

# 1. Підготовка вдома

## 1.1. Навколишнє середовище університету

Будемо чесними: університетське навчання дуже важливе, але життя полягає не тільки в цьому. Коли ви вирішили навчатися за кордоном, ви також зобов'язуєтесь перейти до нового культурного середовища. Вам варто ретельно зібрати додаткову інформацію про оточення університету, який ви обрали на основі його освітніх пропозицій. Середовище, в якому ви проведете своє життя протягом наступних кількох місяців (років), вплине на ваш настрій і, отже, на схоластичні показники. Для того, щоб ваше перебування в новому середовищі було ефективнішим, варто розглянути деякі важливі параметри, що стосуються університетського оточення, під час підготовчого періоду. До них належить:

### КОРОТКА ІСТОРІЯ КРАЇНИ, ЩО ПРИЙМАЄ

Краще коротко дізнатись про історію країни, куди ви прибудете, з'ясувати, який вона здійснила вплив на формування менталітету місцевих жителів. Легше прийняти звички нації, якщо ми знаємо, з якими проблемами зіштовхувалися люди протягом історії, чим вони пишаться. Варто прочитати про історичні стосунки з сусідніми країнами. Така інформація може виявитись корисною для вас у майбутньому.

### ГЕОГРАФІЧНЕ РОЗТАШУВАННЯ

З'ясуйте, яким є географічне середовище країни. Ось кілька прикладів:

- Чи є поблизу гори для зимових видів спорту?
- Чи є парки для піших прогулянок?
- Чи є море, озеро, річка, придатні для купання, чи можете ви відпочити біля берега?
- Чи є туристичні визначні пам'ятки?



*Складіть список речей, які потрібно зробити, та місць, які варто побачити, поки ви все ще вдома.*

## ДЕМОГРАФІЯ

Яка щільність населення міста, що приймає? Будь ласка, ознайомтеся з інформацією про місто, що приймає, та навколишнє середовище. Тоді після приїзду ви не зіткнетеся із неприємними несподіванками.

*Студенту з Індії важко знайти своє місце в маленькому містечку.*

*Він відчуває, що вулиці порожні, йому незручно і скаржиться наставнику:*

- Мені некомфортно, хоча я родом з маленького міста.
- Скільки жителів у вашому маленькому містечку?
- Тільки 30 мільйонів.

## СЕРЕДОВИЩЕ

- Скільки зелених насаджень у середовищі університету, що приймає, та міста? Є парки?
- Чи існує промислове середовище? Подумайте про те, що, можливо, ви також захочете влаштуватися на роботу. Добре знати наперед, які можливості можуть бути в цьому районі.
- Чи вдасться вам знайти час, щоб почати роботу під час навчання? Можливо, у промисловому середовищі більші та кращі корпоративні відносини з університетом.

## ПОСЛУГИ

- Які послуги доступні в місті та якими з них можна скористатися неподалік від університету?
- Які варіанти розваг? Чи є музеї, театр, кіно, концертні зали та культурні програми?
- Де можна поїсти в ресторані чи їдальні та які харчові звички в країні?


*В Англії люди люблять їсти бутерброди на обід, бо це швидко. Увечері прийнято споживати гарячу вечерю. Опівдні в парках багатолюдно, бо всі люблять там їсти свої бутерброди та пити каву. Однак в Угорщині обід є основною їжею. Усі люблять їсти гарячу їжу. У ресторанах пропонується велика різноманітність готових страв, які приготовані на грилі. Для іноземних студентів може виявитися несподіванкою, що на вибір є відносно небагато сендвіч-барів, оскільки в місті переважно ресторани.*

## ГРОМАДСЬКИЙ ТРАНСПОРТ

- Дізнайтеся вдома, як дістатися з аеропорту до університету. Перевірте веб-сайт університету, чи є трансфер.



- Які доступні програми (карти, навігатори) допомагають орієнтуватися? За можливості завантажте їх перед вильотом.
- Якою є мережа громадського транспорту (поїзди, автобуси)? Подорожі – це весело, але ви можете провести кілька годин у громадському транспорті. Дізнайтеся всю важливу інформацію, поки ви все ще вдома.
- Обов'язково перевірте, чи є в районі таксі. Дізнайтеся місцеві тарифи та звички для надання чайових водію.
- Які можливості для подорожей на дозвіллі? Дослідіть вдома екскурсійні можливості, які дозволять відвідати сільську місцевість, а також місця відпочинку в сусідніх країнах.
- Якщо ви хочете їздити на велосипеді, дізнайтеся про наявність оренди та послуги, доступні в цьому районі. Чи є велосипедні доріжки в місті чи околицях?

 Наприклад, в Угорщині неможливо розрахуватися в автобусі кредитною картою. Пасажири або купують квиток у водія автобуса, або сідають в громадський транспорт із заздалегідь придбаним квитком. Це, безумовно, дивно для деяких іноземців, і вони, як правило, почуваються незручно, якщо у них немає готівки.



Будьте  
готові до  
різноманітних  
ситуацій

## МОЖЛИВОСТІ ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ

Багато студентів хочуть влаштуватися на роботу під час навчання, щоб полегшити собі життя. Ознайомтеся з правилами країни, куди ви приїжджаєте:

- які дозволи потрібні?
- за яких умов студента можуть взяти на роботу?
- чи існує організація, яка допомагає?
- чи існує в університеті кар'єрний центр?

## АКТИВНІСТЬ

- які є спортивні заклади?
- до яких клубів ви можете вступити?
- чи можете ви займатись улюбленим видом спорту?
- який вид спорту найпопулярніший у цьому місті?
- чи існують команди в університеті з будь-якого виду спорту?

## 1.2. Думки студентів

Переїзд до нової країни з іншою культурою та звичаями – це пригода на все життя. Ми рекомендуємо прочитати думки інших студентів щодо їх власного досвіду через Інтернет-блоги, написані кимось у подібній ситуації, в якій ви опинитесь!

## МІЖНАРОДНИЙ СТУДЕНТСЬКИЙ БЛОГ

Перш ніж розпочати свою подорож до іноземного університету, бажано переглянути деякі студентські блоги, написані іншими іноземними студентами. Можливо, ви захочете дослідити те, що вони рекомендують, керуючись власним досвідом. Наприклад, вони можуть дати пораду щодо того, як найкраще адаптуватися до нового середовища, до яких програм приєднатися; порекомендувати речі, які потрібно покласти у свій багаж, що знадобляться вам у новому помешканні; вказати на деякі важливі аспекти, про які ви, можливо, не думали.

Майте на увазі, що культурний шок означає перехід від звичної культури до незнайомої. Цей перехід включає тривогу та почуття (такі, як здивування, дезорієнтація, невпевненість та розгубленість), які



відчуває людина в період адаптації до іншого і невідомого культурного чи соціального середовища. Щоб подолати культурний шок, ви можете спершу зрозуміти, як це виглядає:

- THE HONEYMOON STAGE** – Як тільки ви потрапите на нове місце, ви будете відчувати схвильованість та цікавість в усьому.
- THE DISTRESS STAGE** – ви починаєте сумувати за своїм домом і починаєте шукати відмінності між новою країною та вашою.
- THE ORIENTATION STAGE** – ви починаєте усвідомлювати причини, які привели вас до вашого нового оточення і починаєте відчувати себе більш упевнено в середовищі нової культури.
- THE ADAPTATION STAGE** – ви пізнаєте нову країну та звичаї. Ви сприймаєте відмінності і зміни у вашому оточенні, і – як результат, ви починаєте почувати себе комфортно.

Пам'ятайте, що це цикл, і немає реальних часових рамок того, як швидко ви пройдете кожен етап. Тепер, коли ви знаєте, як культурний шок може вплинути на вас, давайте розглянемо кілька порад, як його легко подолати:

### **КОМУНІКАЦІЯ З ІНШИМИ = НОВІ ДРУЗИ**

Найкращий спосіб боротися з самотністю та тугою за домом – це спілкування з людьми та ознайомлення з новою культурою, яка вас оточує. Це гарна можливість подружитися з іншими іноземними студентами, які також проходять такий самий досвід, як і ви. Пам'ятайте: ви не самотні в цьому. У новій країні не існує перевіреного способу пошуку нових друзів. Можливо, вам доведеться прикласти зусиль для того, щоб бути більш спокійним, ніж ви зазвичай бували вдома.

### **ДОЛУЧАЙТЕСЬ**

Ви любите спорт та командну роботу? Або ви вважаєте за краще читати книгу, а потім говорити про неї в книжковому клубі? Що б вас не цікавило, університети пропонують безліч заходів (більшість безкоштовно!). Вийди зі своєї кімнати і спробуй щось нове. Крім того, ми наполегливо рекомендуємо вам бути людиною, яка пропонує нові ідеї.

**ЇЖА = КУЛЬТУРНІ ЗВ'ЯЗКИ**

Відвідування університету в чужій країні не означає, що вам доведеться відмовлятися від домашнього затишку. Перш ніж сісти в літак, візьміть із собою улюблені рецепти. Запросіть нових друзів взяти з дому свою улюблену страву, щоб ви могли збагатити свій список рецептів майбутніх кулінарних виробів та розваг. Спільне куштування страв різних культур зробить їжу приємнішою, і це може спонукати гостей до цікавих розмов.



*Навчання в іноземному університеті –  
це гарна можливість спробувати місцеві кулінарні страви ...*



### 1.3. Формальності

Ваш наставник зустрінеться з вами, зв'яжеться з вами після прибуття. Рекомендуємо прибути до місця призначення до початку семестру, щоб мати змогу взяти участь в орієнтаційній програмі та оптимізувати свої навчальні можливості.

#### СПИСОК ДОКУМЕНТІВ

Які важливі документи необхідні для успішного навчання за кордоном? Ось загальний перелік документів, які вам знадобляться:

- **АКАДЕМІЧНА ІНФОРМАЦІЯ**


Осінній та весняний семестр (викладання протягом навчального року).

- **ПЕРЕКОНАЙТЕСЯ, ЩО ВИ МАЄТЕ ВСІ ПОТРІБНІ ДОКУМЕНТИ ДЛЯ ПОДОРОЖІ**


Зрозуміло, що для в'їзду в іноземну країну та повернення додому потрібен дійсний паспорт.

- **ВІЗИ / УМОВИ ПРОЖИВАННЯ**

Багато країн вимагають студентські візи. Якщо країна призначення вимагає візу, не забудьте подати заявку задовго до очікуваного вильоту. Переконайтеся, що віза охоплює весь період вашого навчання за кордоном.

 Для студентів та громадян країн Європейського Союзу необов'язково мати студентську візу для в'їзду до ЄС. Однак дійсний паспорт, звичайно, необхідний. Якщо ви не є громадянином країни, що входить до ЄС, вам рекомендовано зв'язатися з посольством або консульством країни призначення у вашій країні для отримання правил в'їзду до вашого від'їзду. Якщо ви громадянин держави-члена Європейського Союзу або Ліхтенштейну, Ісландії, Норвегії та Швейцарії, ви маєте право на вільне пересування та проживання в країнах ЄС.

Студенти, які приїжджають з інших країн, повинні подати заявку на «студентську візу» в консульстві чи посольстві у своїй країні. В'їзд з туристичною візою неприйнятний для студентів. Студентська віза включає дозвіл на перебування в країні тимчасового проживання. Це дозволяє вам залишатися і вчитися в обраній країні до терміну дії візи.

 Заяву на отримання візи необхідно подати до консульства країни, де знаходиться постійне або тимчасове місце проживання заявника, або в країні громадянства заявника. Якщо громадяни третіх країн бажають залишитися довше 3 місяців, вони повинні мати дійсний проїзний документ, необхідні

*дозволи на повернення або продовження подорожі, і вони повинні мати можливість перевірити мету в'їзду та перебування, вони повинні мати як житло, так і достатньо фінансових коштів, ресурси для відшкодування своїх витрат плюс повне медичне страхування або достатні фінансові ресурси, необхідні для отримання медичних послуг.*

Студенти, які є громадянами третіх країн, можуть отримати дозвіл на проживання, якщо вони мають постійні юридичні відносини зі зареєстрованим державним навчальним закладом, який працює відповідно до державної освітньої інформаційної системи, або бажають залишитися в країні призначення для навчання на денній формі, організованої визнаним державою вищим навчальним закладом, або взяти участь у підготовчому курсі до навчання визнаним державою вищим навчальним закладом. Для громадян третіх країн Імміграційне бюро видає біометричний документ, Блакитну карту ЄС, дозвіл на роботу та дозвіл на проживання, що надає можливість висококваліфікованим громадянам країн, які не входять до ЄС, працювати та жити на усій території ЄС.

- **ФОРМА ЗАЯВКИ**

Заявник повинен заповнити анкету ретельно та правильно.

- **ІДЕНТИФІКАЦІЙНА КАРТКА**

Дозвіл на проживання студента може поновлюватися щороку, коли заявник надає докази того, що він/вона все ще відповідає вимогам, які дають йому право на отримання студентської візи, і досягнув задовільних академічних результатів протягом курсу, на який подається заявка на продовження.



- **МИТНЕ РЕГУЛЮВАННЯ**

*Ці норми мало чим відрізняються від правил інших європейських країн. Заборонено ввозити зброю в країну або через неї. Деякі види їжі також заборонено ввозити чи вивозити.*

- **ІНШІ ДОКУМЕНТИ**

Якщо ви подаєте документи в аспірантуру, переконайтеся, що у вас є відповідні документи за попередні роки.

## **СЕРТИФІКАТИ**

Вам знадобляться ваші сертифікати. Копії дипломів з попереднього навчання (академічні стенограми дають університету повну інформацію про курси та модулі, які ви вивчали на бакалаврському рівні, та оцінки, які ви отримали).



- **СЕРТИФІКАТ ЗІ ЗНАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ**

Коли ви подаєте документи на навчання за кордоном, є ймовірність того, що будете навчатися англійською мовою або іншою поширеною іноземною мовою (німецькою, французькою тощо). Цей сертифікат тестування надзвичайно важливий і має термін дії. Тож переконайтесь, що сертифікат дійсний, подаючи його до університету.

*З цієї причини університети повинні знати, що мова не буде перешкодою для вашого навчання, що ви здатні розуміти та використовувати цю мову на академічному рівні.*

- **ЦІЛЬОВА ЗАЯВКА**

Цей письмовий документ буде вказувати на те, ким ви є, чому ви обрали саме цей університет, що ви плануєте робити після закінчення навчання, інтереси та інші особисті дані. Добре написана заявка стане ключем до вашого шляху в університет. Тож витратьте достатньо часу, перш ніж подати цільову заявку.

- **МОТИВАЦІЙНИЙ ЛИСТ**

Багато студентів розгублені перед вимогами заповнення заявки про ціль або мотиваційного листа до своєї справи.

*Мотиваційний лист та цільова заявка дуже схожі, але це не одне і те ж. З мотиваційним листом університети очікують, що ви більше зосередитесь на тому, як їх програма співвідноситься з вашим досвідом та вашими професійними планами. Вони можуть також вимагати, щоб ви вказали, на якому курсі чи спеціалізації ви хочете зосередитись під час навчання.*

- **РЕКОМЕНДАЦІЙНИЙ ЛИСТ**

Люди завжди хочуть знати, що про вас думають інші. Знайдіть можливість попросити рекомендаційний лист у когось (викладача, декана), хто вам його належно напише.

## **МЕДИЧНА СТРАХОВКА**

Страхування подорожей коштує інвестицій, якщо ви захворіли або маєте серйозні медичні проблеми. Якщо у вас вже є медична страховка, перевірте, чи включає вона страхове відшкодування за кордоном.

*Щоб мати дозвіл на проживання, ви повинні надати підтвердження медичного страхування на час перебування у країні тимчасового проживання. Студенти, які здійснюють обмін, можуть оформити обов'язкове медичне страхування, надавши лист про вступ, одразу після прибуття до країни перебування. Відшкодування здійснюється лише з першого дня зарахування. Зверніться до своєї страхової*

*компанії. Заявники повинні оформити державне або приватне медичне страхування на всі ризики, які зазвичай відшкодовуються для громадян в країні перебування.*

Якщо ви берете участь у міжнародній програмі обміну студентами або навчаєтесь у державному інституті, ви маєте право на безкоштовну медичну допомогу. На підставі чинної домовленості між університетом, що приймає, та рідним університетом вам дозволено користуватися засобами системи соціального забезпечення країни призначення.

Переконайтеся, що ваша страховка дійсна на дату, коли ви плануєте прибути до країни призначення, і відшкодовує весь час, який ви плануєте провести в країні призначення. Отримайте страховий документ, у якому зазначена ця інформація.

### **БАНКІВСЬКИЙ РАХУНОК**

Отримайте всю інформацію щодо свого банківського рахунку вдома для отримання переказів (ім'я власника рахунку, номер рахунку, назва банку, IBAN та Swiftcode). Банківська справа в іноземній країні відрізняється від тієї, до якої ви звикли. Можливо, ви не зможете використовувати свою карту так, як це робите вдома. Найпростіше створити банківський рахунок після прибуття. Це забезпечить вам можливість мати власні кошти із собою і швидко отримати до них доступ. Зверніться до свого консультанта за кордоном, щоб дізнатися, що потрібно для відкриття рахунку.

### **ПЕРЕВІРКА**

Отримавши всі потрібні документи, перевірте їх стільки разів, скільки захочете. Складіть всі документи в папку та розташуйте їх відповідно до контрольного списку. Це допоможе вам краще організувати свою заявку.

## **1.4. Як підготувати свій багаж?**

Процес підготовки багажу, як правило, полягає не лише в пакуванні своїх повсякденних речей у валізу. Яким би простим не здавався цей процес, є кілька моментів, про які варто пам'ятати, збираючи все необхідне перед тим, як поїхати вчитися за кордон. Перш ніж пакувати валізу, потрібно врахувати основні фактори, які можуть вплинути на ваш вибір. Ми акцентуємо на тому, як підготувати свій багаж до навчання за кордоном та про різні речі, які слід пам'ятати під час складання багажу.



### ПЕРЕВІРТЕ ПОГОДУ ТА КЛІМАТ

Перший фактор, про який варто пам'ятати, – це погода країни призначення. Щоб отримати певну інформацію щодо погоди країни, до якої ви вирушаєте, радимо здійснити пошук у Google, щоб визначити, скільки сезонів є в країні, у якій ви збираєтесь навчатися: чотири чи лише один. Також потрібно враховувати загальний клімат. Це не можна ігнорувати. Клімат країни, де ви навчатиметесь, може суттєво вплинути на вибір речей, які необхідно взяти із собою в поїздку. Також зверніть увагу: якщо ваше місце навчання за кордоном в іншій частині континенту, то кліматичні умови в різні пори року можуть відрізнятися від тих, до яких ви звикли.



*Під час пакування багажу вам необхідно враховувати, в якій країні, в якому місті або регіоні ви будете вчитися. Ключовим тут є знання деяких характеристик, пов'язаних із країною призначення*

*Я досі пам'ятаю, як уперше приїхав до Угорщини, щоб скласти вступний іспит на PhD. Це було три роки тому, 13 травня. Я упакував свою дорожню сумку, зважаючи на погоду в моїй країні (температура становила приблизно 25-30 градусів). Я прибув до Угорщини вночі, одягнений у шорти та короткий пуловер. Коли вийшов з аеропорту, відчув, що мені дуже холодно. Тоді я зрозумів, що помилився, збираючи валізу, бо всі мої речі виявились невідповідними для погодних умов Угорщини. Цілу ніч почувався дуже розчарованим і розгубленим.*

## ЩО ЗАЛИШИТИ ВДОМА

Щоб знати, що взяти з собою і що залишити, потрібно врахувати другий фактор, незалежно від того, є регіон призначення урбанізованим чи ні. Ви повинні знати, чи будуть крамниці, які вам підійдуть, якщо ви хочете придбати якусь річ. Або ж вам слід покласти все, що вам потрібно. Ви не мусите використовувати свою обмежену місткість багажу для трьох рушників та декількох пляшок шампуню або будь-якої іншої речі, яку можна знайти в країні, до якої ви подорожуєте. Натомість з'ясуйте, наскільки доступними для вас будуть крамниці, а потім визначте, що і як пакувати для навчання за кордоном.

*Перші два роки за кордоном я звик брати з собою майже все. Щоразу, коли мав нагоду відвідати свою батьківщину, віз спеції, деякі види особливих традиційних харчових інгредієнтів, трохи заморожених продуктів, одяг різних сезонів, зубну пасту. Але пізніше все змінилося. Я краще вивчив країну та мовою, тож легко міг знайти те, що мені потрібно. Навіть деякі традиційні харчові інгредієнти моєї батьківщини.*

## ОДЯГ ДЛЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ПОДІЙ АБО СПОРТУ

Для першого прибуття в країну вам знадобиться спортивний одяг для того, щоб ви почувалися комфортно, наприклад, коли підете робити покупки. Зазвичай всі види спортивного одягу дуже дорогі, якщо купувати їх у крамницях. Однак пізніше, коли ви звикнете до країни та інтернет-магазинів і торгових точок спортивного одягу, це буде дуже доступно.

*Будь ласка, не забудьте взяти з собою ваші традиційні костюми для міжнародних вечірок або спеціальних заходів.*

## ХОБІ ТА РЕЛІГІЯ

У кожного є хобі. Деякі з них передбачають необхідність особливих знарядь чи інструментів. Наприклад,



гітару. Якщо ж ви любите відеоігри, вам доведеться взяти з собою ігровий автомат (PS4, Xbox). Це також актуально щодо релігії: візьміть із собою те, що допомагає вам у практиці певних релігійних дій.



*Університети зазвичай пропонують місце для сповідання релігії*

### НЕОБХІДНІ ПРЕДМЕТИ

Не забудьте про такі необхідні предмети, як мобільний пристрій, ноутбук та м'який чохол, зарядні пристрої, адаптери живлення. Також вам можуть знадобитися шльопанці, які використовуватимуться як взуття для душі.

## 1.5. Медична підготовка

На сьогодні декілька країн оновили конкретні критерії медичного тестування для заявників студентської візи, тому не забудьте підготувати звіти про тестування на здоров'я під час підготовки до навчальної візи. За останні кілька років медичні вимоги до віз студентів зросли.



*Де я?*

*Коли я подавав документи на візу, мені доводилося додавати багато звітів про медичні тести, як і будь-який інший міжнародний студент, тому я це зробив, але коли я приїхав до Угорщини, я не взяв із собою звітів, я вважав, що вони не потрібні. Однак закон тут інший, оскільки віза, яку ви отримуєте, коли перебуваєте вдома, триває лише 15 днів, тоді вам слід звернутися до університетського імміграційного бюро, щоб поновити її на один-два роки після прибуття та закінчення вступного іспиту. Мені довелося навідатися до згаданої інстанції, щоб поновити дозвіл на проживання. Там вони попросили мене приєднати медичні висновки до інших необхідних паперів. У мене їх не було (вони зазвичай просять студентів мати оригінали документів). Я попросив працівника, який обслуговував мене, організувати консультацію з директором офісу. Він це зробив. Я пояснив директору офісу свою ситуацію. Попросив дозволити мені подати копії. Директор офісу погодився. Я попросив мою сім'ю відсканувати вдома необхідні медичні документи та надіслати їх мені електронною поштою.*

Нещодавно більшість країн у всьому світі почали вимагати від усіх іноземних студентів проходження повного обстеження з медичними висновками та сертифікатами з довіреної клініки у своїх країнах. Отже, якщо ви плануєте навчатися за кордоном, також важливо знати про клінічні обстеження, які вам потрібно буде пройти.

## **МИ РЕКОМЕНДУЄМО ПОВНЕ МЕДИЧНЕ ОБСТЕЖЕННЯ ДО ВАШОЇ ПОДОРОЖІ ЗА КОРДОН**

Відповідне профілактичне тестування на інфекційні та незаразні хвороби стало життєво важливим компонентом процесу отримання дозволу на проживання, щоб гарантувати виявлення тих, хто може бути зараженим, ще до в'їзду в країну. Стандарти медичного тестування відрізняються залежно від країни.

## **МЕДИЧНІ ДОВІДКИ, ЯКІ ВАМ НЕОБХІДНО МАТИ**

- **АНАЛІЗ КРОВІ**

Аналіз крові може надати інформацію та деталі щодо роботи нирок і печінки, загального аналізу крові та різних видів гепатиту й ВІЛ.

- **СТОМАТОЛОГІЧНЕ ОБСТЕЖЕННЯ**

Особливо варто враховувати стоматологічні потреби. Однозначно варто пройти загальний огляд стоматолога перед від'їздом.

- **ЩЕПЛЕННЯ**

Незважаючи на те, що країна, до якої ви плануєте поїхати, має високий рівень стандартів охорони здоров'я, переконайтесь, що ваші довідки про щеплення є актуальними.

- **МЕДИКАМЕНТИ ТА/АБО РЕЦЕПТИ НА ЛІКИ**

Для вашої першої поїздки до країни призначення, де ви будете навчатися, вам слід подбати про те, щоб взяти з собою всі призначені вам ліки, оскільки іноді може знадобитися час, щоб дізнатись, чи є ці ліки і як їх отримати.

*З дитинства у мене сезонна шкірна алергія. Я використовую суміш кремів більше десяти років. Коли приїхав до Угорщини на навчання, забув узяти з собою усі креми. Я довго їх шукав, але, на жаль, не знайшов усіх. Згодом привіз необхідні препарати з дому. Але пізніше, після того, як я звик до нового середовища та облаштувався в країні, знайшов усі креми, необхідні для мене, навіть познайомився із лікуванням народними засобами, що виявилось доволі ефективним.*