



КОМИТЕТ ПО МЕСТНОМУ
САМОУПРАВЛЕНИЮ,
МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫМ
И МЕЖКОНФЕССИОНАЛЬНЫМ
ОТНОШЕНИЯМ
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ



migrantlenobl

**Школа мигранта
Добро пожаловать
в Ленинградскую область!**

**Учимся
в Ленинградской области!**

**Справочник
для иностранных студентов**

2022

Школа мигранта
Добро пожаловать в Ленинградскую область!

Учимся в Ленинградской области!

Справочник для иностранных студентов

Уважаемые друзья! Приветствуем вас в Ленинградской области!

Вам предстоит многому научиться, получить новые знания, навыки, освоить важные и интересные профессии. Вы начинаете строить свою жизнь самостоятельно, и наш регион – одно из лучших мест в Российской Федерации для жизни, обучения и работы.

Для того, чтобы вы могли лучше познакомиться с Россией и Ленинградской областью, получить опыт адаптации в новых условиях, разобраться в тонкостях законодательства, освоиться в новой культуре и найти применение своим талантам, мы подготовили эту брошюру. Здесь мы собрали полезную информацию, которая поможет вам организовать свою жизнь в России с пользой и удовольствием.

Желаем успешной учебы и благополучной жизни в Ленинградской области!

Информация, содержащаяся в этой публикации, основана на законодательстве по состоянию на 30 июня 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Поступление и получение образования.....	4
Правила въезда в Россию, миграционный учет	6
Информация о Ленинградской области.....	10
Проживание.....	13
Получение медицинской помощи.....	14
Изучение русского языка	16
Социальная и культурная адаптация	18
Студенческая жизнь.....	23
Работа	26
Временное и постоянное проживание в России, гражданство РФ	28
Государственная программа содействия добровольному переселению в РФ соотечественников.....	30
Взаимодействие с полицией	33
Полезные информационные ресурсы	36
Полезные контакты в Ленинградской области	37

ПОСТУПЛЕНИЕ И ПОЛУЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Российская Федерация – одна из самых привлекательных для обучения стран мира. В 2021/2022 учебном году в России обучалось более 316 тысяч иностранных студентов. Российское высшее образование – основа российской науки, культуры и промышленности – высоко ценится во всем мире.

Для того, чтобы выбрать для поступления российский институт или университет, можно воспользоваться официальным сайтом Министерства науки и высшего образования РФ для иностранных студентов – www.studyinrussia.ru

Как можно получить образование в Ленинградской области?

- **бесплатно за счет бюджета РФ:** такая возможность предоставлена уроженцам и жителям стран СНГ и Балтии, участникам государственной программы содействия добровольному переселению в РФ соотечественников, выходцам из ДНР, ЛНР и Украины при прохождении вступительных испытаний – по квоте на 23000 мест для всех желающих иностранных граждан в 2022 году. Подробнее узнать об этом можно на сайте Федерального агентства по делам Содружества Независимых Государств, соотечественников, проживающих за рубежом, и по международному гуманитарному сотрудничеству «Россотрудничество» <http://rs.gov.ru/>

Телефон горячей линии «Россотрудничества» по вопросам приема на обучение иностранных граждан по квоте Правительства Российской Федерации +7 (985) 870-21-27

- **по контракту:** на платные либо бюджетные места в выбранных вами учебных заведениях Ленинградской области:

Ленинградский государственный университет имени А.С.Пушкина lengu.rug. Санкт-Петербург, Пушкин, Петербургское шоссе, д.10

Международный отдел ЛГУ имени А.С.Пушкина

<https://lengu.ru/mezhdunarodnaya-dyeyatel-nost/inostrannym-abiturientam>

inter.office@lengu.ru +79810336476,+7 (812) 451-90-48

VK: https://vk.com/lgu_interrelation

Государственный институт экономики, финансов, права и технологий

gief.ru188300, г. Гатчина, ул. Рощинская, д. 5

+7 (813)714-20-47, +7 (813) 714-13-34

VK: <https://vk.com/vuz47>

Если по окончании вашей программы вы планируете продолжать обучение в России, получить всю информацию об образовании для иностранных граждан за счет средств бюджета РФ в пределах квоты, установленной Правительством РФ, можно на сайте:www.russia-edu.minobrнауки.gov.ru.

В случае если вам необходимо подтверждение квалификации или степени, полученных в другой стране, обратитесь в Национальный информационный центр по вопросам признания и(или) квалификации, ученых степеней и званий, полученных в иностранном государстве ФГБУ «Главэкспертцентр» – www.nic.gov.ru

Для получения информации о различных возможностях в России вам также может быть полезно представительство Россотрудничества в вашей стране www.rs.gov.ru/ru/contacts

ПРАВИЛА ВЪЕЗДА В РОССИЮ, МИГРАЦИОННЫЙ УЧЕТ

Чтобы въехать в РФ, иностранный гражданин должен иметь действующий заграничный паспорт. Если паспорт просрочен, вас не пропустят через границу.

Граждане стран СНГ, Абхазии, Южной Осетии, Израиля, а также большинства государств Латинской Америки, имеют право безвизового въезда в РФ на срок до 90 дней. Граждане Южной Кореи имеют право безвизового въезда в РФ на срок до 60 дней. Граждане Сербии, Черногории, Македонии, Боснии и Герцеговины, Кубы, Монголии, Таиланда, Турции имеют право безвизового въезда в РФ на срок до 30 дней.

Исключение составляют граждане Евразийского Экономического Союза (Армении, Беларуси, Казахстана, Киргизии), а также ДНР, ЛНР и Украины – они имеют право пересекать границу РФ по внутреннему паспорту.

Студентам из иных стран дальнего зарубежья требуется учебная виза, оформляемая по приглашению из университета.

С 15 июля 2022 года Россия снимает ограничения на пересечение государственной границы Российской Федерации, связанные с пандемией коронавируса – теперь иностранные граждане смогут въезжать в РФ любым транспортом и из любой страны мира.

Для въезда в Россию иностранному студенту необходимо:

1. Не менее чем за 10 дней до въезда в РФ уведомить ВУЗ по электронной почте о дате и пункте въезда в Россию.

2. Не ранее чем за 48 часов до въезда пройти тест на COVID-19 методом ПЦР. Необходимо иметь при себе медицинский документ на русском или английском языках, подтверждающий отрицательный результат обследования.
3. В пункте пропуска через границу заполнить анкету прибывающего на территорию Российской Федерации.
4. Сдать повторный тест на COVID-19 методом ПЦР в течение 48 часов после въезда на территорию Российской Федерации.
5. После получения отрицательного результата теста можно приступить к учебе в очном режиме.

При въезде в РФ иностранным гражданам в обязательном порядке **БЕСПЛАТНО** выдается миграционная карта.

Если вы будете учиться очно, при пересечении границы РФ подчеркните в миграционной карте цель въезда «учеба».

Если вы намерены учиться заочно или на вечернем отделении и при этом планируете постоянно работать в РФ, подчеркните цель въезда «работа».

При въезде в Россию нужно иметь действующий на территории РФ полис медицинского страхования: его могут попросить предъявить при прохождении пограничного контроля. После въезда в РФ полис медицинского страхования (ДМС) нужно приобрести в день прибытия. Порядок оформления полисов медицинского страхования можно уточнить в отделе по работе с иностранными студентами вашего учебного заведения.

После въезда в Россию вы должны встать на миграционный учет по месту пребывания. Иностранцы обязаны встать на миграционный учет в срок не позднее 7 рабочих дней; граждане государств-членов ЕАЭС (Армения, Беларусь, Казахстан, Кыргызстан) – 30 дней; граждане Узбекистана, Таджикистана, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики и Украины – в течение 15 дней.

Встать на миграционный учет вам нужно по тому адресу, где вы будете жить. Это может быть:

- адрес вашего университетского общежития: для этого нужно обратиться в отдел по работе с иностранными студентами и в комендатуру общежития и получить уведомление о постановке на миграционный учет в течение 3 рабочих дней с момента въезда в РФ;
- адрес арендованного жилья (квартиры или комнаты): для этого в отделение миграционной службы должен обратиться собственник этого жилого помещения вместе с вами лично;
- адрес отеля, хостела, гостиницы или общежития: администрация гостиницы должна поставить вас на миграционный учет в течение 1 дня с момента приезда.

Если вы выезжаете из университетского общежития, в течение 3 дней университет снимает вас с миграционного учета. Будьте внимательны – обязательно сделайте себе миграционный учет по новому адресу проживания!

Срок миграционного учета и срок действия визы иностранных студентов очной и очно-заочной формы обучения регулярно продлевается на весь срок обучения. Срок миграционного учета студентов подготовительных

факультетов продлевается на срок их обучения по основной образовательной программе. Срок миграционного учета иностранных выпускников или студентов, переводящихся в другой университет, продлевается дополнительно на 30 дней.

Для продления миграционного учета ваш университет должен подать нужные сведения и заявление в Управление по вопросам миграции не позднее, чем за 20 рабочих дней до окончания миграционного учета – заранее сообщайте отделу по работе с иностранными студентами о ваших намерениях изменить место проживания, перевестись, выехать из России или въехать обратно!

Иностранному гражданину, нарушившему правила въезда и режима пребывания, грозит штраф от 2 до 7 тысяч рублей с возможным выдворением из России и запретом на въезд на 5 лет (ст. 18.8 и ст. 19.27 КоАП РФ).

Иностранцы студенты, въехавшие в Российскую Федерацию после 29 декабря 2021 года, и намеревающиеся пробыть в РФ более 90 дней, обязаны пройти государственную дактилоскопическую регистрацию, фотографирование и медицинское освидетельствование в течение 90 дней со дня въезда.

Дактилоскопирование и фотографирование проводятся бесплатно и однократно. Медицинское освидетельствование – платная процедура, она производится ежегодно. Сертификат о медицинском освидетельствовании действителен 1 год от даты выдачи, в течение 30 дней со дня истечения срока его действия медицинское освидетельствование нужно будет пройти заново.

Для прохождения обязательной государственной дактилоскопической регистрации, фотографирования

и прохождения медицинского освидетельствования в Ленинградской области иностранные студенты могут при согласовании с администрацией ВУЗа лично обратиться во ФГУП «Паспортно-визовый сервис МВД России» по Санкт-Петербургу и Ленинградской области по адресу: Санкт-Петербург, ул. Красного Текстильщика, д. 10-12, лит. В (вход №2 со двора), потребуется показать паспорт.

ИНФОРМАЦИЯ О ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Ленинградская область – 47-й регион Российской Федерации. Она расположена на северо-западе России, граничит с Эстонией и Финляндией, а также с другими регионами России: Санкт-Петербургом, Республикой Карелия, Вологодской областью, Новгородской областью, Псковской областью. Регион выходит к Финскому заливу Балтийского моря, здесь расположены несколько крупнейших торговых и пассажирских портов.

Ленинградская область относится к зоне умеренного климата, с умеренно мягкой зимой и умеренно теплым летом. Основной особенностью климата здесь является непостоянство погоды.

Среднегодовая температура воздуха в западных районах области 4,8-6°C, в восточных районах 3,7-4,8°C.

Среднее многолетнее число дней в году со среднесуточной температурой выше 0°C в составляет 246 дней.

Средняя дата перехода среднесуточной температуры воздуха через 0°C в сторону положительных значений весной – 22 марта, в сторону отрицательных значений осенью – 23 ноября.

Самый холодный месяц – февраль со среднемесячной температурой от $-5,2^{\circ}\text{C}$ до $-8,3^{\circ}\text{C}$

Самый теплый месяц – июль со средней температурой от $17,1^{\circ}\text{C}$ до $18,5^{\circ}\text{C}$

Население региона на 1 января 2022 г. составляет 1 911 586 человек. Две трети населения – городские жители, одна треть живет в сельской местности.

На территории Ленинградской области проживают представители более 140 национальностей. Большую часть составляют русские. В последние годы в регион приезжает всё больше мигрантов из стран Средней Азии.

Крупные города Ленинградской области – Гатчина, Выборг, Сосновый Бор, Всеволожск, Тихвин, Кириши и другие.

Среди основных областей экономики региона – обрабатывающее производство, транспорт и связь, торговля и ремонт, строительство, сельское хозяйство, лесное хозяйство.

На территории региона расположены около 1800 озер, крупнейшее из них и первое по величине в Европе – Ладожское, площадью более 18 тыс. км². Самые крупные реки Ленинградской области – Луга, Оять, Сясь, Паша, Волхов, Свирь, Оредеж, Вуокса, Нева.

В Ленинградской области расположены многие известные исторические памятники, такие как Старая Ладога – первая столица Руси, Выборгский замок – единственный в России полностью сохранившийся памятник западноевропейского средневекового военного зодчества, крепость Орешек (Шлиссельбург), Ивангородская крепость, Дорога Жизни, спасшая жизни многих ленинградцев в Великую Отечественную войну во время блокады.

Ленинградская область географически, исторически и экономически тесно связана с соседним регионом – Санкт-Петербургом. Город был основан 27 мая 1703 года царем Петром Первым. В 1924 году он был переименован в Ленинград, в честь В. И. Ленина. В 1991 году городу было возвращено его историческое название – Санкт-Петербург.

Органы государственной власти Ленинградской области размещаются на территории г.Гатчины Ленинградской области и Санкт-Петербурга.

Лучше познакомиться с культурой РФ и Ленинградской области вам помогут сайты:

culture.ru – «Культура.РФ» — гуманитарный просветительский проект Министерства культуры России. Портал рассказывает об интересных и значимых событиях и людях в истории литературы, архитектуры, музыки, кино, театра, а также о народных традициях и памятниках нашей природы в формате просветительских статей, заметок, интервью, тестов, новостей и радио.

histrf.ru – Федеральный портал «История.РФ»: информация о фактах и событиях прошлого изложена здесь доступным языком. Обучающе-познавательный формат с аудио- и видеолекциями по истории от известных ученых и преподавателей, первая российская интернет-энциклопедия от профессиональных историков и множество других проектов.

lentravel.ru – официальный туристский портал Ленинградской области, содержит информацию о более чем 5200 памятниках природы, истории и культуры, информирует о культурных событиях региона.

lenobl.ru – официальный сайт Правительства Ленинградской области, содержит информацию о развитии региона и деятельности органов государственной власти.

ПРОЖИВАНИЕ

Иностранных студентов вуз обеспечивает местами в общежитиях. Однако вы можете арендовать жилье самостоятельно.

Иностранные граждане, желающие самостоятельно найти жилье, могут воспользоваться следующими вариантами:

- самостоятельная аренда жилья через агентства недвижимости;
- аренда жилья напрямую у собственников.

Аренда жилья через агентства недвижимости будет стоить дороже: за поиск жилья и сопровождение сделки об аренде агенты, как правило, берут сумму, равную месячной арендной плате.

Все более популярными становятся интернет-сервисы, размещающие объявления об аренде жилья напрямую, от собственников, без сопровождения агентств – их легко найти в поисковых системах. Если вы решили воспользоваться такими сервисами, вам придется вести переговоры с собственниками самостоятельно.

Наиболее популярные интернет-ресурсы для самостоятельной аренды жилья в России: <https://realty.yandex.ru> (Яндекс.Недвижимость) <https://www.cian.ru/> (ЦИАН) <https://www.avito.ru> (Авито) <https://www.bn.ru> (Бюллетень недвижимости) и многие другие.

В любом случае, аренда жилья происходит на основании письменного соглашения между нанимателем и

наймодателем: устные договоренности легко расторгнуть, они не предоставляют вам никаких гарантий и опираться на них рискованно.

Обязательно заключайте договор аренды жилья! Образец договора аренды можно скачать на специализированных сайтах или найти по адресу: <http://migruussia.ru/poleznye-materialy/v-pomoshch-migrantu>

ПОЛУЧЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

При поступлении в вуз вам необходимо пройти медицинскую комиссию. Эта услуга платная.

Для прохождения медицинской комиссии потребуются следующие документы:

- паспорт и копия паспорта;
- нотариально заверенный перевод паспорта на русский язык (делается в нотариальной конторе, где есть переводчик);
- миграционная карта со штампом о въезде и ее копия;
- уведомление о постановке на миграционный учет (регистрация) и его копия.

Срок выдачи заключения по результатам пройденной комиссии – 5 рабочих дней.

При поступлении в университет необходимо оформить полис добровольного медицинского страхования (ДМС). Без него находиться в России нельзя. Оформляя полис ДМС, внимательно изучите перечень покрываемых им медицинских услуг и условия их предоставления. Стоимость полиса ДМС зависит от прописанных в нем услуг и срока действия.

Обязательно запомните номер телефона и название страховой организации, выдавшей вам полис ДМС. В случае утери полиса вы сможете его восстановить, обратившись в страховую компанию, или подтвердить его оформление, если потребуется срочная медицинская помощь.

Полезно сделать копию страхового полиса на случай его утраты.

Полис обязательного медицинского страхования (ОМС), дающий право на бесплатную государственную медицинскую помощь на равных с гражданами РФ основаниях, могут получить:

- трудящиеся-граждане государств-членов ЕАЭС (Армения, Белоруссия, Казахстан, Киргизия) – при наличии трудового договора;
- иностранные граждане, имеющие разрешение на временное проживание (РВП);
- иностранные граждане, имеющие вид на жительство (ВНЖ);
- иностранные граждане, имеющие свидетельство о предоставлении временного убежища;
- беженцы
- участники государственной программы добровольного переселения соотечественников в Ленинградскую область.

В экстренных случаях, при угрожающих жизни травмах и состояниях, а также при родах срочная медицинская помощь оказывается **БЕСПЛАТНО**, вне зависимости от наличия или отсутствия полиса ДМС.

Если скорая помощь не выезжает на вызов или отказывается вас лечить, звоните по телефону горячей линии

по вопросам медицинской помощи: 8 (812) 456-11-33, 715-00-40 (Ленинградская область).

В случае возникновения вопросов, а также, если вам отказывают в обслуживании по полису ДМС, звоните в страховую компанию для уточнения информации.

В регионах России предусмотрена вакцинация иностранных граждан от COVID-19 на платной основе, используются вакцина «Спутник» (2 укола с промежутком в 14 дней), в том числе в модификации «Спутник Лайт» (1 укол). О порядке, условиях и местах проведения вакцинации можно узнать, обратившись в местные органы здравоохранения!

Подробную информацию о противодействии коронавирусной инфекции в Ленинградской области можно найти на сайте: lenobl.ru/ru/minus-koronavirus/

ИЗУЧЕНИЕ РУССКОГО ЯЗЫКА

В вузах, принимающих иностранных студентов, как правило, есть подготовительные курсы по русскому языку; нередко организуются языковые клубы и разные адаптационные мероприятия для иностранных студентов.

Для самостоятельного изучения русского языка вы можете использовать электронные ресурсы.

russky.info – Многоязычный сайт для изучения русского языка: бесплатная многоязычная онлайн-платформа, которая сочетает изучение русского языка с практическими советами о жизни и работе в Российской Федерации.

Время говорить по-русски! – интерактивные курсы русского как иностранного Московского государственного университета www.irlc.msu.ru/irlc_projects/speak-russian/time_new/

mezhdunami.org – Бесплатный онлайн-учебник русского языка для начинающих.

Образование на русском – курсы русского как иностранного Института Русского языка pushkininstitute.ru/learn

В реальном времени изучать русский язык на родине помогут бесплатные очные курсы при центрах фонда «Русский мир» www.ruskiymir.ru/rucenter/catalogue.php

На сайте testmigr.rudn.ru можно пройти пробное тестирование и оценить свой уровень русского языка.

Для изучения русского языка можно также использовать мобильные приложения для Android:

TORFLGO– тестирование по русскому языку как иностранному через мобильное приложение.

Talk2Russia – Приложение по русскому языку как иностранному для начинающих изучать русский язык.

Россия для всех (Узбекский) – мобильное приложение для изучения русского языка, экспресс-курс по изучению русского языка, истории России и основ законодательства для трудовых мигрантов, владеющих узбекским языком.

Duolingo – Крупнейшее в мире полностью бесплатное приложение для изучения различных языков, в том числе и русского.

Иностранные студенты могут также пройти специализированные языковые очные курсы при российских университетах в режиме летних школ либо пройти курс подготовительного факультета – об этих возможностях узнавайте в администрации ВУЗа

СОЦИАЛЬНАЯ И КУЛЬТУРНАЯ АДАПТАЦИЯ

Приехав на учебу, вам предстоит адаптироваться к новой для вас культурной и социальной среде вдали от привычного окружения. Для человека приспособление к новой среде часто является стрессовым событием.

Как пережить трудности адаптации?

В первую очередь, будьте психологически готовы к возможным сложностям. Подумайте заранее, какие ресурсы у вас есть для преодоления трудностей, и какие ресурсы вы можете нарастить.

Наиболее сложные периоды в жизни студента – это экзаменационная сессия, особенно самая первая, которая часто совпадает с этапом кризиса адаптации. Кроме этого, тяжело переживается осенне-зимний период в силу холодов и сокращения светового дня.

Приведем некоторые советы:

1. Старайтесь упорядочить свой режим дня, чтобы не создавать дополнительный стресс для организма. Полноценный сон, здоровое питание, физическая активность помогут вам снизить влияние стресса на организм. Помните, что вредные привычки (алкоголь, курение, употребление психоактивных веществ) только усугубят стресс.

2. Заведите привычку выполнять задания вовремя. Не накапливайте задолженности по учебе, чтобы не приходилось одновременно сдавать много дисциплин.

3. Расширяйте свой круг общения, не замыкайтесь, будьте открыты.

4. Уделяйте время творчеству, хобби. Такие занятия позволяют отвлечься и снять психологическое напряжение, а также выразить волнующие вас мысли. Во многих вузах проводятся творческие конкурсы разной направленности для иностранных студентов, и там будут рады вашему участию!

5. Не забывайте про физическую активность. Это может быть спортивная секция в вузе, регулярные прогулки или занятия с онлайн-тренером в вашей комнате.

6. По возможности вносите разнообразие в свой досуг: посещайте театры, кино, выставки, узнавайте о бесплатных мероприятиях и льготах для студентов.

7. Ведите дневник. Станьте наблюдателем своей жизни. Записывайте, что вам кажется странным и непонятным в новой культуре, что вас удивляет или шокирует. Представьте, что вы пишете советы по адаптации для будущих поколений студентов, что бы вы им посоветовали?

8. В трудные моменты вспоминайте, для какой цели вы здесь. Помните, что трудности закаляют характер!

9. В случае возникновения проблем, не стесняйтесь обращаться к сотрудникам вуза, отвечающим за работу с иностранными студентами.

10. В редких случаях стресс от адаптации способен привести к депрессивным расстройствам, которые нельзя оставлять без внимания. Если вы находитесь в крайне подавленном настроении более двух недель, вам необходимо обратиться к психологу или психотерапевту.

Как познакомиться с местными жителями?

О русских людях иногда можно услышать мнение иностранцев, что они хмурые, неразговорчивые и редко улыбаются. Широко известна в мире фраза «загадочная русская душа». Мы призываем вас не становиться заложниками этих стереотипов, а смелее знакомиться с местным населением. Дадим самые общие рекомендации.

Самый простой и естественный способ познакомиться – это клубные объединения, секции, занятия, игры, где собираются люди по интересам. Будьте в курсе интересных мероприятий!

Следующие кандидаты – это люди, которые живут с вами по соседству. Для установления общения с соседями небольшая помощь, приветливое общение или угощение могут стать началом добрых отношений. В России сохраняется обычай по-соседски одалживать недорогой предмет хозяйства, продукт или лекарство – это могут быть ножницы, стакан муки или йод. Участвовать ли в этом обмене – ваш личный выбор.

Завязать общение можно с людьми, с которыми вы регулярно встречаетесь в местах вашего посещения: кафе, спортзал, библиотека.

Хорошую возможность для общения дает совместная волонтерская деятельность.

В России, как правило, не принято знакомиться на улице. Однако такое знакомство очень возможно, если вы пришли на уличное гулянье или праздник. Вопрос о смысле и назначении традиции, названии блюда или предмета местного промысла могут стать хорошим поводом для общения и знакомства.

При знакомстве не стоит обсуждать темы политики, религии, моральных ценностей. В бытовом общении это может быстро перейти в горячий спор и даже конфликт. Такие темы лучше обсуждать в рамках дебат-клубов, на семинарах и конференциях.

При первом знакомстве не принято задавать вопросы, касающиеся семьи, дома, личной жизни, доходов, политических и религиозных убеждений.

Наиболее выигрышными темами являются ситуативные (в фитнес-клубе – о спорте и здоровом питании, в кино – о фильмах и т.д.), а также темы об увлечениях и интересах. Люди, как правило, очень охотно отвечают на просьбу дать совет (в какой музей или парк лучше сходить, какое блюдо попробовать и т.д.)

Называйте человека так, как он вам представился: это может быть имя и отчество, полное имя или краткое. Обращение на «Вы» используется в деловом общении, с незнакомыми людьми и с теми, кто старше по возрасту. Однако считается нормальным по общей договоренности использовать обращение на «ты». К преподавателям и сотрудникам вуза принято обращаться на «Вы» и по имени и отчеству.

Почитайте книги о России и русской культуре, о регионе, в котором вы учитесь, об известных и выдающихся людях и исторических событиях. Такие знания, продемонстрированные иностранцем, всегда вызывают одобрение и уважение у местного населения.

Научитесь увлекательно рассказывать и о своей стране, ее культуре и традициях. Однако избегайте сравнений «лучше-хуже», а также споров о том, где раньше появилось колесо.

Отношение к иностранцам в России

Как в любой стране мира, в России встречается весь спектр отношений к иностранцам: от доброжелательного до негативного. Поскольку доброжелательный и нейтральный тон, с которым вы столкнетесь чаще всего, не представляет проблемы, остановимся на негативном.

Если вы столкнулись с негативным отношением, не драматизируйте ситуацию и постарайтесь отнестись к ней спокойно. Такие случаи обычно не заслуживают серьезного внимания.

Чаще всего негативное отношение связано с незнанием и непониманием. Людей пугает неизвестное. Эти чувства усиливаются, если вы говорите на непонятном для них языке, если ваша одежда или поведение сильно отличаются от принятого в обществе.

Однако необходимо отличать просто негативное отношение от дискриминации, травли, разжигания розни, использования языка вражды, с которыми по мере сил необходимо бороться.

Дискриминация – это ущемление, нарушение прав человека в связи с половой, национальной, религиозной и иной принадлежностью.

Разжигание розни по национальному, религиозному и прочим признакам является в России уголовным преступлением (Статья 282 УК РФ). Формой проявления ксенофобии и разжигания розни часто является язык вражды.

Травля (буллинг) – это агрессивное преследование одного из членов коллектива, как правило, группой лиц, направленное на унижение достоинства, оскорбление личности. Проявляется в психологической и физической форме.

Если вы столкнулись с дискриминацией, языком вражды или травлей в пределах учебного заведения, обратитесь к сотрудникам вуза или кураторам, в студенческие объединения. В вузах часто существуют комиссии по этике, а также имеется возможность обратиться к более высоким должностным лицам. В таких случаях вам помогут подтверждения случившегося – скриншоты, видеозаписи и иные доказательства осуществления неэтичных и противоправных действий в отношении вас.

Если вы сталкиваетесь с угрозами в свой адрес, обращайтесь в полицию.

Вы также можете обратиться к психологу, который подскажет, как вы своим поведением и установками можете повлиять на ситуацию, а также как в этих условиях сохранить свое психологическое благополучие.

СТУДЕНЧЕСКАЯ ЖИЗНЬ

Правила обучения и академическая жизнь могут отличаться от того, к чему вы привыкли в вашей родной стране.

Учебный процесс регулируется учебными планами. Ознакомьтесь с правилами обучения в своем университете, а также с правилами и временем сдачи зачетов и экзаменов. Узнать эту информацию можно в учебном отделе администрации вашего ВУЗа.

Посещаемость занятий и своевременная сдача заданий, как правило, играют важную роль при оценке успеваемости студента.

Деятельность вне учебы помогает вам социализироваться, освоить коммуникативные и межкультурные навыки, а также в полной мере почувствовать себя ча-

стью студенческого сообщества. В вузах, как правило, есть спортивные и творческие коллективы, научные сообщества, театральные кружки, дебат-клубы, студенческие газеты. Вы можете участвовать в их мероприятиях, а также вносить свои предложения.

В вузах действует студенческий совет, который является органом самоуправления и занимается достаточно широким кругом вопросов: от защиты прав студентов до организации мероприятий. Познакомьтесь с его деятельностью.

На общероссийском уровне действуют:

- Всероссийский студенческий союз rosstudent.ru
- Ассоциация иностранных студентов России ais-rus.com

Льготы для студентов

Иностранные студенты, обучающиеся в России, наравне с российскими студентами имеют ряд льгот.

Льготные условия часто предоставляются при посещении учреждений культуры: музеев, театров, выставок. Узнать о льготах (это могут быть скидки или бесплатный вход) можно на сайте учреждений или в кассе. Кроме того, у многих музеев России бывают дни бесплатного посещения, о которых необходимо узнавать на сайтах.

Студентам очных отделений, обучающимся за средства бюджета, также предоставляются льготы на проезд в общественном транспорте.

Для получения льгот необходимо иметь действующий студенческий билет. Каждый год его необходимо продлевать.

Волонтерская деятельность

В России активно развивается волонтерство. Волонтерство имеет разные направления: от экологии и донорства до культурного и социального волонтерства. Волонтерские движения часто существуют и на базе вуза. Также волонтерские программы нередко предлагают различные учреждения города (музеи, театры, зоопарки) и некоммерческие организации. Кроме того, волонтеров набирают на спортивные, деловые и культурные мероприятия.

Профессиональное волонтерство – это возможность сделать первые шаги в профессии и зарекомендовать себя перед профессионалами, если не удалось устроиться на стажировку или практику.

Социальное волонтерство позволяет не только принести пользу обществу, но и обрести активную жизненную позицию и понимание того, как решаются различные социальные проблемы, лучше адаптироваться и познаться с местным населением.

Выбирая направление для волонтерской деятельности, руководствуйтесь как своими внутренними побуждениями, так и профессиональными интересами.

Подробную информацию о волонтерстве в России вы можете получить на портале dobro.ru. Там же можно найти волонтерские вакансии и организации, а также поучаствовать в конкурсах.

Если вас интересует событийное волонтерство и участие в мероприятиях для молодежи, рекомендуем зарегистрироваться на портале Росмолодежи myrosmol.ru/auth/registration

На территории Ленинградской области действует
Ресурсный добровольческий центр:

ГБУ ЛО «Ресурсный добровольческий центр»
+7 (813) 713-01-60

<http://dobro47.ru/> г. Гатчина, ул. Роцинская, 2в

VK: <https://vk.com/dobrovolecto>

Среди крупных волонтерских проектов Ресурсного добровольческого центра:

<https://vk.com/lenobl.zarobedu> – «Волонтеры Победы»
в Ленинградской области

https://health.lenobl.ru/ru/about/common_sovet/pacient_prava/volonter/ – волонтерство в сфере здравоохранения

<https://lenobl.ru/ru/dlya-smi/news/45287/> – волонтерство в сфере благоустройства

<https://job.lenobl.ru/ru/deiatelnost/professionalnaya-orientaciya/proforientacionnoe-volonterstvo/> – волонтерская работа со школьниками в сфере профориентации

Содействием волонтерству в сфере развития городской среды занимается **Автономная некоммерческая организация «Центр компетенций Ленинградской области»:**

<https://sreda47.ru> Санкт-Петербург, наб. реки Карповки 5, литер П., корпус 27, 2 этаж

VK: <https://vk.com/gorodsreda47>

РАБОТА

Иностранные студенты **государственных образовательных учреждений**, обучающиеся в России **по очной** форме, могут работать в свободное от учебы время без дополнительных разрешительных документов и без ограничений.

Студенты заочных и очно-заочных отделений для работы в РФ должны оформлять патент (для граждан стран СНГ) либо разрешение на работу (для граждан визовых стран).

Студенты – граждане стран Казахстана, Киргизии, Армении, Беларуси имеют право работать без патента и без разрешения на работу в любое время (основание – договор о ЕАЭС).

Студенты, имеющие временное убежище, статус беженца, разрешение на временное проживание либо вид на жительство в Ленинградской области, также имеют право работать без патентов и разрешений на работу в любое время.

Студенты-граждане визовых стран, обучающиеся на очно-заочном отделении, не имеют права работать без оформления разрешительных документов. Если вы входите в эту категорию, попробуйте устроиться на подработку в свое учебное заведение.

Студенты-граждане визовых стран, обучающиеся на заочном отделении, для работы (и для нахождения в России в течение большего срока, чем на время сессии) должны оформлять трудовое приглашение, затем рабочую визу, затем разрешение на работу.

Для поиска работы рекомендуем вам использовать общероссийскую базу вакансий «Работа в России» trudvsem.ru

В Ленинградской области действует Интерактивный портал биржи труда: <https://czn47.ru/>

Горячая линия по вопросам труда и занятости в Ленинградской области: 8 (800) 350-47-47

Для защиты трудовых прав вы можете обратиться в государственную инспекцию труда Ленинградской области:

<https://git47.rostrud.gov.ru/>, 8 (812) 612-70-34, Санкт-Петербург, пр-т Обуховской обороны, д. 112, корп. 2, лит. И (ст. метро Пролетарская)

Ваши трудовые отношения с работодателем должны быть обязательно подтверждены трудовым договором, копию которого работодатель должен в течение 3 дней с момента вашего трудоустройства выслать в ГУВМ МВД РФ. Вы также обязаны предоставить в УВМ УМВД РФ в вашем регионе – лично или по почте – копию трудового договора в течение 2 месяцев со дня его получения.

Размер заработной платы работника, находящегося на полной занятости в Ленинградской области, не может быть ниже 14 500 рублей.

ВРЕМЕННОЕ И ПОСТОЯННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В РОССИИ, ГРАЖДАНСТВО РФ

Иностранные студенты имеют в России упрощенные условия для получения статуса временного проживания в стране, вида на жительство и гражданства РФ.

Граждане государств бывшего СССР, получившие в РФ профессиональное высшее либо среднее образование в государственной образовательной организации, при предоставлении диплома могут в упрощенном порядке (вне квоты) получить разрешение на временное проживание в России.

Разрешение на временное проживание в РФ в упрощенном порядке могут получить также граждане Республики Казахстан, Республики Молдова и Украины.

За видом на жительство в РФ имеют право обратиться:

- специалист, не менее 6 месяцев официально (по трудовому договору) работающий в РФ по одной из 135 профессий, включенной в перечень квалифицированных специалистов, имеющих право на прием в гражданство Российской Федерации в упрощенном порядке, утвержденный приказом Министерства труда РФ от 25.11.2019 № 734н – подробнее ознакомиться с этим списком можно в Интернете.
- иностранный гражданин, получивший в РФ высшее образование по очной форме обучения и имеющий диплом с отличием.
- высококвалифицированный специалист, официально трудящийся в РФ по специальности, утвержденной приказом Министерства труда РФ от 05.07.2019 №490н, и члены его семьи.
- носитель русского языка – человек, свободно использующий русский язык в быту и в семейной жизни в случае, если его предки ранее жили на территории современной Российской Федерации; признать носителем русского языка могут специальные комиссии при управлениях по вопросам миграции МВД РФ.

В упрощенном порядке могут быть приняты в российское гражданство:

- иностранные студенты и выпускники, постоянно проживающие и работающие в России не менее 1 года по профессии (специальности, должности), включенной в перечень профессий (специальностей, должностей) иностранных граждан-квали-

фицированных специалистов, имеющих право на прием в гражданство РФ в упрощенном порядке на основании приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25.11.2019 № 734н;

- лица, признанные носителями русского языка;
- участники Государственной программы по переселению в РФ соотечественников;
- граждане Донецкой Народной Республики и Луганской Народной Республики;
- граждане Молдовы, Украины, Белоруссии и Казахстана при наличии вида на жительство в РФ.

Иностранцам, получившим в России профессиональное образование (высшее или среднее специальное) после 01.07.2002 г. и имеющим вид на жительство, для упрощенного получения гражданства РФ будет достаточно подтвердить официальный трудовой стаж в РФ не менее 1 года.

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПРОГРАММА СОДЕЙСТВИЯ ДОБРОВОЛЬНОМУ ПЕРЕСЕЛЕНИЮ В РФ СОТЕЧЕСТВЕННИКОВ

В Ленинградской области иностранные студенты региональных государственных высших учебных заведений, успешно обучающиеся свыше половины срока обучения, могут стать участниками Государственной программы содействия добровольному переселению в РФ соотечественников вместе с членами семьи.

Задача программы – помочь соотечественникам и членам их семей в организации переезда и обустройства в России, устройстве на работу, получении государственных услуг и приобретении гражданства РФ.

Соотечественники – это:

1) люди, проживающие за пределами территории Российской Федерации, сделавшие свободный выбор в пользу духовной, культурной и правовой связи с Российской Федерацией;

2) потомки тех, кто ранее проживал на территории Российской Федерации, в том числе:

- лица, состоявшие в гражданстве СССР и ныне проживающие в государствах бывшего СССР, получившие гражданство этих государств;
- выходцы (эмигранты) из Российской империи, Российской республики, РСФСР, СССР и Российской Федерации и их потомки, ставшие иностранными гражданами.

Участником Программы могут стать дееспособные граждане от 18 лет, владеющие русским языком и постоянно проживающие за рубежом, либо постоянно или временно проживающие в РФ на законном основании, а также получившие временное убежище в РФ. Вместе с соотечественником участвовать в Программе могут члены семьи соотечественника.

Соотечественники, постоянно или временно проживающие в РФ либо получившие временное убежище в России, могут обратиться в территориальные органы Главного управления по вопросам миграции МВД РФ в Ленинградской области – их контакты можно найти на сайте:

<https://78.mvd.pf/contact/units/obl>

Участвовать в Государственной программе переселения нельзя, если вам запрещен или ограничен въезд в РФ!

Подробнее о Госпрограмме в Ленинградской области можно узнать на сайте «Территория труда»:

www.tt47.ru – сайт о государственной программе по оказанию содействия добровольному переселению в Ленинградскую область соотечественников, проживающих за рубежом

Официальный информационный пакет Государственной программы МВД РФ

мвд.рф/mvd/structure1/Glavnie_upravlenija/guvm/compatriots/information-pack

Представительства МИД России и консульства РФ:
www.mid.ru/ru/maps/

www.aiss.gov.ru – Портал «Соотечественники»: сайт государственной программы переселения соотечественников в РФ

www.ruvek.ru – Портал для российских соотечественников МИД РФ

www.back2russia.net – Интернет-форум переселенцев в Российскую Федерацию

migrussia.ru – Миграция и мигранты: информационный портал (информация о Госпрограмме переселения – в разделе «Ленинградская область»)

pereselenie.com – Информационный портал о Государственной программе по оказанию содействия добровольному переселению в Российскую Федерацию соотечественников, проживающих за рубежом

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ПОЛИЦИЕЙ

Проверка документов

На случай проверки документов полицией необходимо иметь при себе следующие документы:

- паспорт;
- миграционную карту;
- уведомление о постановке на миграционный учет (регистрацию)
- студенческий билет
- полис ДМС.

Полезно хранить копии этих документов.

Документы имеют право проверять только сотрудники полиции, находящиеся при исполнении ими служебных обязанностей. Они должны быть в полицейской форме и иметь при себе специальный нагрудный знак (жетон) – запомните или запишите его номер.

При обращении к вам полицейский должен сообщить свое звание, должность, фамилию, предъявить свое удостоверение и объяснить причину и цель проверки документов (п.4 ст.5 Закона «О полиции»). Если полицейский не представился, не сообщил причины проверки документов, на него можно пожаловаться.

Документы можно показать из своих рук, предупредив об этом.

Действия сотрудников полиции можно обжаловать руководителю подразделения, в котором они работают, ГУ МВД России, в органы прокуратуры или в суд.

В случае задержания

У задержанного есть право на телефонный разговор (п.7 ст.14 Закона «О полиции»).

До судебного решения гражданин может быть задержан на срок не более 48 часов.

О задержании составляется протокол, в котором указывается:

- дата, время и место составления протокола;
- должность, фамилия и инициалы сотрудника полиции, составившего протокол;
- сведения о задержанном, дата, время, место, основания и мотивы задержания;
- ставится подпись сотрудника полиции, который его составил.

Если вас задержали и составили протокол, вас попросят его подписать.

Не подписывайте протокол, если вы его не читали, не понимаете его содержания или не согласны с тем, что в нем написано. Обязательно изложите свою точку зрения в протоколе – для этого выделено специальное поле. Для ознакомления с протоколом на родном языке вы вправе потребовать переводчика.

Если вы не согласны с содержанием протокола, напишите «С протоколом не согласен» и укажите, почему. Например: «потому что не совершал описанные в протоколе действия». Если вы плохо понимаете по-русски и вам не предоставили переводчика, вы можете написать это в протоколе (на русском или вашем родном языке). Например: «текст протокола на русском не понимаю».

В суде ваши замечания, указанные в протоколе, обязательно будут приняты во внимание как важное доказательство.

Только после составления протокола о задержании на вас может быть составлен протокол об административном правонарушении.

Если вы отказались подписать протокол, в протоколе сотрудник полиции обязательно делает об этом запись (п.15 ст.14 Закона «О полиции»).

Обязательно попросите выдать вам копию протокола – полицейские должны это сделать по вашему требованию (п.15 ст.14 Закона «О полиции»).

Протокол об административном правонарушении в сфере миграции может быть составлен только сотрудниками Управления по вопросам миграции. Составление протокола не означает, что вы должны заплатить штраф – ваше дело должно быть рассмотрено в вашем присутствии в суде либо в районном отделении УВМ МВД. По итогам рассмотрения вам должны выдать постановление, которое вы должны выполнить либо обжаловать в суде в течение 10 дней.

Сотрудники полиции не имеют права забирать ваши документы в залог оплаты штрафа или иного платежа – это незаконно (ст. 19.17.КоАП РФ)

Требование оплатить штраф без постановления – незаконно.

ПОЛЕЗНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

migrantlenobl.ru – Сайт и мобильное приложение для трудовых мигрантов и членов их семей комитета по местному самоуправлению, межнациональным и межконфессиональным отношениям Ленинградской области «Добро пожаловать в Ленинградскую область!» (информация о миграционном и трудовом законодательстве, возможностях получения помощи, полезные контакты на русском, таджикском и узбекском языках)

гувм.мвд.рф – сайт Главного управления по вопросам миграции МВД России

studyinrussia.ru – Учиться в России: сайт Министерства науки и высшего образования РФ для иностранных студентов и абитуриентов

rs.gov.ru – сайт Федерального агентства по делам СНГ, соотечественников, проживающих за рубежом, и по международному гуманитарному сотрудничеству «Россотрудничество»

tt47.ru – сайт о государственной программе по оказанию содействия добровольному переселению в Ленинградскую область соотечественников, проживающих за рубежом

trudvsem.ru – общероссийская база вакансий «Работа в России»

aiss.gov.ru – Автоматизированная информационная система «Соотечественники»

migrussia.ru – «Мигранты и миграция. Межрегиональный информационный портал» – советы по адаптации и правовой поддержке, полезные контакты

culture.ru – «Культура.РФ» — гуманитарный просветительский проект Министерства культуры России

psi.mchs.gov.ru – Интернет-служба экстренной психологической помощи МЧС России

ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ В ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Телефон горячей линии для иностранных граждан (бесплатное правовое консультирование):
8 953 141 31 09

Комитет по местному самоуправлению, межнациональным и межконфессиональным отношениям Ленинградской области

msu.lenobl.ru/ru

msu@lenreg.ru

тел.: 8 (812) 539-52-33

Многофункциональные центры предоставления государственных услуг (МФЦ)

Единая справочная служба МФЦ: 8 (800) 500-00-47

Список МФЦ Ленинградской области: mfc47.ru

Управление по вопросам миграции ГУ МВД России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области

78.мвд.рф/mstel. 8 (812) 573-37-22, 8 (812) 573-30-02
8 (812) 596-36-02 – по вопросам оформления разрешения на временное проживание и вида на жительство
8 (812) 318-06-38 – по вопросам получения разрешения на работу иностранному гражданину

*Поиск работы в Ленинградской области и содействие
в трудоустройстве иностранных граждан*

Комитет по труду и занятости населения Ленинградской области

job.lenobl.ru/ru

тел.: 8 (812) 539-49-11

Центр занятости населения Ленинградской области:

www.czn47.ru

тел.: 8 (812) 630-47-47, 8 (800) 350-47-47

Защита прав

Государственная инспекция труда в Ленинградской области

git47.rostrud.gov.ru

тел.: 8 (812) 612-70-34

Прокуратура Ленинградской области

prokuratura-lenobl.ru

тел.: 8 (812) 429-77-55

Уполномоченный по правам человека Ленинградской области (контроль соблюдения прав иностранных граждан сотрудниками государственных органов):

www.ombudsman47.ru

тел.: 8 (812) 296-60-13

Уполномоченный по правам ребёнка Ленинградской области (контроль соблюдения прав детей):

47deti.ru

тел.: 8 (812) 400-36-49

Медицинская помощь

Скорая помощь: 03 со стационарного телефона, 103 с мобильного телефона

Комитет по здравоохранению Ленинградской области (сложности с получением медицинской помощи):

health.lenobl.ru

тел.: 8 (812) 679-60-04

Территориальный орган Росздравнадзора по г. Санкт-Петербургу и Ленинградской области (сложности с получением медицинской помощи):

78reg.roszdravnadzor.gov.ru

тел.: 8 (812) 314-67-89

Подготовка текста:
БФ «ПСП-фонд»

Автор-составитель: Якимов А.Н.
Редактор: Панич Б.Л.

Изготовлено в рамках проекта «Школа мигранта.
Добро пожаловать в Ленинградскую область»
комитета по местному самоуправлению, межнациональным и
межконфессиональным отношениям Ленинградской области.

Подписано в печать:
Тираж 300 экз. Заказ №

Отпечатано в типографии «L-PRINT»
192007, Санкт-Петербург,
Лиговский пр., 201, лит. А, пом. 3Н.



БФ «ПСП-ФОНД»

