



NATIONAL RESEARCH
UNIVERSITY

ЦМСМ – Центр Международной Студенческой Мобильности

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ ПЕРВЫЕ ШАГИ

Москва, 2020



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ВАЖНЫЕ ДАТЫ

Даты приезда	10.01.2021 – 13.01.2021
Карантин в общежитии	2 недели после приезда
Ориентационная сессия	Даты сообщим позднее
Сроки обучения	11.01.2021 – 30.06.2021



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ПОДТВЕРЖДЕНИЕ ПРИЕМА

HIGHER SCHOOL OF ECONOMICS
NATIONAL RESEARCH UNIVERSITY



20, Myasnikskaya, Moscow, Russia, 101000 Phone: +7 (495) 771-3232 Fax +7 (495) 628-7931 E-mail: hse@hse.ru www.hse.ru

17 мая 2019
17 May 2019

Поттер Гарри / **Potter Harry**
Школа чародейства и волшебства **Хогвартс** / **Hogwarts**
School of Witchcraft and Wizardry

Уважаемая
Dear Mr.

Поттер Гарри / Potter Harry
(Фамилия, имя/ Surname, name)

Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики" рад принять Вас в качестве студента по программе обмена с

Школа чародейства и волшебства Хогвартс
(название университета)

для продолжения обучения по Вашей программе на осенний семестр 2019/2020 учебного года НИУ ВШЭ

National Research University Higher School of Economics (HSE) is pleased to accept you as a student under an exchange program with

Hogwarts School of Witchcraft and Wizardry
(Name of the University)

for continuation of studies under your full degree Bachelor program during the Fall semester of the academic year 2019/2020

Продолжительность периода обучения/ Study period	01.09.2019 - 31.12.2019
Даты прибытия/ Arrival dates	19.08.2019 - 20.08.2019
Ориентационная сессия/ Orientation session	21.08.2019 - 23.08.2019

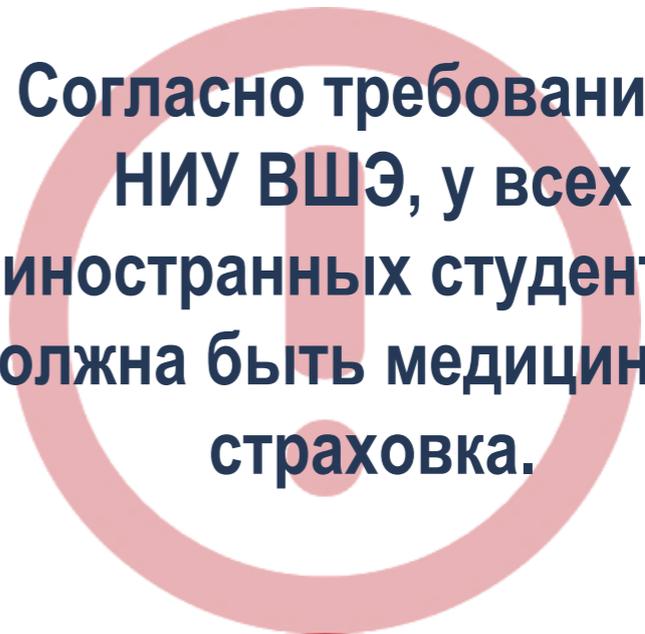
Альбус Дамблдор / Albus Dumbledore

Координатор международной студенческой
мобильности / Student International Mobility
Coordinator

Подпись / Signature

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

МЕДИЦИНСКАЯ СТРАХОВКА



Согласно требованиям НИУ ВШЭ, у всех иностранных студентов должна быть медицинская страховка.

- ▶ Покупается *самим студентом*;
- ▶ Должна покрывать *весь период* пребывания в России;
- ▶ Должна включать: *анализы, базовую диагностику, медицинские справки, услуги зубного врача, травматологическую помощь, репатриацию, тесты на Covid-19, медицинский осмотр*. Подробно требования перечислены [здесь](#).
- ▶ При потребности в *особом лечении* следует проверить заранее, покрывает ли его страховка;
- ▶ При хронических *заболеваниях* или *аллергии* следует проверить заранее, что необходимые лекарства продаются в России. Можно привезти их с собой, обязательно изучив правила провоза медикаментов на сайте посольства РФ.

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ПОМОЩЬ БАДДИ



Кто такой бадди?

<https://istudents.hse.ru/esn>



Что делают/не делают бадди:

<https://istudents.hse.ru/esn>



Подать заявку на бадди:

<https://esnhsemsk.broaddy.com/register/international>



В случае возникновения вопросов о бадди свяжитесь с ESN HSE Moscow:
buddy@hsemsk.esnrussia.org

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

БИЛЕТЫ

Бронируйте билеты с даты не ранее 10 января 2021 г.;

Выбирайте любой аэропорт/вокзал Москвы. Аэропорты равноудалены от центра города, куда можно добраться на поезде «Аэроэкспресс».

Желательно выбирать билеты с временем прибытия днем или ранним вечером.

Расписание поездов «Аэроэкспресс» из аэропорта в Москву:

<https://aeroexpress.ru/aero/toMoscow.html>





ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ОБЩЕЖИТИЕ

- ▶ Заявка на общежитие подается *через онлайн профиль* – общежитие гарантировано всем, кто отметил «да» в личном кабинете в АСАВ;
- ▶ Информация об общежитии появится в середине декабря 2020 г.;
- ▶ Комнаты в общежитии рассчитаны на двух человек;
- ▶ Цены: *1200 – 1600 рублей в месяц*;
- ▶ После заселения в общежитие на 10-12-й день с даты получения первого результата теста на COVID-19 необходимо пройти в Москве медосмотр с оформлением справки по форме [Приложения № 8 к Правилам внутреннего распорядка проживания в общежитии](#), сдать анализы на ВИЧ, гепатит В и повторно на COVID-19 методом ПЦР.

В случае возникновения вопросов об общежитии можно связаться с Дирекцией по управлению общежитиями (Барминова Любовь Николаевна lbarminova@hse.ru)



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ОБЩЕЖИТИЕ

Приложение № 8
к Правилам внутреннего распорядка
студенческого общежития
Национального исследовательского
университета «Высшая школа
экономики»

Печатается на официальном бланке
To be issued on the official letterhead

Справка о состоянии здоровья _____
Health certificate (Ф.И.О., Дата рождения/ First Name, Family Name

Date of birth)

В Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»
TO: National Research University Higher School of Economics

Данные о состоянии здоровья на момент обследования:
Health status at the time of examination:

Рентгенодиагностика. Данные рентгеновского (флюорографического) обследования.
Radiodiagnosis. X-ray data examinations.

Лабораторная диагностика (Laboratory diagnostics).
Анализ крови на ВИЧ, гепатит В (Blood test for HIV. Hepatitis B).

Сведения о прививках (с обязательным указанием сведений о прививках против кори)
(заполняется на основании прививочного сертификата)
Information about vaccinations (with obligatory information about vaccinations against
measles) (filled in on the basis of vaccination certificate).

Врачебное заключение.
Medical report.

Настоящим подтверждаю, что

(Ф.И.О./First Name, Family Name)

инфекционных заболеваний не имеет и может проживать в общежитии.

This is to confirm that

has no infection diseases and is allowed to stay in a dormitory.

Имя, подпись и печать врача и штамп, печать лечебного учреждения
Name, signature and stamp of the doctor and stamp of a medical institution

Дата выдачи справки
Date of certificate issuing

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ЧАСТНОЕ ЖИЛЬЕ

▶ НИУ ВШЭ не оказывает поддержку в поиске жилья.

▶ Надежные сервисы по поиску жилья:

[ЦИАН](#)

Группа на Facebook [Flats for friends](#)

[airbnb.com](#) (краткосрочная аренда жилья)

[thelocals.ru](#) (сайт может взимать плату)



Внимания! При съеме частного жилья личная безопасность является ответственностью студента!



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ЖИЗНЬ В МОСКВЕ

- ▶ Стоимость жизни в Москве зависит от *личных привычек* и от *мероприятий*, в которых планируется участвовать;
- ▶ Средняя стоимость жизни с учетом основных расходов варьируется от **15000** до **25000** рублей в месяц;
- ▶ Больше информации:
<https://www.hse.ru/recommends/costs>
<https://www.numbeo.com/cost-of-living/in/Moscow>
- ▶ Сравните стоимость жизни в России с стоимостью жизни в вашей стране:
www.numbeo.com/cost-of-living/compare_countries.jsp



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

СТОИМОСТЬ ЖИЗНИ В МОСКВЕ

В месяц:



ПРОДУКТЫ: 15000 рублей



МОБИЛЬНАЯ СВЯЗЬ: 500-800 рублей



ТРАНСПОРТ: 400-650 рублей



ОТДЫХ: от 5000 рублей



ЖИЛЬЕ:

1200-1600 рублей (общежитие)

20000-40000 рублей (частное жилье)



ОДЕЖДА И ДРУГИЕ РАСХОДЫ:

от **5000** рублей

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ПОДГОТОВКА К ОТЪЕЗДУ



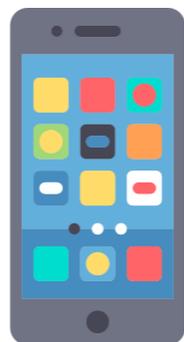
ДОКУМЕНТЫ

- Паспорт
- Билеты
- Медицинская страховка
- [Справка о состоянии здоровья](#)
- Цифровые копии всех документов



ДЕНЬГИ

- Немного наличных (3000-5000 руб)
- NB!** Не носите с собой большое количество наличных



СОТОВЫЙ ТЕЛЕФОН

- Имеет достаточно заряда
- Тариф включает роуминг на территории России*
- Зарядка
- Розетки в России выглядят так



МЕДИКАМЕНТЫ

- Проверьте правила провоза медикаментов в Россию на сайте [Федеральной таможенной службы](#)



ВАЖНЫЕ КОНТАКТЫ

- Бадди
- Общежитие
- ЦМСМ
- Посольство



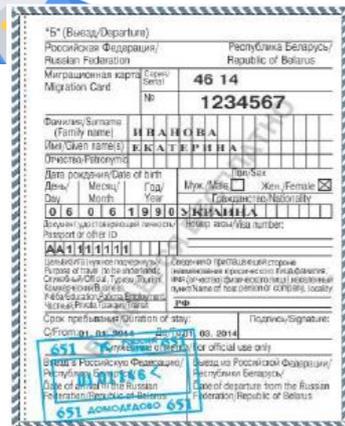
ТЕПЛАЯ ОДЕЖДА

- Зимняя куртка или пальто
- Шапка и шарф
- Теплые носки и перчатки
- Зимние ботинки

*Приобрести российскую SIM карту можно только после оформления регистрации.

ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ПОСЛЕ ПРИЕЗДА В МОСКВУ



ПАСПОРТНЫЙ КОНТРОЛЬ

- Получите **миграционную карту** при въезде в Россию
- Загрузите **миграционную карту** в АСАВ



ЗАЕЗД В ОБЩЕЖИТИЕ

- Заезд круглосуточно без выходных, начиная с 10 января 2021 г.
- Предъявите справку о состоянии здоровья с подписью терапевта



РЕГИСТРАЦИЯ: в течение 3-х рабочих дней

- Общежитие ВШЭ: оформляется паспортистом общежития;
- Съёмное жильё: арендодатель должен оформить регистрацию в местном многофункциональном центре (МФЦ).



КАК ДОБРАТЬСЯ ДО МЕСТА ПРОЖИВАНИЯ

- [Аэроэкспресс](#)
- [Такси](#) – Яндекс.Такси, Uber
- [Интерактивная схема метро](#)



ОРИЕНТАЦИОННАЯ СЕССИЯ

- Даты сообщим позднее



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ЗАПИСЬ НА КУРСЫ

Официальная запись на курсы в [LMS](#): с 21 декабря 2020 по 24 января 2021 г.

Шопинг период: с 11 января по 24 января 2021 г.

Заккрытие периода записи на курсы в [LMS](#): 24 января 2021 г.

[Каталог курсов](#)



ПРОГРАММА ОБМЕНА В НИУ ВШЭ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ

Сайт Центра международной студенческой мобильности: <https://istudents.hse.ru/>

Виза и регистрация: <https://visa.hse.ru>

Медицинская страховка: <https://istudents.hse.ru/medical>

Общежития НИУ ВШЭ: <https://www.hse.ru/dormitory>

Карта зданий НИУ ВШЭ: <https://www.hse.ru/buildinghse/list>

Группа на Facebook: <https://www.facebook.com/groups/hse.international.students/>



NATIONAL RESEARCH
UNIVERSITY

Адрес: Покровский бульвар 11, ком. 605D

Телефон: +7 (495) 772 95 90

<https://istudents.hse.ru>