiros
- Aposentados
- Pais solteiros com filhos
- Casais jovens
- Avós
- Mães solteiras com filhos



## POLÍTICA DE NÃO-DISCRIMINAÇÃO DA 3W E TWINN PALMS

A Three W e a Twinn Palms proíbem expressamente qualquer discriminação por causa de raça, cor, credo, gênero, religião, estado civil, situação familiar, idade, procedência nacional ou descendência, deficiência física ou mental, problema de saúde (inclusive genético), orientação sexual, ou qualquer outra discriminação considerada ilegal perante a legislação federal, estadual e municipal dos Estados Unidos. A política da Three W e da Twinn Palms também proíbe discriminação com base na percepção de que alguém tenha alguma das características mencionadas acima ou possua vínculo com alguém que tenha essas características ou seja identificado como tendo essas características. Qualquer uma dessas formas de discriminação é ilegal.



## CASAS AMERICANAS

- A maioria das casas americanas são feitas de madeira.
- Nos Estados Unidos, a maioria das famílias moram em casas com jardim, em sobrados ou às vezes em apartamentos.
- As casas americanas normalmente têm uma cozinha com uma área para o preparo dos alimentos integrada com a área para as refeições (muitas casas também têm uma sala de jantar, usada para a refeição da noite).
- A sala de estar costuma ter sofás ou poltronas, televisão e aparelho de som. Ela também pode ter uma lareira.
- Muitas casas têm um cômodo extra no porão que serve como sala de jogos ou de TV.
- Os quartos geralmente ficam no andar superior, mas também podem ficar no térreo.
- Em muitas casas americanas, há quartos no porão.



## SEU QUARTO

Seu quarto pode ficar no andar superior, no térreo ou no porão. Você terá um quarto privativo com uma cama e móveis essenciais (somente para homestay).

- Tamanho da cama: é provável que sua cama seja de solteiro, chamada de cama "twin".
- Em geral, sua cama terá dois lençóis e cobertores.
- Você deve dormir entre os dois lençóis.
- Quando arrumar sua cama, prenda as bordas dos lençóis embaixo do colchão.
- É recomendável lavar seus lençóis uma vez por semana.
- É provável que seu quarto também tenha uma escrivaninha e uma cadeira.
- A iluminação deve ser adequada para ler e escrever.
- Você pode decorar seu quarto com objetos pessoais para deixá-lo mais aconchegante.
- Recomendamos que você mantenha seu quarto limpo.

## CONFORTO

**Se alguma coisa em seu quarto não estiver confortável, converse com sua família americana sobre o que você precisa.**

**Por exemplo: "Meu quarto é mais frio do que eu estava acostumado. Pode me dar mais um cobertor?"**

**Ou: "A iluminação do meu quarto não é muito boa para ler. Há alguma luminária que eu possa usar?"**



## REFEIÇÕES NO HOMESTAY

Sua família americana será responsável pelo seu café da manhã, pelo almoço para levar para a escola (a menos que este já seja fornecido por ela), pelo jantar e por alguns lanches.

## SMART TIP

**De segunda a sexta-feira, o café da manhã e o jantar são providenciados pela família e o almoço é feito na escola, sendo que o estudante leva o almoço de casa ou almoça no refeitório da escola. Aos finais de semana, duas refeições diárias estão inclusas. Recomenda-se que o aluno comunique seus planos de final de semana aos pais americanos (host parents), para melhor planejamento das refeições.**

- As refeições nos Estados Unidos costumam ser casuais.
- As refeições normalmente têm apenas um prato. A variedade pode ser menor do que no Brasil.
- Quando você já estiver adaptado, sua família americana pode deixar você preparar seu próprio café da manhã e almoço. Mas, em geral, serão eles que prepararão seu jantar.
- Esporadicamente, você pode cozinhar algumas comidas típicas brasileiras para eles.

## CAFÉ DA MANHÃ

- A hora do café da manhã varia conforme os horários de aula e trabalho de cada um.
- O aluno geralmente prepara seu próprio café da manhã.
- O café da manhã costuma ser uma refeição simples composta de cereal com leite, torrada ou frutas.
- Nos finais de semana, o café da manhã pode ser mais variado, com ovos ou panquecas.
- Bebidas comuns nessa refeição são café, chá e suco.
- Algumas famílias costumam tomar café da manhã juntas, mas em muitos casos cada um toma na sua horapor causa dos horários de aula e trabalho.

## ALMOÇO

- O almoço costuma ser ao meio-dia.
- Geralmente ele é levado de casa, a menos que a escola forneça almoço.
- O almoço mais frequente é sanduíche, fruta e alguma bebida.
- Há muitos tipos de sanduíche. Os recheios mais comuns são fatias finas de frios, queijo e verduras.
- Algumas pessoas levam a comida que sobrou do jantar para ser aquecida na escola ou no trabalho.

## JANTAR

- O jantar é geralmente a refeição com mais variedade.
- Para alguns americanos, o jantar acontece mais cedo do que em vários países, normalmente em torno das 18h00.
- A maioria das famílias americanas procura reunir-se para jantar e conversar sobre como foi o dia.
- Os pratos principais mais comuns são massas, frango e peixes.
- Arroz e batatas também são muito comuns e costumam ser preparados de diversas formas.
- Em geral, uma salada acompanha a refeição ou é servida antes.



## COMIDA AMERICANA

- Os americanos comem vários tipos de frutas, legumes e verduras.
- Você pode achar a comida americana “pesada” ou “gordurosa” em um primeiro momento.
- Procure manter o equilíbrio consumindo legumes e frutas frescas nos lanches entre as refeições.
- Informe à sua família americana e ao diretor internacional da escola caso tenha algum tipo de alergia alimentar.

## PREFERÊNCIAS ALIMENTARES

**Se houver algum alimento que você realmente não goste, ou alimentos que você queira muito comer, converse com sua família americana sobre suas preferências. Por exemplo: “Em casa eu costumava tomar uma vitamina de frutas de manhã. Posso preparar uma?” Ou: “Não como peixe. Posso comer algo diferente?”**

## O QUE SUA FAMÍLIA AMERICANA ESPERA DE VOCÊ

### REGRAS DA CASA

- As regras da casa de cada família podem variar. Sua família americana deve explicar as regras para você.
- Você deve conversar sobre as regras da casa com a família. Procure saber quais são e agir de acordo com o que eles esperam de você. Se não tiver certeza do que fazer, pergunte.
- O curfew será o seu horário de retorno para casa. Este deve ser respeitado em todos os momentos, para sua segurança e bom convívio com a família.
- Os estudantes não têm autorização de sua casa de família para pegar caronas com menores de 21 anos durante o programa.

### ALIMENTAÇÃO/REFEIÇÕES

- Seja pontual nas refeições em família.
- Se for se atrasar ou não puder chegar para alguma refeição, ligue com antecedência.
- Se tiver alguma alergia ou aversão mais séria, fale para a família.
- Ofereça ajuda em pequenas tarefas, como arrumar ou tirar a mesa.

### RESPEITO

- Respeite as regras da casa.
- Respeite as diferenças culturais ou religiosas.
- Seja franco. Converse sobre suas apreensões e desejos, mas faça isso de forma respeitosa.

### VIDA EM FAMÍLIA

- Você deve comportar-se como um membro da família, e não como um hóspede.
- Procure participar das atividades da família, tanto nas tarefas domésticas como no lazer.
- Converse com a família sobre suas dificuldades e seus desejos.

### REGRAS DA CASA

- Você é responsável por manter seu quarto limpo e lavar suas roupas e sua roupa de cama conforme a necessidade.
- Seus pais americanos não são responsáveis pela limpeza do seu quarto.



### TAREFAS DOMÉSTICAS

- Como membro da família, é recomendável que você se ofereça para ajudar nas tarefas domésticas gerais, como arrumar ou tirar a mesa.
- Se tiver interesse, você pode ajudar no preparo das refeições, levar o lixo para fora ou varrer o chão.
- Se sua família americana permitir, você pode ajudar com as crianças (ler ou brincar com elas, porexemplo). No entanto, não é sua responsabilidade cuidar delas.

### TAREFAS DOMÉSTICAS

- Como membro da família, é recomendável que você se ofereça para ajudar nas tarefas domésticas gerais, como arrumar ou tirar a mesa.
- Se tiver interesse, você pode ajudar no preparo das refeições, levar o lixo para fora ou varrer o chão.
- Se sua família americana permitir, você pode ajudar com as crianças (ler ou brincar com elas, porexemplo). No entanto, não é sua responsabilidade cuidar delas.

### PRÁTICA DO IDIOMA

- Para melhorar seu inglês, é preciso praticar.
- A casa da sua família americana é um excelente lugar para praticar inglês.
- Sua família americana pode ajudá-lo a entender como o inglês é falado em situações corriqueiras e pode explicar coisas que você não entenda.

### INTERCÂMBIO CULTURAL

- Muitas famílias escolhem receber estudantes internacionais para vivenciarem um intercâmbio cultural.
- Elas querem aprender sobre seu país e sobre a sua cultura.
- Quando você vivenciar diferenças reais entre a cultura americana e a sua, pode ser interessante falar sobre elas com seus pais americanos.

# TRANSPORTE



## TRANSFER

O transfer de chegada e saída estão inclusos na maioria das escolas, consulte exceções.

Certifique-se de emitir as passagens nas datas estipuladas pela escola. O transfer está incluso somente nesses dias. Para qualquer outro dia, o custo de deslocamento será

por conta do aluno. O horário do voo de chegada deve ser entre 8h e 20h, e o voo de partida entre 9h e 18h. Fora deste horário, é preciso verificar antes da emissão e receber autorização da escola.

O aluno deve aguardar até 30 minutos no ponto de encontro antes de acionar os telefones de emergência. Algumas escolas trabalham com shuttles em horários específicos do dia, devido ao grande número de alunos chegando juntos, de países diferentes. Se for o caso, o aluno deverá aguardar no aeroporto pelo horário do seu shuttle. O tempo de espera pode levar de 2 a 5 horas. Aproveite para esticar as pernas, tomar um café e falar com a família no Brasil.

## TRANSPORTE PARA A ESCOLA

Quando o aluno mora em um dorm da escola, ele deve caminhar até a escola ou a escola fornece transporte diário.

Quando o aluno mora em uma casa de família, o transporte de ida e volta da escola geralmente está incluso todos os dias, e é providenciado pela família americana (host family).

Se for usar ônibus, sua família americana o ajudará com informações sobre onde pegar o ônibus para ir e voltar da escola, se for o caso. Ela também pode ajudá-lo a entender os horários dos ônibus.

- Sua família americana não pode permitir que você use o carro deles por questões de seguro.

- Seus pais americanos podem levá-lo para os lugares de vez em quando. A responsabilidade dos pais americanos com relação ao transporte é a de garantir que você chegue à escola para as aulas regulares e para outras atividades que contem para o currículo.
- Atividades como ir ao shopping ou sair com os amigos devem ser combinadas com a família americana com antecedência.
- Não é permitido a nenhum aluno sair da cidade ou do estado sem estar acompanhado por um adulto (veja o item VIAGENS PESSOAIS a seguir).

# FÉRIAS, BREAKS E VIAGENS PESSOAIS

## Calendário e Breaks



Cada escola tem seu calendário, consulte seu agente de viagens para detalhes. Em geral, as aulas nos EUA iniciam em agosto/setembro e terminam no final de maio.

As escolas têm alguns breaks durante o ano letivo:

- Ação de Graças: 7 a 14 dias em novembro
- Natal e Ano Novo: 14 a 25 dias
- Spring Break: 7 a 14 dias em março ou abril

Durante os breaks, os alunos não têm aulas. Aqueles que estão hospedados em casa de família permanecem na acomodação. No caso de alunos hospedados na escola, é importante saber que os dorms fecham.

Durante os breaks de Thanksgiving e Spring, algumas escolas promovem uma viagem para esses alunos, com custo extra. No break de Natal (Christmas), a recomendação da escola é que os alunos passem as férias no Brasil, ou que a família vá visitá-los.

**É obrigatório que o aluno siga o calendário da escola** e atente-se às datas de início e término do período de estudo, para não se prejudicar em termos de faltas. **Não é permitido que o aluno chegue após o início das aulas, tampouco ir embora antes do término e perder provas.**

Faltas só são permitidas por problemas de saúde. Exceções devem ser comunicadas com 15 dias de antecedência e precisam de aprovação da escola.

O calendário de todas as escolas para o próximo ano letivo é disponibilizado por volta do mês de abril, quando a direção se reúne para definir as datas para o ano seguinte. Não é possível disponibilizarmos as datas antes deste período.

### IMPORTANTE

**Nas férias e nos feriados prolongados, os alunos não podem ir embora antes do encerramento das aulas regulares, avaliações e atividades extracurriculares. Não serão aceitos pedidos de alteração do calendário para conciliar com horários de viagem. Os alunos de boarding devem se preparar para estarem fora do campus antes dos dorms fecharem.**

### VIAGENS PESSOAIS

Durante o intercâmbio, nossos estudantes não têm permissão para realizar viagens sem estarem acompanhados por um adulto maior de 25 anos.

Caso o estudante planeje viajar com um adulto, precisamos ser informados dos planos com no mínimo 15 dias de antecedência.

A escola e a Three W receberão os formulários de autorização necessários de acordo com a viagem. Sem eles, o estudante não será liberado para viajar. Se a viagem do estudante for para outro país que não dentro dos Estados Unidos, é obrigatório que o aluno tenha uma assinatura específica no I-20 para que este possa retornar ao país. É de responsabilidade do estudante conseguir essa assinatura.

É comum nossos estudantes contratarem o **serviço de menor desacompanhado** das companhias aéreas. Precisamos ser informados disso com no mínimo 15 dias de antecedência, para que tenhamos tempo hábil de reunir as informações necessárias para o embarque do aluno. Além disso, algumas escolas podem cobrar **uma taxa adicional** (valor sob consulta) para este serviço, uma vez que eles precisam contratar alguém específico para buscar o aluno.

A escola só terá os dados dessa pessoa em média 48 horas antes do voo.



## DOCUMENTAÇÃO E PREPARATIVOS

### SEGURO EMERGENCIAL

O seguro emergencial está incluso na maioria dos programas. Para utilizar o seguro emergencial da 3W ou da própria escola, **válido somente em casos de emergência**, o estudante deve apresentar a apólice. Ele é responsável por estar sempre com ela.

Reembolso de seguro emergencial: caso haja necessidade de solicitar reembolso ao seguro emergencial por algum serviço prestado, é de responsabilidade do estudante/dos responsáveis o preenchimento de possíveis formulários. Nos EUA cobra-se coparticipação no uso, portanto cobranças podem ser feitas e isso tende a acontecer meses após o uso. A cobrança será recebida pela 3W e enviada aos responsáveis do aluno. Qualquer tipo de pagamento nesse sentido é de responsabilidade da família.

O seguro se inicia no primeiro dia de aula e a emissão é feita na semana anterior. A apólice não será enviada antes disso, mesmo que o aluno tenha alguma viagem pessoal e por esse motivo saia do Brasil antes do esperado.

## PASSAGEM AÉREA E VISTO

A Three W não se envolve no processo de visto nem na emissão de passagem aérea dos estudantes. Nenhuma das taxas envolvidas está inclusa. Caso o estudante precise de assistência durante seu voo ou conexão, a companhia aérea deve ser acionada.

## FORMULÁRIOS MÉDICOS

Caso o estudante apresente alguma alteração de saúde até o embarque, é obrigatório que a família comunique à 3W imediatamente e antes do embarque para que a escola esteja ciente e possa prestar suporte adequado ao aluno.

Cerca de 4 semanas antes do embarque, será enviado um formulário onde a família garante que nada mudará a saúde do estudante, e ela se responsabiliza por qualquer situação que aconteça em decorrência disso durante o programa.

Durante o programa, são permitidos somente medicamentos de uso contínuo, para quem tem diagnóstico comprovado com laudo médico em Português e Inglês. Outros documentos podem ser solicitados pela escola/acomodação.

O aluno pode vir a ser desligado do programa ou ter sua aceitação cancelada, caso não recebamos essa informação.

## ORIENTAÇÃO PRÉ-EMBARQUE ON-LINE

Cerca de 3 semanas antes do início do programa, a Three W realiza orientações pré-embarque on-line via Zoom. A presença do estudante e dos pais é obrigatória. Caso não seja possível assistir ao vivo, a orientação fica gravada e posteriormente disponibilizada no nosso canal do YouTube. Detalhes importantes são passados nessa orientação, como documentação, informações de chegada, acomodação, grade curricular, contatos de emergência, etc.

## DOCUMENTOS PARA EMBARQUE

Todos os estudantes deverão levar os seguintes documentos no embarque:

- Histórico escolar dos últimos 4 anos
- Fotocópias para alunos que não se formarão nos EUA. Levar junto tradução simples.
- Originais para alunos que estejam se formando. Levar junto tradução juramentada.
- Notas parciais do ano atual, também com tradução simples/juramentada.

- Cópia da carteira de vacinação. Se tiver mais de uma, levar todas.
- Passaporte válido.
- Visto F-1 (estudante) válido.
- I-20.
- PLOA (carta de aceitação).
- 2 vias da autorização de viagem de menor desacompanhado (somente se não houver autorização no passaporte).
- Apólice do seguro saúde.
- Carta de custódia assinada (está no complete application).
- Power of Attorney and Immunization assinada (está no complete application).
- Welcome Letter

Todo e qualquer documento acima deve ser reunido e organizado pelo estudante e família. Exigências em relação ao Covid-19, como apresentação de teste e vacina são de responsabilidade do aluno, tanto no embarque para os Estados Unidos quanto no retorno ao Brasil, ou em qualquer outra viagem que o estudante venha a realizar durante seu intercâmbio.

## CONTATOS DE EMERGÊNCIA

A Three W e a escola disponibilizam contatos de emergência para auxiliar os alunos no embarque ou em momentos de emergência. Pedimos que esses contatos sejam utilizados pelos pais e alunos somente em momentos emergenciais. Para dúvidas gerais do programa, seja antes ou depois do embarque, recomendamos centralizar os questionamentos no agente de viagens responsável.

## TRANSFERÊNCIA DE I-20 PARA UMA NOVA ESCOLA:

caso o aluno resolva dar sequência a seus estudos nos EUA em outra escola que não seja gerenciada pela 3W, ele deve nos avisar no mínimo 30 dias antes do término de suas aulas e preencher o formulário de solicitação. As escolas cancelam o

I-20 logo após o último dia de aula do estudante e não é possível reverter esse cancelamento.

# CHEGANDO AOS ESTADOS UNIDOS

Encontrar sua família americana pela primeira vez pode ser uma experiência um tanto estranha. Procure relaxar e conhecê-los melhor. Os primeiros dias serão um momento de adaptação para você e para eles. Memorize os nomes deles e faça perguntas sobre o que gostam de fazer. É interessante também perguntar sobre as regras da casa nesse momento.

## REGRAS DA CASA

Na primeira semana em sua nova casa você terá muitas perguntas. Cada família pode ter regras e horários diferentes, portanto, você terá que fazer perguntas para entender o que a família espera de você.

Veja a seguir as perguntas que você pode fazer para sua família americana (em português e em inglês) para saber mais sobre a casa e sobre o que é esperado de você.



## Generais

- Onde posso deixar minha mala? Where can I store my suitcase?
- Devo tirar meus sapatos sempre? Should I always remove my shoes?
- Há alguma área privativa na casa? Are there any areas of the house that are private?
- Há algum objeto na casa que eu não posso usar ou pegar? Are there any items in the house I should not use or touch?
- Há alguma regra com relação aos animais de estimação? (ficam dentro ou fora, que horas comem, etc.) Are there any rules about pets? (In or out, feeding times, etc.)
- Posso me servir de comida e bebida ou devo pedir antes? Can I help myself to food or drink or should I ask first?

## Visitas

- Meus amigos podem vir me visitar? Can my friends visit me here?
- Posso trazer um amigo para dormir aqui? Can I have a friend overnight?
- Posso chamar um amigo para o jantar? Can I invite a friend for dinner?
- Posso levar amigos para meu quarto? Can I have friends in my room?

## Rotina da Família

- A que horas vocês vão dormir? What time do you go to bed?
- Que horas devo fazer silêncio? What time is quiet time?
- Que horas vocês acordam? E nos finais de semana? What time do you wake up? On weekends?
- Há um horário para voltar para casa? Is there a curfew?
- Se eu for me atrasar, quando devo ligar?
- If I am going to be late, when should I call you?

## ATIVIDADES À NOITE

**T I P** É normal que o aluno esteja acordado enquanto a família estiver dormindo. Você pode querer estudar, mandar mensagens ou ligar para sua família tarde da noite. Lembre-se de fazer silêncio e de perguntar à família se suas atividades à noite atrapalham o sono deles. Durante a semana o estudante americano deve dormir às 22:00H. E nos finais de semana finais de semana tem que estar em casa entre 21h30 e 22h00.

## Refeições e cozinha

- Que horas acontecem as refeições? What time do we have meals?
- Devo ajudar a arrumar ou tirar a mesa? Should I help set or clear the table?
- Alguém da família entrará no meu quarto? Will anyone else in the family enter my room?
- O que devo fazer se sentir frio ou calor?
- If I am too cold or too hot, what should I do?
- Alguém da família entrará no meu quarto? Will anyone else in the family enter my room?

- Preciso preparar meu café da manhã e meu almoço? Do I need to prepare my own break fast or lunch?
- Onde ficam os copos/pratos/utensílios? Where are glasses/dishes/utensils kept?
- Como funciona o fogão/microondas? How does the stove/microwave work?
- Como vocês fazem para lavar a louça? What is the dish washing procedure?

## Banheiro

- Você pode me ensinar a usar o chuveiro/a banheira/o vaso sanitário? Can you show me how to operate the shower/bath/toilet?
- Qual é o melhor horário para tomar banho?
- When is a good time to shower/bathe?
- Com que frequência posso tomar banho? How often may I shower/bathe?
- Quanto tempo posso ficar no banho? How long can I stay in the shower/bathe?
- Onde ficam os produtos de limpeza? Where are cleaning supplies kept?
- Onde posso encontrar um esfregão ou panos de limpeza? Where can I find a mop or rags?
- Onde devo deixar as toalhas para lavar? Where should I put dirty towels?



## Quarto

- Devo arrumar minha cama todos os dias? Should I make my bed every day?
- Com que frequência devo limpar meu quarto? How often should I clean my room?
- Onde fica a agência de correio mais próxima? Where is the nearest post office?
- Onde fica o posto policial mais próximo? Where is the nearest police station?
- Onde fica o hospital/pronto-socorro mais próximo? Where is the nearest hospital/emergency room?



- O que devo fazer se sentir frio ou calor? If I am too cold or too hot, what should I do?

## Lavar Roupas

- Quando é um bom momento/dia para lavar minhas roupas? When is a good time/day to wash my clothes?
- Onde devo deixar minhas roupas sujas? Where should I keep my dirty clothes?
- Como funcionam a lavadora e a secadora?
- How do I operate the clothes washer and dryer?



## Transporte/Bairro

- Como faço para chegar na escola? How do I get to school?
- Onde fica o ponto de ônibus? Where is the bus stop?
- Quanto tempo dura o trajeto do ônibus? How long is the bus ride?
- Qual é o horário do ônibus? What is the bus schedule?
- Qual é a loja mais próxima para comprar artigos pessoais e de higiene? Where is the nearest store to purchase toiletries or personal items?
- Onde fica o parque ou pista de caminhada mais próximos? Where is the nearest park or place to walk?



## Se tiver tempo e interesse, você também pode se oferecer para:

- Ajudar a preparar as refeições
- Ajudar a tirar o lixo
- Brincar com as crianças

- Onde fica a agência de correio mais próxima? Where is the nearest post office?
- Onde fica o posto policial mais próximo? Where is the nearest police station?
- Onde fica o hospital/pronto-socorro mais próximo? Where is the nearest hospital/emergency room?

### Cigarro e bebidas alcoólicas

As escolas não permitem que seus alunos fumem cigarros, vapes ou consumam bebidas alcoólicas. Se o aluno for encontrado usando essas substâncias, ele pode ser desligado do programa de intercâmbio e/ou Homestay. O programa de intercâmbio e/ou Homestay contratado pode ter uma política de não reembolso.



### Tarefas domésticas

Sua família americana geralmente espera que você se comporte como um membro da família. Famílias americanas costumam dividir as tarefas domésticas entre todos, independentemente do gênero. Sua família agradecerá se você se oferecer para ajudar em tarefas gerais, como:

- Arrumar ou tirar a mesa
- Lavar a louça ou arrumar a cozinha
- Deixar o banheiro em ordem depois de usá-lo
- Recolher seus itens pessoais e guardá-los em seu quarto



### Comemorações

- Procure aproveitar as comemorações para aprender sobre os valores e o estilo de vida dos americanos.
- Pergunte e procure saber se as tradições da sua família americana são as mesmas para todos nos Estados Unidos ou se são específicas dela e de suas origens
- Fale sobre as comemorações especiais no Brasil.



### Religião

Sua família americana pode ser religiosa ou não. São muitas as religiões praticadas nos Estados Unidos. Os americanos têm liberdade para escolher sua forma de prática espiritual. Algumas famílias americanas vão à igreja ou a cultos semanalmente, outras famílias vão somente em feriados religiosos, e outras não têm religião.



# DIA A DIA NOS ESTADOS UNIDOS

## SITUAÇÕES DE ROTINA

### Banho – Banheira ou chuveiro

- É provável que você divida o banheiro com outros membros da família.
- Costuma-se deixar a porta do banheiro aberta quando ele não está sendo utilizado.

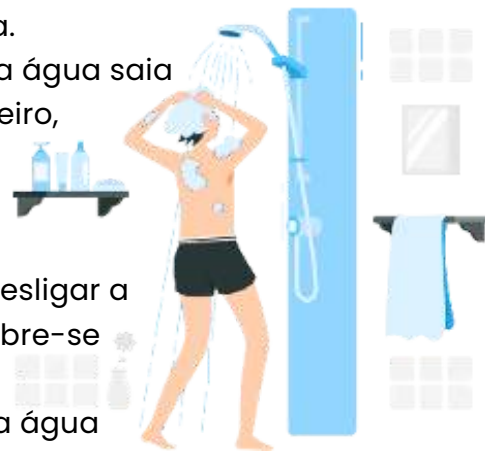


- Nos Estados Unidos, a maioria dos banheiros possui vaso sanitário, pia e chuveiro ou banheira em um mesmo cômodo.
- Os banheiros nos Estados Unidos geralmente não possuem ralo no chão. A água só pode ser drenada na pia ou na banheira.
- Muitas vezes o chuveiro fica dentro da banheira e há cortina ou box para evitar que a água respingue para fora.
- Após usar a banheira, o chuveiro ou a pia, é educado secar a água que tenha respingado.
- Toalhas molhadas ou sujas devem ser penduradas para secar ou colocadas no cesto de roupa suja (pergunte para sua família).
- Se houver apenas uma torneira, a temperatura pode ser ajustada girando-a para esquerda ou para direita. Para esquerda normalmente a água sai quente. Para direita normalmente a água sai fria.
- Também pode haver duas torneiras para ajustar a temperatura da água. A torneira da esquerda normalmente é quente – ela tem a letra H ou uma marca vermelha. A da direita normalmente é fria – ela tem a letra C ou uma marca azul.

- A maioria dos americanos toma banho e lava o cabelo de manhã.
- Se preferir tomar banho à noite, procure fazer isso antes das 21h30.
- Nos Estados Unidos, o sistema de aquecimento de água é por caldeira. Se seu banho for muito longo, pode não haver água quente suficiente para a próxima pessoa.
- Procure tomar um banho de no máximo 20 minutos.

### Chuveiro

- Entre na banheira e feche a cortina ou o box (é importante fechar totalmente para que a água não respingue para fora).
- Cuide para que a cortina fique dentro da banheira.
- Gire as torneiras de água quente e fria na banheira até chegar à temperatura adequada.
- Para que a água saia pelo chuveiro, puxe ou gire a torneira.
- Quando desligar a água, lembre-se de fazer com que a água saia pela banheira novamente, como estava antes do seu banho.



### Vaso sanitário

- Jogue o papel higiênico usado dentro do vaso sanitário.
- Não jogue outros tipos de lixo no vaso sanitário.
- Por educação, os homens devem abaixar o assento do vaso sanitário após o uso.



- Se sujar o vaso sanitário após o uso, limpe-o com escova apropriada antes de sair do banheiro

## Cozinha

- Sua família americana pode ter eletrodomésticos que você não saiba usar. Peça ajuda caso não saiba como funcionam.
- Procure observar onde as coisas são guardadas na cozinha e guarde os itens no lugar onde encontrou.



## Lixo e separação do lixo

- A maioria das famílias americanas separa papel, vidro e metal para reciclagem.
- Pergunte como a família separa o lixo.
- Algumas famílias também podem fazer compostagem do lixo orgânico para usar como adubo no jardim.
- Pergunte se eles fazem compostagem e o que você deve fazer com o lixo orgânico.



## Privacidade

- Os americanos gostam de privacidade.
- Normalmente, quem quer ficar sozinho pode ir ao seu quarto e fechar a porta (no entanto, se isso for feito com muita frequência, os demais podem achar que você não está interessado em conviver com a família).
- Se quiser privacidade ou silêncio, não há problema em fechar a porta do seu quarto.

- Se alguém da família quiser entrar em seu quarto, a pessoa deve bater à porta.
- Se as crianças quiserem ficar com você, você pode dizer a elas que precisa estudar e fechar a porta.

## Animais de estimação

- Muitos americanos têm animais de estimação dentro de casa.
- Podem ser cachorros, gatos, pássaros ou outros animais.
- Os americanos tratam os bichos de estimação como parte da família e eles geralmente podem entrar em todos os cômodos.
- Se não quiser que eles entrem em seu quarto, não há problema em fechar a porta e explicar para sua família que você não se sente bem com isso.
- Pergunte sobre as regras relacionadas aos animais de estimação. Por exemplo, algumas famílias não gostam que os gatos saiam de casa ou permitam que seus cães saiam apenas junto com alguém da família



## SAINDO COM SUA FAMÍLIA AMERICANA

- Você pode ser convidado para sair com a família para um passeio, ir a um restaurante ou até mesmo para uma viagem de férias. É adequado conversar sobre os gastos antes de aceitar o convite. Algumas famílias poderão pagar para você, mas outras podem não ter condições de gastar além do planejado.
- Se sua família americana pagar para você, agradeça.
- Você também pode preparar uma refeição especial para eles em agradecimento.

## Restaurantes

- Se a família convidá-lo para ir a um restaurante para uma refeição que ela já deveria oferecer para você, eles geralmente pagam pelo que você consumir.
- Se você tiver que pagar e por isso decidir não juntar-se a eles, uma refeição para você comer em casa geralmente é providenciada.
- Se não tiver certeza, não há problema em perguntar à sua família sobre quem pagará.
- No caso de uma viagem, é interessante ter seu próprio dinheiro para alimentação.



## Atividades/Passeios

- A família pode querer levá-lo a lugares que possibilitem vivenciar o estilo de vida americano.
- Se for convidado para uma atividade, lembre-se de perguntar o que você deve levar e se precisará de dinheiro.
- Se a família disser que você terá que pagar, e você não quiser gastar com isso, não há problema em agradecer e ficar em casa.
- Avise a família se não tiver interesse ou se tiver outros planos. Por exemplo: "Obrigado pelo convite, mas preciso estudar para uma prova." (Thank you for the invitation, but I have to study for my exam.)

## Férias

- A família pode fazer uma viagem de férias durante sua estadia.
- Se a família for ficar fora por mais de dois dias, você deve comunicar ao diretor internacional da escola.

- Se a família convidá-lo para viajar com eles, recomendamos conversar sobre quanto irá custar (pergunte sobre hospedagem, transporte, alimentação, etc.).
- Se optar por não viajar com eles, entre em contato com o diretor internacional da escola para que seja providenciada uma hospedagem para você enquanto a família estiver fora.
- Em geral, você não pode ficar sozinho em casa enquanto a família estiver viajando.

# CULTURA AMERICANA

## ALGUMAS PROVÁVEIS DIFERENÇAS

A cultura americana provavelmente será diferente da sua cultura. As diferenças podem ser grandes ou pequenas. Algumas diferenças podem incomodá-lo, outras não. É importante lembrar que as diferenças culturais que você vivenciar fazem parte da sua experiência de aprendizagem. Procure ser paciente, manter a mente aberta e, principalmente, ter senso de humor.

## Autonomia

- Os americanos valorizam a autonomia.
- A maioria dos americanos é independente e pode não depender da família como os brasileiros.
- Espera-se que cada um tome suas próprias decisões.
- As pessoas são responsáveis por si mesmas.
- As crianças americanas aprendem a pensar de forma crítica, fazer escolhas individuais e ser independentes.

## Igualdade

- Os americanos apreciam a igualdade.
- Eles consideram que todos os membros da sociedade são iguais, com direitos e oportunidades iguais.
- Na cultura americana, mulheres e homens são considerados iguais.
- O status não é determinado pelo sexo, pela idade, raça ou pelo nível social.
- Todas as pessoas são respeitadas igualmente.



## Horários

- Os americanos gostam de pontualidade.
- Atrasos são considerados falta de respeito.
- Se for se atrasar para um compromisso, é sempre bom ligar e avisar.
- Americanos podem parecer estar sempre muito ocupados e atarefados, isso acontece porque eles gostam de ser pontuais e respeitam os horários marcados.



# CHOQUE CULTURAL

Quase todos que moram, estudam ou trabalham em outro país, passam pela experiência do choque cultural. O choque cultural é algo normal que é superado após algum tempo. Ocorre porque é necessário vivenciar muitas diferenças culturais, o que pode deixá-lo exausto.

Algumas pessoas ficam irritadas, outras deprimidas. Alguns dos possíveis sintomas são:

- Estresse
- Ansiedade
- Saudade de casa
- Desorientação
- Confusão
- Falta de energia
- Ganho ou perda de peso
- Dificuldade para dormir
- Dificuldade para concentra-se nos estudos

## CICLO DO CHOQUE CULTURAL

### • Fase da lua de mel:

Ao chegar, você está curioso e tudo é empolgante.

### • Fase da hostilidade/depressão:

As dificuldades com relação ao novo país podem deixá-lo deprimido ou irritado ("Odeio esse lugar. Quero voltar para casa.")

### • Fase da recuperação/disposição:

Você se sente melhor e consegue até rir de seus erros ("Fiz a coisa mais boba ontem.")

### • Segundo choque:

Algumas pessoas vivenciam um segundo choque porque estavam se sentindo confiantes no novo país e de repente se sentem desconfortáveis novamente.

### • Fase do conforto:

Você passa a se sentir totalmente confortável no novo país. ("Esse lugar é como se fosse a minha casa.")

### • Entusiasmo e ansiedade:

Antes de voltar para casa, você pode sentir entusiasmo e ansiedade quanto ao retorno, às provas e às despedidas.

### • Choque do retorno:

Normalmente, ao voltar para casa, as pessoas vivenciam certo desconforto porque elas já não são mais as mesmas. "Ninguém me entende" é um sentimento comum.

### • Fase do reajuste:

Você começa a sentir-se "normal" novamente.



## MAL- ENTENDIDOS E PROBLEMAS

A vida em família pode ter momentos maravilhosos e momentos difíceis. Todas as famílias vivem mal-entendidos e problemas. Muitos podem ser solucionados com uma simples conversa.

### TIPOS DE PROBLEMAS

- Muitos problemas ocorrem por causa de expectativas ou desejos diferentes.
- Os problemas costumam acontecer por causa de falhas na comunicação.
- Comportamentos ou palavras mal compreendidas podem levar a problemas.
- A família ou o aluno podem passar por alguma situação que altere as coisas em casa.

Em todas essas situações, se família e aluno conversassem sobre seus desejos e suas expectativas, a situação melhoraria. É importante conversar sobre os problemas antes que se tornem problemas maiores. As famílias americanas esperam e querem que os estudantes conversem com elas sobre seus problemas.

### COMUNICAÇÃO

Se houver algum problema ou mal-entendido com a família americana:

- Converse com eles sobre como você está se sentindo.
- Diga para eles o que você precisa.
- Não tenha vergonha de conversar com eles.
- Não ache que eles entenderão o que está acontecendo sem que você fale.

- Se não for possível conversar com a família, converse com o diretor internacional da escola.
- Não ignore o problema por muito tempo. Problemas pequenos podem aumentar se não forem resolvidos rapidamente.

### Auxílio do diretor internacional

Todas as escolas contam com um International Director ou Coordinator, que é responsável por todos os alunos intercambistas.

Além dele, os alunos recebem auxílio de um funcionário do departamento acadêmico para montar sua grade curricular e escolher o club do qual fará parte. É também oferecido o study hall (reforço) em todos os casos.

Caso o estudante esteja apresentando dificuldades ou não esteja satisfeito de alguma maneira, ele deve entrar em contato diretamente com o diretor internacional da escola, ou com seu agente de viagens, preenchendo os formulários de feedback da Three W em inglês.

Caso tenha um problema com a família americana, você deve primeiramente tentar conversar com ela.

- O diretor internacional da escola pode conseguir ajudá-lo se:
- Você conversou com a família e não houve mudança.
- Você precisa de ajuda com o idioma (tradução).
- O problema é cultural.
- Você está se sentindo confuso e incomodado.
- Você quer falar com sua família, mas não sabe expressar o que sente.

### PROBLEMAS GRAVES

Se você tiver um problema grave com sua família americana e não conseguir conversar com eles, converse com a pessoa responsável pelos alunos internacionais da escola.

## SEXUALIDADE

- Ninguém em sua família americana deve dirigir-se a você de forma que demonstre interesse sexual.
- Se perceber que alguém da família está se dirigindo a você dessa forma, fale imediatamente com o diretor internacional da escola ou ligue para 911, número de emergência da polícia que funciona em todo o território americano.

## OUTROS TIPOS DE ASSÉDIO

Se perceber que alguém em sua família está sendo desrespeitoso com você, sua cultura ou sua religião, você pode dizer que se sente incomodado.

- Se não se sentir confortável falando com sua família, peça ajuda ou orientação para o diretor internacional da escola.
- Se você conversar com a família e nada mudar, fale com o diretor internacional da escola.

## MUDANÇA DE ACOMODAÇÃO

Se você quiser mudar de casa, recomendamos primeiro conversar com o diretor internacional da escola.

Há diferentes motivos para mudar de acomodação e há diferentes opções. O diretor internacional da escola irá orientá-lo para fazer a melhor escolha.

## MUDANÇA PARA OUTRA CASA

Se você e o diretor internacional da escola decidirem que é melhor morar em outra casa de família, ele tentará encontrar uma nova família para você.

- Antes de mudar de casa de família, você deve pedir ajuda para o diretor internacional da escola.
- Às vezes, não há afinidade entre aluno e host family e uma situação diferente pode ser a melhor opção.

- O diretor internacional da escola encontrará uma casa de família onde você ficará bem e feliz.
- Se houver a necessidade de mudar para uma casa diferente, seja paciente até que a mudança aconteça. Isso pode levar várias semanas.

# COMPORTAMENTO E SEGURANÇA

Você deve obedecer às regras e aos códigos de conduta da sua escola e do programa de homestay/boarding. Peça uma cópia para o diretor internacional da escola.

Haverá momentos em que você terá dúvidas sobre como os americanos se comportam, e sobre o que é e o que não é culturalmente aceitável. Um dos nossos principais objetivos é garantir sua segurança durante o intercâmbio. As informações abaixo ajudam você e sua família americana a entenderem que tipos de atitudes e comportamentos são socialmente aceitáveis e quais não são seguros.



## DEMONSTRAÇÕES POSITIVAS/ADEQUADAS DE CARINHO PODEM INCLUIR:

- Abraço rápido
- Tapinha no ombro e nas costas
- Aperto de mão
- High-five (cumprimento com os mãos)
- Elogios
- Tocar nas mãos, no rosto, nos ombros ou braços
- Colocar o braço em volta dos ombros
- Dar as mãos durante a oração em família
- Beijo rápido no rosto

## DEMONSTRAÇÕES DE CARINHO NEGATIVAS/INADE-QUADAS PODEM INCLUIR:

- Abraço demorado/inapropriado
- Roçar intencionalmente no corpo de alguém, acariciar ou beliscar
- Andar de mãos dadas com um adulto
- Beijos na boca
- Sentar no colo de um adulto
- Tocar o peito, as nádegas ou as partes íntimas
- Demonstração de carinho em locais isolados, como banheiro ou quarto
- Deitar juntos na mesma cama
- Encostar nos joelhos ou nas pernas
- Brincar de luta ou de cócegas
- Qualquer tipo de massagem
- Elogios verbais ou por escrito que se refiram ao seu corpo
- Dar dinheiro ou presentes pessoais ou desmedidos
- Refeições particulares em lugares reservados
- Qualquer demonstração indesejada de interesse

## ORIENTAÇÕES QUANTO À INTIMIDADE:

- Não é permitido nudez por parte do aluno ou da família
- Não é permitido contato entre um aluno e um adulto em roupas íntimas
- Use roupão ou robe por cima do pijama
- Não use roupas inadequadas ou que exponham seu corpo
- Não é permitido ficar apenas de toalha de banho

## ORIENTAÇÕES QUANTO AO COMPORTAMENTO:

- Não deve haver pedidos para encontros reservados com alunos
- Não deve haver telefonemas, e-mails, mensagens de natureza íntima ou sexual
- Não deve haver paquera
- Não deve haver piadas com conotação sexual
- Não deve haver cantadas obscenas
- Não deve haver compartilhamento ou exposição de fotos ou materiais de natureza sexual

Não é apropriado, em hipótese alguma, que você seja abordado ou tocado de maneira sexual ou sugestiva de sexo por alguém da família ou por outro adulto. Tal contato pode constituir uma infração penal e a escola colaborará integralmente com as autoridades na investigação e no processo penal de quaisquer atividades ilegais.

Se alguém tentar tocar ou falar com você de forma inapropriada, entre em contato com o diretor internacional da escola, com sua escola ou, se for uma emergência, ligue imediatamente para 911.



Da mesma forma, você nunca deve começar uma abordagem sexual com qualquer pessoa da família.

## PRECAUÇÕES DE SEGURANÇA

A Three W International e a escola incentivam que você tenha a mente aberta e faça novas amizades enquanto estiver nos EUA. No entanto, nós também recomendamos ter cautela e prestar atenção aos tipos de relacionamento que podem deixá-lo desconfortável ou levar a uma situação de risco potencial. Informe sobre qualquer atividade que pareça inapropriada para o diretor internacional da escola, para sua escola ou, se for uma emergência, ligue imediatamente para 911.

A seguir, listamos alguns sinais de alerta que devem ser monitorados de perto e/ou informados. Embora eles nem sempre sejam indicativos de uma relação ou situação potencialmente perigosa, devem servir como lembretes do que pode ser apropriado ou não. Embora fazer novos amigos seja parte importante da experiência internacional, precisamos assegurar que os nossos alunos tenham um relacionamento saudável e positivo com os colegas.

- Preste atenção a qualquer pessoa que queira passar muito tempo sozinho com você
- em um contexto não apropriado. Por exemplo, um vizinho que quer ir sozinho com você ao cinema ou um amigo mais velho que você conheceu na academia que te convida para fazer algo só com você, sem outras pessoas da família ou amigos.
- Mensagens e redes sociais – Lembre-se que é importante conhecer as pessoas com quem você está trocando mensagens e interagindo nas redes sociais. Se achar que um adulto ou colega está entrando em contato com você demasiadamente, ou fazendo comentários que façam você se sentir desconfortável, fale com o diretor internacional da escola imediatamente.
- Um adulto que dê presentes caros, secretos, ou presentes em troca de algo (por exemplo, um vizinho ou pai de um amigo que diz que se você tirar notas boas receberá um presente especial).
- Um adulto que peça para você guardar segredos ou trate-o como confidente. Não é apropriado que adultos desabafem com adolescentes como se tivessem a mesma idade, assim como não é apropriado que um adulto peça para um adolescente guardar um segredo.
- Flertes e piadas de cunho sexual nunca são aceitáveis entre um adulto e um menor (alguém com menos de 18 anos).
- Esteja atento a adultos que o incitem a infringir regras ou a fazer algo que seja ilegal ou inadequado.

#### OUTRAS DICAS DE SEGURANÇA:

- Converse com a família sobre como é a região antes de ir a algum lugar novo ou desconhecido, para garantir que seja um local seguro.
- Pergunte para a família se há algum lugar da cidade que deve ser evitado durante o dia ou a noite.
- Ao sair, procure estar com duas ou mais pessoas para evitar ficar sozinho.
- Quando sair, sempre leve ou tenha acesso a um celular carregado e com crédito. Passe para sua família os nomes e números de seus amigos e pais de amigos antes de sair.
- Leve sempre consigo o número de telefone da sua família americana, do diretor internacional da escola e da sua escola.
- Peça para a família os números de serviços de emergência se você for ficar sozinho em casa por qualquer período de tempo.
- Se, em algum momento, você estiver em uma situação com amigos ou um adulto que o faça sentir-se desconfortável por qualquer motivo, saia imediatamente e/ou ligue para o diretor internacional da escola ou, se for uma emergência, ligue imediatamente para 911.
- Confie sempre na sua intuição – se algo não parecer certo, conte para alguém!



# POLÍTICA DE REEMBOLSO PARA O ALUNO E CONTRATO DE REMATRÍCULA

Compreendemos e concordamos que:

1. O depósito de US\$ 5.000,00 não é reembolsável. No entanto, caso meu visto seja negado, terei o direito de receber a devolução do meu depósito, descontando as tarifas de transferência e a taxa de inscrição da escola. Para receber esse reembolso, compreendo que devo apresentar uma carta de indeferimento do visto recebida do serviço de imigração.
2. O pagamento das taxas e das mensalidades não é reembolsável em circunstância alguma, exceto quando a escola e/ou a empresa da estadia (homestay) permitirem o reembolso do auxílio-estadia não utilizado, quando aplicável, e do fundo de emergência, quando aplicável.
3. Caso eu opte por fazer a matrícula para mais um semestre letivo, ou mais um ano letivo, farei a matrícula exclusivamente através da Three W International, e não diretamente com a escola.
4. Emergency Funds: para os alunos que pagaram essa taxa da escola, e caso haja algum valor remanescente após o término do programa, este será devolvido após 6 meses do retorno do aluno, devido a cobranças adicionais por parte do seguro-saúde.

Eu, \_\_\_\_\_  
passaporte número \_\_\_\_\_, data de nascimento \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_,  
responsável pelo(a) aluno(a) \_\_\_\_\_,  
passaporte número \_\_\_\_\_, data de nascimento \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_,  
matriculado(a) na escola \_\_\_\_\_,  
declaro estar ciente das regras e condições informadas no Manual do Aluno da Three W International.

\_\_\_\_\_  
Local e data

\_\_\_\_\_  
Assinatura do responsável

\_\_\_\_\_  
Assinatura do estudante

\_\_\_\_\_  
Assinatura do agente de viagens

# TERMO DE CIÊNCIA E CONCORDÂNCIA

DECLARO que li todo o Manual do Aluno da Three W International e DECLARO estar ciente e concordar com as regras e condições informadas no Manual do Aluno da Three W International.

\_\_\_\_\_  
Local e data

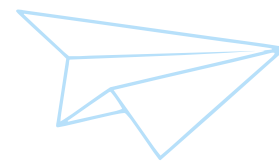
\_\_\_\_\_  
Nome do responsável

\_\_\_\_\_  
Assinatura do responsável

\_\_\_\_\_  
Nome do estudante

\_\_\_\_\_  
Assinatura do estudante

# DICIONÁRIO DE HIGH SCHOOL



## AP PROGRAM

AP significa Advanced Placement (Colocação Avançada). Oferecido em muitos high schools particulares, o AP tem como objetivo preparar melhor o aluno para a admissão em universidades americanas. O programa de AP oferece aulas e testes no mesmo nível curricular de cursos universitários e, portanto, dá aos alunos a oportunidade de conquistarem créditos para a universidade ainda durante o high school.

São 30 disciplinas de AP no total, mas nem todas são oferecidas em um mesmo high school. As disciplinas de AP são uma oportunidade para o aluno aprofundar-se em uma área de interesse para seu futuro profissional. São disciplinas padronizadas, o que garante a uniformidade do conteúdo entre as escolas. Ao final, há uma prova de AP com pontuação de 1 a 5, geralmente aplicada em maio. Algumas universidades e faculdades oferecem vantagens para alunos que tenham conseguido 4 ou 5 pontos na prova de AP.

Por ser criado por uma organização terceirizada – a College Board – o AP é uma marca registrada. Por isso, a escola precisa passar por um processo de chancela para garantir que o conteúdo e o preparo para o teste de AP serão adequados e consistentes. Uma garantia a mais para o aluno. Devido a essa consistência e uniformização, as notas das provas de AP são valorizadas nos processos de admissão das universidades.

O AP Capstone é um programa piloto com duração de dois anos desenvolvido para dar aos alunos as habilidades de comunicação, de trabalho em equipe e de pesquisa independente cada vez mais valorizadas no meio universitário.

O programa é construído sobre a base de duas novas disciplinas de AP: AP Research e AP Seminar. É oferecido em 1100 escolas e aceito em 100 faculdades e universidades.

## CAREER DAY

O objetivo de uma escola é preparar seus alunos para os desafios do futuro. Por essa razão, é muito comum que high schools americanos promovam o Career Day (Dia da Profissão): um dia ou semana (Career Week) em que os alunos têm contato com diversas profissões apresentadas por pais, ex-alunos e membros da comunidade.

## CHEERLEADING

Esporte oferecido por muitos high schools, o cheerleading, ou animação de torcida, é uma atividade física originária dos Estados Unidos que já faz parte da cultura dos high schools, frequentemente retratada em filmes e seriados para o público adolescente e jovem.

No início praticado apenas por homens (que animavam as torcidas de esportes universitários com gritos e refrões), o cheerleading se tornou uma atividade das alunas a partir da década de 1920, sendo atualmente predominantemente feminino, executado pelas famosas cheerleaders (líderes de torcida). Como esporte, o cheerleading reúne elementos da dança e acrobacias e pode ser uma atividade física bastante intensa. Além de se apresentarem nas competições esportivas da escola animando a torcida, há campeonatos específicos de cheerleading.

## COLLEGE FAIR

College Fairs são feiras que ocorrem dentro das escolas preparatórias para a universidade (Prep schools). Faculdades e universidades de todo o país enviam representantes até as escolas para conhecerem possíveis futuros alunos. Todos os alunos, americanos e estrangeiros, são estimulados a participar da feira.

Ir a uma College Fair é uma oportunidade para os alunos de qualquer série do high school conhecerem as universidades e o processo de application (candidatura) de cada uma.

Ao contrário do AP, no qual os alunos podem cursar matérias separadamente, no IB é necessário cursar todo o programa, que passa por todas as áreas do conhecimento.

Os alunos que se matriculam e se formam em um programa de IB recebem um Diploma de IB, que demonstraseu compromisso com a aprendizagem global. Os créditos do IB são reconhecidos por universidades em todo o mundo.

### PEAK WEEK

Semana de atividades na qual os alunos têm a oportunidade de escolher uma experiência para viver dentro da própria escola, da cidade, em outros locais no país ou no exterior. São viagens, passeios, cursos que expandem o aprendizado regular e fazem com que os alunos retornem com muitas ideias, mais seguros e tendo aprendido novas habilidades. Há um custo adicional. Alguns high schools usam nomes diferentes para essa semana de atividades, como Class Outings.

### PROM

O Prom é a festa mais esperada do high school. Equivale a um baile de formatura do ensino médio. Geralmente ocorre no final do senior year, no final do ano letivo, em maio. Entre outras atrações, na festação escolhidos o rei e a rainha do baile (prom king e prom queen).

### SAT & ACT

O SAT e o ACT são testes padronizados exigidos pela maior parte das universidades dos Estados Unidos. SAT significa Scholastic Aptitude Test e ACT significa American College Testing. A pontuação em um desses testes é usada no processo de application (candidatura) para uma universidade americana. A grande maioria delas exige o ACT ou o SAT, não os dois.

O ACT testa inglês, leitura, matemática e ciências, sua pontuação máxima é 36 e a nota média é 21. O SAT testa matemática e leitura e escrita, cada área tem pontuação que varia de 200 a 800. Assim, a pontuação máxima no SAT é 1600, e a média é 1050.

Qual teste fazer? Os alunos que não pretendem seguir uma carreira na área de ciências, costumam escolher o SAT, já que ele não avalia essa área do conhecimento.

Os dois testes são realizados várias vezes ao ano e em diversas partes do mundo. Em muitas escolas há pré-testes, simulados dos dois testes padronizados durante os anos do high school.

### WINTER FORMAL

Conhecida por alguns outros nomes, como Winter Dance, é uma festa aberta a todos os grades do high school, do freshman year ao senior year, e que ocorre durante os meses de inverno, geralmente entre dezembro e março. É um baile muito esperado, pois ocorre entre o Homecoming dance (outono) e o Prom (maio).

# 3W INTERNATIONAL

HIGH SCHOOLS PRIVADOS EN LOS EUA Y CANADÁ  
BOARDING Y DAY SCHOOLS

Three W International ®

Manual do Aluno - EUA 2026

## CONTATO

[nataliaw@threew.us](mailto:nataliaw@threew.us)

Cell: 310-923-0374

11900 W. Olympic Boulevard, Suite 550 Los Angeles, CA 90064 [www.threew.us](http://www.threew.us)

Instagram [@threewinternationalbrasil](https://www.instagram.com/threewinternationalbrasil)

Facebook [/threewinternationalbrasil](https://www.facebook.com/threewinternationalbrasil)

YouTube Three W International Brasil