

## ОТЧЕТ УЧАСТНИКА ПРОГРАММЫ СТУДЕНЧЕСКОГО ОБМЕНА

<b>Ф.И.О.</b> Горбунова Анна Сергеевна
<b>Курс, группа, подразделение:</b> 1 курс магистратуры, 01-640-2, Институт фундаментальной медицины и биологии
<b>Контакты (email)</b> GorbunovaAnna94@gmail.com
<b>Страна пребывания, город, университет, подразделение:</b> Германия, Гиссен, Гиссенский университет имени Юстуса Либиха, Институт фармакологии имени Рудольфа Бухгейма
<b>Сроки пребывания за рубежом:</b> 29.09-28.10.2016
<b>Цель (семестровое обучение/научная стажировка):</b> Научная стажировка

### Процедура конкурсного отбора на программу обмена

- *Ваши пожелания будущим конкурсантам. Как следует/не следует вести себя? На что важно обратить внимание?*

О старте конкурсного отбора на стажировку я узнала всего за 2 недели до собеседования с профессором Шмитцем. Именно поэтому оформление всех необходимых документов происходило в крайне сжатые сроки, здесь единственным банальным пожеланием будет: не откладывать до последнего.

Первым этапом отбора была проверка на знание иностранного языка (в моем случае это был английский), данную проверку можно осуществить либо взяв справку о вашем уровне языка у преподавателя, ведущего данную дисциплину в университете, либо сдачей теста (прототип TOEFL) в департаменте внешних связей, я выбрала последний способ. Если и вы выберете его, то перед сдачей теста убедительно попросите людей, находящихся рядом с вами, разговаривать как можно тише и вообще не беспокоить вас.

Кроме этого, вам понадобится приглашение от профессора принимающего университета, далеко не с первого раза удастся найти того, кто бы согласился принять вас. Бóльшая вероятность удачи будет, если в письме профессору вы сошлетесь на того, кто когда-то у него уже стажировался. Кроме этого, будет лучше, если к данному письму вы приложите CV, в котором будет указано, каких успехов вы уже добились в вашей области.

Я участвовала в конкурсе стажировки на 1 месяц, поэтому собеседование было коротким (по сравнению с теми, кто отбирался на полгода) максимум 5 минут. Вопросы были достаточно простыми: почему вы выбрали именно данный университет, какова цель вашей стажировки, чем вы сейчас занимаетесь в университете, имеете ли вы договоренность с профессором и т.д. Желательно сделать упор на актуальность вашей работы, ознакомиться с деятельностью профессора, к которому вы поедете.

## Подготовка к пребыванию за рубежом

- *Какие рекомендации Вы можете дать при планировании своего пребывания за рубежом: оформление визы, индивидуального плана, направления за рубеж, бронирование жилья, оформление медицинской страховки, выбор курсов в принимающем университете и т.д.).*

Оформление визы было довольно легким, вся информация о необходимых документах указана на сайте:

<http://www.vfsglobal.com/germany/russia/moscow/news.html>

Страховку оплатил Гиссенский университет, также он предложил общежитие (то есть мне не пришлось самой заниматься его поиском), оплатить проживание, в моем случае, нужно было за неделю до моего прибытия. Моей рекомендацией будет: оформление перед отъездом международной карты ISIC, которая является подтверждением того, что вы студент, с помощью нее вы сможете льготно посещать достопримечательности. Так же рекомендую открыть евровую карту, лично я оформила в банке Райффайзен. Кроме этого, если вы совершите покупку более чем на 25 евро, на кассе можете попросить форму Tax Free, с помощью которой вы сможете совершить возврат налога.

## Дорога в принимающий вуз

- *Как Вы добрались до принимающего университета? В какой город прилетели? Каким видом транспорта воспользовались? Сколько стоила дорога от аэропорта до университета? Встречали ли Вас представители университета?*

К счастью, незадолго до моей стажировки был открыт прямой рейс от Казани до Франкфурта-на-Майне, с помощью которого я и добиралась (Франкфурт – ближайший крупный город от Гиссена). Аэропорт Франкфурта является самым крупным в Европе, и вы это всецело ощутите. Наш самолет прибыл во второй терминал, мне необходимо было добраться в первый, для этого можно воспользоваться бесплатным автобусом. После прибытия в первый терминал, необходимо купить билет на поезд до Гиссена (примерно 15 евро), далее спуститься в метро и доехать до ж/д вокзала Франкфурта, от которого ходят поезда до Гиссена. В Гиссене меня встретила волонтер Юля, которая довезла меня до общежития Унтерхов. Вообще по всем возникающим вопросам можно обращаться к волонтерам, сотовые номера которых вам вышлют до отбытия на стажировку.

## Обучение в принимающем вузе

- *Формальности (продление визы, открытие счета, медицинская страховка и т.п.): что необходимо сделать в самом начале своего пребывания? Сколько времени нужно планировать? Какие документы требуются?*

Я пребывала всего месяц, поэтому у меня не было необходимости открывать счет в местном банке. Получить стипендию мне так же помогла волонтер

университета, единственным необходимым документом является заграничный паспорт.

- *Учебный план: С какими особенностями организации учебного процесса по Вашей специальности Вы столкнулись в принимающем вузе? Как Вы планировали свое обучение? Какие были формы занятий? В какой форме проводились экзамены/зачеты? Имелись ли дополнительные учебные материалы для подготовки к занятиям? Сложно ли было учиться?*

Моя стажировка не предполагала обучения в принимающем ВУЗе, поэтому составление учебного плана и прочего не являлось необходимой для меня процедурой. Что касается непосредственно стажировки, то она была для меня первой, и вообще это был первый раз моего пребывания за границей, и мне, конечно же, поначалу было немного тяжело. Но доброжелательное отношение профессора ко мне и располагающая атмосфера в лаборатории сделали свое дело, и через неделю я окончательно акклиматизировалась. По прибытии в лабораторию мне была выдана пропускная карта и даже выделен целый кабинет с личным компьютером с выходом в интернет, поэтому работать было достаточно комфортно.

- *Инфраструктура университета: доступ в библиотеку, к интернету; студенческая столовая и т.п.*

До библиотеки я не добралась, но могу сказать, что большинство научных статей было доступно при выходе в интернет с рабочего компьютера лаборатории. Вообще говоря, с интернетом в Гиссене – беда. Wi-fi днем с огнём не сыщешь. В общежитии можно подключиться к проводному интернету, но шутка в том, что для студентов, приезжающих на месяц, он не предоставлялся. Поэтому по прибытии для получения логина и пароля приходится идти на ухищрения: можете попросить их у ваших соседей (которые, с большей долей вероятности, откажут вам, во-первых, потому что интернет имеет трафик – 70Гб на месяц, а во-вторых, потому что они вас первый день знают) или попросить их у ребят, которые когда-то здесь учились (стажировались) до вас. Практически в каждом подразделении университета имеются студенческие столовые, или Менза, оформить карту для оплаты можно по адресу Otto-Behaghel-Straße 27.

- *Вы посещали языковые курсы (предсеместровые или в течение семестра)? Опишите кратко, как они были организованы (программа обучения, культурная программа, экскурсии, стоимость и проч.).*

К сожалению, краткосрочные стажировки не предполагали языковых курсов. Хочу заметить, что в Германии владеют английским на достаточно хорошем уровне. Острой необходимости в изучении немецкого, в принципе, нет.

- *Контакты: Вы обращались в Международный отдел принимающего университета? Каким было Ваше общение? Каким было Ваше общение со студентами и преподавателями?*

Обращаться в международный отдел по прибытии мне не было нужды, так как все формальности (бронирование общежития, его оплата и приглашение от университета) решились еще до отъезда.

### **Расходы во время пребывания**

- *Вы получали стипендию? Если да, то в каком размере? Сколько составили Ваши расходы в мес./за весь период пребывания (на проживание, транспорт, питание, свободное время и проч.)? Есть ли у Вас какие-либо советы (например, как и на чем можно сэкономить и проч.)?*

Гиссенский университет выделил стипендию размером в 500 евро. 240 евро ушло на оплату общежития, 20 тыс рублей на авиабилеты, и еще примерно 500 евро на остальные расходы, 300 из которых я потратила на путешествия. На путешествиях можно сэкономить, воспользовавшись билетом *wohnen ende ticket* на 5 персон стоимостью 56 евро, с помощью данного билета можно ездить по всей территории Германии целый день. В общем-то продукты в немецких магазинах недорогие, также стоит упомянуть, что по воскресеньям магазины не работают, только кафе.

### **Проживание**

- *Как было организовано проживание (указать название общежития, адрес)?*

Как уже было написано выше, университетом мне было предоставлено общежитие по адресу Unterhof 63. Как только прибудете, сразу же поинтересуйтесь у соседей по этажу (коих у меня было 7), чем вам можно пользоваться на кухне. В комнате я проживала одна.

### **Свободное время**

- *Какие были возможности для организации свободного времени (экскурсии и т.п.)? Ваш опыт участия.*

Каждые выходные я путешествовала, за время стажировки успела посетить следующие города: Франкфурт-на-Майне, Марбург, Херборн, Кельн, Мюнхен, Фюссен, Париж. Передвигаться между городами можно с помощью поездов - обычно прямых рейсов не бывает, и чтобы добраться в далекие города (например, Мюнхен) приходится совершить около 8 пересадок; либо с помощью автобусов - <https://www.flixbus.com/>

- *Пользовались ли Вы общественным транспортом? Каким?*

Общественный транспорт дорогой -2,15 евро.

Автобусы и поезда ходят строго по расписанию, которое можно найти на остановках или на сайте <https://www.bahn.de/>

### **Общая оценка своего пребывания за рубежом**

- *Каковы Ваши впечатления от участия в программе студенческого обмена (университет, город и т.д.)? Что для Вас было новым?*
- *Назовите позитивные и негативные моменты из Вашего опыта*
- *Есть ли у Вас критические замечания к организации программы обмена? Ваши пожелания и комментарии*

Я очень довольна результатами данной стажировки, удалось совместить приятное с полезным: успела и поставить несколько повторностей эксперимента, и попутешествовать. Могу точно сказать, что еще воспользуюсь другими программами стажировок.

### **Фотографии.**



*Здание Института фармакологии имени Рудольфа Бухгейма*



*Внутри здания*



*Лаборатория по работе с клеточными культурами*



*Здания общежития*





*Комната общежития*



*Общая кухня*