

## CONSEJOS PARA LA VIDA EN FAMILIA

### CONSEJOS SOBRE LAS COMIDAS:

La madre española te dará tres comidas al día: desayuno, comida y cena:

- **Desayuno:** Café o té con pan o galletas. No esperes un desayuno grande al estilo americano.
- **Comida:** Normalmente es muy grande. Se compone de tres platos: un primer plato de verduras, legumbres, pasta o arroz; un segundo plato de carne, pollo, pescado o huevos; y de postre, fruta. Generalmente, se bebe agua en las comidas.
- En general, es muy importante no llegar tarde para la comida, ya que la madre prepara toda la comida para una hora específica.  
En las casas en las que las madres trabajan fuera de casa y no están a mediodía, dejan comida hecha que pueden calentar los estudiantes, y la cena se convierte en la comida más importante.
- **Cena:** Es más ligera que la comida, por ejemplo, ensalada y un filete o tortilla, sándwiches a veces, con fruta, etc. En algunas casas, se sientan todos a cenar, en otras, no.

Si te gusta algún tipo de producto especial que no forme parte de la dieta habitual de la familia, tendrás que encargarte tú de comprarlo. No debes nunca coger cosas del frigorífico o de la cocina sin avisar previamente a la madre. De otro modo, esta contará con una comida que, quizás, después no encuentre.

### Otras cosas importantes:

- Si vas a faltar a una comida o llegar tarde, debes avisar a la madre lo antes posible. Es muy importante avisar siempre de que no se va a comer o a cenar.
- En la mayoría de las casas, las madres piensan que debes acabar todo lo que hay en el plato. También insistirán bastante en que comas mucho. Tú has de decir, con toda confianza, si te apetece comer más o no.
- España no es un país tradicionalmente vegetariano. Para los estudiantes vegetarianos, hacemos lo posible por buscar a madres dispuestas a preparar comida vegetariana.

### HABITACIONES DE LA CASA:

- **Tu habitación:** tu habitación sí que es tuya, pero a la vez sigue siendo parte de la casa. Por lo tanto, tu madre espera que la mantengas limpia y ordenada. Si la habitación está muy desordenada y todo está tirado por el suelo, resulta muy difícil limpiar y ordenar. No está permitido pegar fotografías o carteles en las paredes de la habitación o en los muebles de la misma ya que se deterioran.
- **La sala:** se considera de muy mala educación echarse en el sofá o poner los pies encima del sofá, de otra silla, o de la mesa baja delante del sofá.
- **La cocina:** según el tamaño de la cocina y las ideas de la madre, podrás o no entrar libremente en la cocina. Hay madres que realmente no quieren que los estudiantes entren en la cocina y

toquen las cosas; hay que respetar esto. Puedes observar o preguntar directamente acerca de esto.

- **El cuarto de baño:** hay unas cuestiones que hay que tener en cuenta respecto al uso del cuarto de baño. En primer lugar, has de hacer un uso racional del agua. Esta es un bien de todos que hay que cuidar y, por tanto, no hay que malgastarla. En segundo lugar, te darás cuenta enseguida de que los retretes o wáteres (toilets) españoles contienen muy poca agua; quedan sucios con mucha más facilidad que los americanos. También verás que en cada cuarto de baño hay un cepillo para limpiarlos. Si ves que queda sucio después de utilizarlo, límpialo con el cepillo. De lo contrario, tu madre pensará que eres un maleducado. Por último, el papel higiénico no es para sonarse la nariz; se espera que cada estudiante se compre sus cajas de pañuelos de papel para este fin.
- **Otras cosas:**
  - Pregunta a tu madre española dónde has de dejar la ropa sucia ya que no debes dejarla tirada en tu habitación. Sed prudentes a la hora de lavar vuestra ropa. Una o dos lavadoras semanales exclusivas para vosotros son más que suficiente.
  - Cuando vayas de viaje o de excursión, tu madre española te dará los bocadillos y la bebida necesaria para el viaje
  - Si rompes o estropeas algún mueble o electrodoméstico de la casa o algún otro objeto, tendrás que abonárselo a la madre de familia. Por tanto, si no sabes cómo utilizar algo, pregunta antes de hacerlo.
  - Si no tienes permiso explícito del dueño, no puedes utilizar ningún aparato que sea de uso personal: ordenador, impresora, aparatos de música...
  - En caso de que necesites ir al médico, la familia te acompañará.

## OTROS TEMAS IMPORTANTES

**Visitas:** si quieres reunirte con tus amigos y compañeros, has de hacerlo fuera de casa. Los jóvenes en España no se reúnen en las casas. Quedan fuera para pasar juntos su tiempo libre. Si tenéis que hacer trabajos o reuniros por temas de los estudios, hay salas específicas en la Facultad de Filosofía y Letras para este fin.

**Luz:** también es cara la electricidad y hay que apagar las luces cuando sales de una habitación o cuando la luz del día es suficiente. También es necesario utilizar prudentemente el secador del pelo o la plancha del pelo.

**Otros:**

- Hay que probar comidas nuevas en la casa e intentar comer de todo. (Nota: el aceite de oliva no es malo para el colesterol –lo dicen los médicos–).
- Se te considerará maleducado si:
- No dices “Buenos días” al levantarte y “Buenas noches” al irte a dormir.
- Sales de casa sin decir “Adiós” o entras sin decir “Hola”.

- No te vistes “adecuadamente” para comer. Aunque haga calor, los chicos tienen que llevar camisa o camiseta y no se puede ir a la mesa en pijama.
- No mantienes las dos manos a la vista mientras comes. La forma más fácil es apoyar los antebrazos (*forearms*) en el borde de la mesa.
- Andas sin zapatos ni zapatillas por la casa. No se puede ir descalzo ni sólo con calcetines.

Los comentarios de la familia sobre ti, tus hábitos, tu español, etc. son mucho más francos que en Estados Unidos y no debes ofenderte. Comentarios típicos son:

- *¿Cómo sales con ese pantalón tan feo?*
- *No me entiendes nada, ¿verdad?*
- *No sé lo que me quieres decir.*
- *Tu español no ha mejorado nada.*
- *Tienes mala cara hoy.*
- *Quítate esa camisa, que tiene una mancha.*
- *Te queda horrible el pelo así.*
- *Etc.*

Nadie aquí se ofende ni se siente herido por tales comentarios.

Por último, los estudiantes que me han ayudado con sus ideas y comentarios a preparar estas sugerencias, me han dicho una y otra vez que **LO MÁS IMPORTANTE ES IR A TU CASA ESPAÑOLA CON LA MENTE ABIERTA Y MUCHAS GANAS DE APRENDER Y HABLAR**. Las personas de la familia tendrán muchas ideas y opiniones, especialmente sobre temas polémicos como la política, el sexo y las relaciones entre los sexos, que te sorprenderán. Pero también son personas, como tú, con su derecho a tener sus propias ideas y su historia personal que les ha hecho ser como son. No tienes por qué estar siempre de acuerdo con ellos, pero sí tienes el deber de escucharles con atención y respeto. A veces sería más fácil irte a tu habitación solo, pero el buscar a las personas de la familia para charlar con ellas y el mantener siempre un diálogo, contribuirán a suavizar los problemas y desacuerdos que puedan surgir.

El programa de Holy Cross pone mucho esfuerzo en buscar familias especiales que contribuirán a hacer tu estancia en España provechosa y memorable. Esperamos que el cariño que tu familia pone en su trabajo te ayude a aprender mucho sobre la cultura española y a experimentarla más de cerca.