

Ознакомление с законодательством, социальной и культурной адаптацией для иранских студентов, обучающихся в России.

راهنمای زندگی و تحصیل در روسیه

آشنایی با قوانین، فرهنگ و آداب و رسوم

В чужой монастырь со своим уставом не ходят



Ознакомление с законодательством, социальной и
культурной адаптацией для иранских студентов,
обучающихся в России.

راهنمای زندگی و تحصیل در روسیه،

آشنایی با قوانین، فرهنگ و آداب و

رسوم مردم روسیه

تهیه کنندگان:

مهدی فراشيانی

حامد فراشيانی

2025

محتوا

3.....	مقدمه
5.....	گذرنامه یا پاسپورت
8.....	اخذ روادید کشور روسیه
10.....	دعوتنامه جهت تحصیل در روسیه
13.....	خرید بلیت هواپیما
21.....	نکات مهمی که قبل از ورود به روسیه
27.....	میگريشن کارت یا کارت مهاجرت
29.....	برگه رجیستر محل سکونت
36.....	تمدید ویزا دانشجویی
38.....	تمدید پاسپورت در روسیه
41.....	کارت سبز چیست؟
42.....	تایید مدارک تحصیلی در ایران
44.....	تحصیل در روسیه
47.....	راه های دریافت اقامت روسیه
51.....	کار حین تحصیل برای دانشجویان در روسیه
53.....	خرید سیمکارت برای شهروندان خارجی
54.....	قوانین مهمی که باید قبل از سفر به روسیه بدانید
60.....	لیست مواد مخدر
64.....	آشنایی با فرهنگ روسیه
67.....	رفتارهای اجتماعی
74.....	رفتار ها در محیط دانشگاه
78.....	ادب و رسومی و نکات مهم درباره زندگی در روسیه
80.....	باورهای و خرافات در بین مردم روسیه
81.....	فرهنگ لغات کلمات کاربردی در محیط دانشگاه

مقدمه

در این کتابچه راهنما تصمیم گرفتیم که با استفاده از تجربیات چندین ساله شخصی تحصیل و زندگی در روسیه و همچنین مشاوره با مسئولین دانشگاهی و مراجعه به قوانین بروز شده مهاجرتی روسیه نکات مهم را جمع‌آوری نماییم تا کسانی که برای تحصیل به روسیه سفر می‌کنند و حتی کسانی که به صورت گردشگری یا تجارت و کار به روسیه سفر می‌کنند از این تجربیات استفاده کنند. در این مجموعه در کنار تجربیات شخصی خود که شامل قوانین و باید‌ها و نبایدهای زندگی در روسیه است به آداب و رسوم این کشور نیز پرداخته شده است. آشنایی با آداب و سنن یکی از بخش‌های مهم زندگی در یک کشور است. دانش آداب و سنن است که باعث می‌شود که دید بهتری نسبت به مردم یک کشور به دست‌آوریم. خیلی از سوء برداشتها که زندگی در یک کشور را به برای ما گاه‌آ تلخ و ناخوشایند می‌کند از آنجا نشأت می‌گیرد که به علت عدم آشنایی به آداب اجتماعی حاکم در یک کشور، رفتاری را انجام می‌دهیم که برای میزبان ما گاه‌آ بی‌ادبی و بی‌احترامی و حتی توهین تلقی می‌شود. و به طبع آن طرف مقابل نیز رفتار ناخوشایندی نشان می‌دهد و در نهایت باعث بدبینی و ناراحتی دو طرف می‌شود. همانطور که ما در کشور خود آداب و سننی داریم که نادیده گرفتن آن از طرف شخص دیگر برای ما توهین تلقی می‌شود برای مردم روسیه و هر کشور دیگری نیز شرایط به همین صورت است. شاید برای نشان دادن اهمیت این نکته یک مثال ساده خالی از لطف نباشد.



در کشور روسیه اگر کسی با لباس مانند کاپشن در محیط سر بسته مثل جلسه درس حاضر شود بسیار حرکت ناپسندی محسوب می شود. در صورت که در فرهنگ ما اصلاً چنین نیست. و شما با توجه به عدم آگاهی از این نکته وارد کلاس می شوید. در اولین برخورد استاد از این حرکت شما ناراحت شده و با لحن نه چندان دوستانه به شما تذکر می ده که لباس خود را تحویل دهید و بعد به کلاس برگردید. شما با توجه به عدم دانش از این موضوع از دست استاد ناراحت می شود که با شما به عنوان یک دانشجو خارجی رفتار نژاد پرستانه داشته و سوء برداشت باعث دلخوری متقابل می شود و زمینه ساز برخوردها و مشکلات بعدی را فراهم می آورد.

در این مجموعه علاوه بر آداب و سنن روسیه به قوانین روسیه نیز به طور کامل و جامع پرداخته ایم. قوانینی که شما به عنوان یک فرد خارجی باید بدانید و عدم دانش از این قوانین برای شما خطرات بسیار جدی را ایجاد می کند. در روسیه ضرب المثلی هست با این مفهوم که "عدم آشنایی با قوانین از شما صلب مسئولیت نمی کند". عدم رعایت بعضی از قوانین ممکن است برای شما خطرات دیپور شدن و حتی زندانی شدن را به همراه داشته باشد. البته در همینجا باید به این نکته توجه داشته باشید که این قوانین در زمان نگارش این مجموعه است و در آینده ممکن است بعضی از این قوانین دچار تغییرات شود. پس همیشه باید سعی کنید از آخرین تغییرات قوانین آگاهی یابید. یکی از بهترین مراجع برای کسب آخرین قوانین روسیه مراجعه به شرکت و موسسه ای است که به عنوان راهنمای شما در طول مسیر پذیرش و تحصیل در دانشگاه های روسیه همراه شما بوده است.



گذرنامه یا پاسپورت - Заграничный паспорт

همه ما می دانیم برای سفر به خارج از کشور اولین مدرکی که باید تهیه کنیم گذرنامه است. گذرنامه توسط اداره گذرنامه جمهوری اسلامی ایران صادر می شود. شما با مراجعه به اداره پلیس +10 می توانید اقدام به دریافت گذرنامه نمایید. مدارک لازم برای گرفتن پاسپورت:

- فرم صدور گذرنامه
- اصل کارت ملی و شناسنامه (شناسنامه عکس‌دار برای افراد بالای ۱۵ سال)
- تصویر بیومترکی (پلیس +10)
- حضور افراد زیر ۶ سال و یک قطعه عکس
- گواهی اشتغال به تحصیل و دفترچه بیمه برای افراد زیر ۱۵ سال
- مجوز محضری برای افراد کمتر از ۱۸ سال از سمت پدر یا قیم قانونی دیگر
- اصل و کپی کارت پایان خدمت (یا معافیت) برای آقایان
- مجوز محضری همسر برای بانوان متأهل



صدور پاسپورت برای آقایان مشمول به خدمت سربازی

تعداد قابل توجهی از متقاضیان تحصیل در خارج از کشور آقایان هستند که اکثراً مشمول می باشند. تا سال 1403 تنها برای کسانی که تصمیم به تحصیل در مقاطع ارشد و بالاتر در خارج از کشور را داشتند امکان گرفتن مرخصی تحصیل فراهم بود. متقاضیان تحصیل در مقطع کارشناسی و همچنین پزشکی یا دندانپزشکی و داروسازی باید موقتاً در یک دانشگاه داخلی ثبت نام می کردند. بعد از آن گواهی اشتغال به تحصیل را به اداره نظام وظیفه تحویل می دادند و با پرداخت وثیقه به مبلغ 30 میلیون تومان اجازه خروج موقت یک ماهه دریافت می کردند. با آن اجازه خروج می توانستند از کشور خارج شوند. اما از آنجایی که این اجازه برای خروج موقت یک ماهه بوده بعد از گذشت یک ماه وثیقه بانکی ضبط می شد و در صورت ورود به کشور دیگر اجازه خروج مجدد نداشتند.

این محدودیت ورود تا سه سال ادامه داشت. بعد از سه سال اقامت در خارج از کشور می توانستند به صورت محدود رفت و آمد کنند. چرا که طبق قانون هر ایرانی ذکور که مقیم خارج از کشور باشد (بیش از سه سال اقامت در کشوری را داشته باشد) ولی کارت پایان خدمت نداشته باشد می تواند هر سال دو مرحله و جمعا به مدت سه ماه به ایران سفر کند.

مرخصی تحصیلی برای دانشجویان پزشکی

اما در سال 1403 قانونی تصویب شد که به دانشجویان مقطع کارشناسی خارج از کشور نیز مرخصی تحصیلی تعلق می گیرد. فقط شرط این است که دانشجو در زمان تقاضا سرباز فراری نباشد و از یکی از دانشگاه های مورد تایید



وزارت علوم یا بهداشت جمهوری اسلامی ایران پذیرش تحصیلی دریافت نماید. با این قانون دیگر نیاز به سه سال ماندن در خارج از کشور نیست و دانشجو تا پایان تحصیل هر سال می تواند به ایران سفر نماید.

از آنجایی که همیشه امکان تغییر قوانین وجود دارد بهتر است قبل از اقدام به سفر به ایران از سفارت ایران در کشور محل اقامت سوال نمایید.

اعتبار گذرنامه جهت گرفتن ویزای از کشور روسیه

گذرنامه در زمان صدور 5 سال اعتبار دارد. طبق قوانین اکثر کشورها زمانی که شما درخواست ویزا می دهید باید پاسپورت شما بیش از 6 ماه اعتبار داشته باشد. اما در مورد کشور روسیه این میزان بیشتر است. زمانی که شما درخواست ویزای روسیه را دارید، جدا از این که نوع ویزا تحصیلی یا گردشگری یا کاری باشد، گذرنامه شما باید بیش از 18 ماه اعتبار داشته باشد. به همین خاطر پیشنهاد می کنیم قبل از اقدام به دریافت ویزای، در صورتی که از مدت اعتبار پاسپورت شما کمتر از دو سال مانده است حتما در ابتدا پاسپورت خود را تعویض و بعد از آن اقدام به اخذ روادید نمایید.



اخذ روادید کشور روسیه - Виза

به طور کلی شما به چند روش و بسته به این که با چه هدفی تصمیم به مسافرت به روسیه را دارید می توانید روادید یا ویزای روسیه را بگیرید.

ویزای توریستی – همانطور که از نامش پیداست برای کسانی که با هدف گردشگری به روسیه سفر می کنند صادر می شود. این ویزا بسته به زمان سفر شما و حداکثر برای مدت یک ماه صادر می شود. از سال 1402 یک نوع ویزای توریستی الکترونیک نیز صادر می شود که فقط برای حداکثر 8 روز اعتبار دارد.



ویزای تجاری – این نوع ویزا برای کسانی است که با هدف تجارت به روسیه سفر می کنند. دو نوع ویزای تجاری وجود دارد. ویزای تجاری سه ماهه و یک ساله. در ویزای تجاری یک ساله شما هر شش ماه فقط جمعا 90 روز می توانید در خاک روسیه باشید.



ویزای کاری - برای کسانی که با هدف کار به روسیه سفر می کنند صادر می شود. شما ابتدا باید از محل کار خود در روسیه دعوتنامه دریافت کنید. با داشتن دعوتنامه در کنسولگری روسیه یا ویزا سنتر روسیه در تهران ویزای کاری می گیرید. توجه داشته باشید که طبق قانون، شما با این ویزا تنها اجازه کار کردن در شرکتی را دارید که برای شما دعوتنامه صادر کرده است و در ویزا نام آن شرکت قید شده است.

ویزای ترازیت - این ویزا برای کسانی است که مقصد سفر آن روسیه نیست و فقط از طریق روسیه تصمیم به سفر به کشور دیگری را دارند. مدت اعتبار این ویزا کوتاه و حداکثر 3 روز است.

ویزای تحصیلی - این ویزا برای کسانی است که با هدف تحصیل به روسیه سفر می کنند.

مراحل دریافت ویزای تحصیلی روسیه

جهت دریافت ویزای تحصیلی روسیه شما ابتدا باید در یکی از دانشگاه های روسیه ثبت نام کرده باشید. بعد از پذیرش شما، دانشگاه مدارک شما را به اداره مهاجرت روسیه ارسال می کند و بعد از طی مراحل قانونی، بعد از بازه زمانی 45 تا 60 روزه برای شما دعوتنامه صادر می شود. شما با در دست داشتن کپی دعوتنامه به همراه دو قطعه عکس و مبلغ 120 دلار به ویزا سنتر مراجعه و بعد از تکمیل مدارک و دریافت بیمه، درخواست ویزای تحصیلی می دهید. مطابق دعوتنامه برای شما ویزای تحصیلی سه ماهه صادر می شود. بعد از حضور در روسیه ویزای سه ماهه تحصیلی توسط خود دانشگاه تبدیل به ویزای یک سال تحصیلی می شود.

دعوتنامه جهت تحصیل در روسیه

همانطور که اشاره کردیم برای گرفتن ویزای تحصیلی روسیه نیاز به دعوتنامه است. این دعوتنامه تا چند سال پیش به صورت فیزیکی صادر می شد و از طریق پست برای شما ارسال می شد. اما چند سالی هست که دعوتنامه به صورت الکترونیک صادر می شود و کافی است که شما کپی دعوتنامه را به سفارت روسیه تحویل دهید.

زمان دریافت دعوتنامه به چند نکته توجه داشته باشید. در دعوتنامه معمولاً اسم شخص نوشته نمی شود. اما اطلاعات پاسپورت مانند شماره پاسپورت – تاریخ تولد – تاریخ صدور پاسپورت قید می شود. حتماً بررسی کنید که مشخصات ذکر شده در دعوتنامه با اطلاعات شخصی شما مطابقت داشته باشد. در صورت مغایرت اطلاعات، قبل از مراجعه به سفارت حتماً به دانشگاه اعلام نمایید تا دعوتنامه شما اصلاح شود.

دعوتنامه از زمان صدور 90 روز اعتبار دارد و شما بعد از سفر به روسیه توسط دانشگاه ویزای تحصیلی یک ساله دریافت می کند. توجه داشته باشید که باید زمانی که 45 روز از اعتبار دعوتنامه شما مانده است به دانشگاه مراجعه کنید و اقدام به تمدید ویزا نمایید. در صورتی که زمان کمی از اعتبار ویزای اولیه شما مانده باشد ویزا تمدید نخواهد شد و شما مجبور به ترک خاک روسیه خواهید بود.



[illegible]

ویزای سینگل (تک سفر) یا مولتی

ویزای تحصیلی اولیه که توسط سفارت روسیه در ایران صادر می شود سینگل است یعنی با آن ویزا شما تنها یک بار می توانید وارد خاک روسیه شوید و بعد از خروج باطل می شود. اما بعد از تمدید ویزا توسط دانشگاه ویزای مولتی به شما داده می شود که با آن ویزا شما می توانید به دفعات از روسیه خارج و مجدد وارد شوید (البته تا پایان اعتبار ویزا).

مدت زمان صدور ویزای تحصیلی روسیه

بعد از تکمیل و تحویل مدارک به ویزا سنتر یا کنسولگری جهت دریافت ویزای تحصیلی روسیه به سه صورت می‌توانید درخواست صدور ویزا نمایید.

- ویزای عادی که معمولاً بین یک هفته تا 10 روز طول می کشد تا صادر شود.
- ویزای نیمه فوری که بین 3 تا 7 روز صادر می شود.
- ویزای فوری که بین یک تا سه روز صدور آن زمان می برد.



بعد از دریافت ویزا مجدد اطلاعات خود را بررسی کنید که تمام اطلاعات پاسپورت در ویزا درست ثبت شده باشد. در صورت مغایرت در اطلاعات حتما به کنسولگری اطلاع دهید تا ویزای شما اصلاح شود. در صورت مشکل دار بودن ویزا از زمان کنترل پاسپورت در روسیه به مشکل بر میخورید و مجبور به برگشت به ایران خواهید شد.



خرید بلیت هواپیما - Билет на самолет

بهتر است تا زمانی که ویزای شما صادر نشده است اقدام به خرید بلیت نفرمایید و یا بلیتی تهیه کنید که قابل استرداد باشد. چرا که همانطور که اشاره شد گاهی ممکن است اطلاعات ثبت شده در ویزا مشکل داشته باشد و شما ناچار هستید چند روز بیشتر صبر کنید تا ویزای شما اصلاح شود.

سفر به روسیه معمولاً از طریق هوایی صورت میگیرد. پروازهای تهران به مسکو چند روز در هفته انجام می شود. جهت پرواز به مسکو می توانید از شرکت های هواپیمایی ماهان یا ایرفلوت روسیه استفاده کنید. برای سفر به شهرهای دیگر روسیه معمولاً پرواز مسقیم وجود ندارد و شما باید به صورت ترانزیت از مسکو یا از مسیرهای دیگر (ترکیه یا امارت) استفاده کنید.

نکات مهم درباره سفر هوایی به روسیه

یکی از نکات مهمی که زمان خرید بلیت هواپیما باید به آن توجه داشته باشید میزان بار مجاز مسافر است. معمولاً پروازهای ایرانی مثل ماهان بار مجاز چمدان با حداکثر 30 کیلو وزن و یک کیف دستی یا کوله پشتی با وزن حداکثر هفت تا ده کیلو گرم است.

در پروازهای روسیه معمولاً محدودیت بار خیلی بیشتر است. پروازهای ایرفلوت روسیه معمولاً میزان بار مجاز یک چمدان با وزن حداکثر 23 کیلو و یک کیف دستی است. در بعضی از خطوط هوایی بلیت بدون بار فروخته می شود و شما حتماً برای بار خود باید هزینه اضافه پرداخت کنید و این مبلغ گاهی



از مبلغ خود بلیت بیشتر می شود. پس حتما قبل از خرید بلیت به این نکته توجه داشته باشید.

یک محدودیت جدی که در بار مسافر در روسیه وجود دارد ابعاد و تعداد چمدان است. مثلا وقتی گفته می شود چمدان تا 23 کیلوگرم یعنی شما تنها مجاز به حمل یک چمدان با حداکثر بار 23 کیلوگرم هستید و نمیتوانید مثلا یک چمدان 10 و یک چمدان 13 کیلویی همراه داشته باشید. در مورد ابعاد نیز به همین صورت است. معمولا در بلیت قید شده است که طول و ارز و ارتفاع مجاز چمدان چقدر است. در فرودگاه های روسیه در کنار کانتینر پرواز باکسهای قرار گرفته که چمدان شما را داخل آن گذاشته و اگر ابعاد چمدان شما حتی چند سانتیمتر بزرگتر باشد باید جریمه پرداخت نمایید.



از نکات مهم دیگر در پرواز هوایی، بار مجاز در چمدان و کیف دستی شما است. در پروازها، مسافر اجازه ندارد مایعات در ظروف بیشتر از 100 میلی لیتری در کیف یا کوله که به همراه خود به داخل هواپیما می برد قرار دهد. البته می تواند چند بسته کمتر از 100 میلی لیتری همراه داشته باشد به شرط این که جمع آنها کمتر از یک لیتر باشد. به همین خاطر اگر عطر، شامپو، کرم یا بطری آب همراه دارید قبل از تحویل بار باید مایعات را در داخل چمدان

قرار دهید. بارها در فرودگاه شاهد هستیم که افراد عطر و لواز آرایشی گرانقیمت خود را دور میریزند. چرا که چمدان را تحویل داده اند و زمان سوار شدن به هواپیما در کنترل متوجه می شوند که حجم لوازم آرایشی بیشتر از 100 میلی لیتر بوده است.



یکی دیگر از وسایل که باید به آن توجه داشته باشید باطری های الکترونیکی مانند پاور بانک هست. این وسایل برعکس مایعات نباید در چمدان باشد. اگر پاوربانک همراه دارید حتما باید در کیف دستی قرار دهید که همراه خود به داخل هواپیما می برید.

همراه داشتن وسایل خطرناک یا تیز مانند چاقو یا قیچی به داخل کابین ممنوع است و باید حتما در چمدان قرار داده شود.

نکات مهم قبل از پرواز

توجه داشته باشید که طبق قوانین در پروازهای بین الملل شما باید حداقل سه ساعت قبل از پرواز در فرودگاه حضور داشته باشید. و معمولا 40 دقیقه قبل از پرواز تمام گیتها بسته شده و به شما کارت پرواز داده نمی شود. چرا گفته شده است سه ساعت قبل از پرواز؟ چون گاهی صف کنترل و دریافت کارت



پروازها ها طولانی است و پروسه کنترل پاسپورت نیز زمان بر است و شما گاهی تا یک ساعت در صف می مانید.

پرداخت عوارض خروج

یکی از نکات مهم در پروازهای خارجی پرداخت عوارض خروج است. مبلغ عوارض خروج بسته به تعداد دفعات شما در یک سال متغیر است. در آخرین تغییرات مبلغ خروج در سفر اول 675 هزار تومان است. شما می توانید از طریق کارت بانکی در دستگاه هایی که در فرودگاه قرار دارند اقدام به پرداخت عوارض خروج از کشور نمایید.

نوع سفر	سفر اول (تومان)	سفر دوم (تومان)	سوم به بعد (تومان)
سیاحتی	675.000	1.012.500	1.350.000
حج	223.000	334.500	446.000
زائرین	60.000	60.000	60.000

گیت پرواز و خروج

زمان ورود به فرودگاه، در روی تابلوهای راهنمایی می توانید مشاهده نمایید که به کدام گیت مراجعه کنید تا بتوانید بار خود را تحویل دهید و کارت پرواز تهیه نمایید. بعد از دریافت کارت پرواز روی کارت پرواز شما گیت جهت سوار شدن به هواپیما و شماره صندلی شما قید شده است. بعد از دریافت کارت پرواز به باجه کنترل پاسپورت مراجعه می کنید. بعد از عبور از کنترل پاسپورت در سالن انتظار روی تابلو شماره گیت نوشته شده است. گاهی اتفاق می افتد که گیتی که روی کارت پرواز شما نوشته شده با گیت روی تابلو متفاوت



است. این به خاطر این است که به هر دلیلی در لحظه آخر مسیر ایستگاه هواپیما تغییر کرده است. به همین خاطر شما تنها به شماره روی کارت پرواز اتکا نکنید و در سالن پرواز مجدد شماره گیت خود را کنترل کنید. در سال انتظار معمولاً چند دقیقه با سوار شدن به هواپیما مجدد روی تابلو کنار درب خروجی شماره پرواز و مقصد مشخص می شود. در نهایت قبل از سوار شدن به هواپیما مجدد کارت پرواز شما کنترل می شود و بعد از آن شما سوار هواپیما شده و رو صندلی که رو کارت پرواز مشخص شده است می نشینید.



پرواز ایرانی یا خارجی

با توجه به تجربه شخصی انتخاب من در بین پروازهای ایران و خارجی در صورتی که قیمت یکسانی داشته باشند یا اختلاف قیمت زیاد نباشد پرواز ایرانی است. از مزایای پروازهای ایران همانطور که در بالا اشاره شد سختگیری کمتر در بار است. اجباری نیست که حتماً یک چمدان داشته باشید و معمولاً ابعاد بار هم اندازه گیری نمی شود. حتی در صورت داشتن اضافه بار هزینه جریمه اضافه بار کمتر از پروازهای خارجی است و به طور کلی سختگیری کمتر است.



از نکات مثبت دیگر پروازهای ایرانی پذیرایی است. در خیلی از پروازهای خارجی پذیرایی فقط با پرداخت هزینه مجزا امکان پذیر است. ولی غالبا در پروازهای ایرانی پذیرایی رایگان است.

البته یکی دیگر از امتیازات پروازهای ایرانی سهولت در ارتباط با مهماندار است. بخصوص اگر آشنایی با زبان انگلیسی ندارید خیلی سخت می توانید در صورت نیاز با مهماندار ارتباط برقرار کنید. البته معمولا نیاز به ارتباط با مهماندار خیلی کم احساس می شود و اگر شما با پرواز خارجی مسافرت می کنید خیلی نگران این نکته نباید باشید.

البته بعضی افراد هم پروازهای خارجی را ترجیه می دهند. شاید یکی از نکات مثبت در پروازهای شرکت های خارجی به روز بودن سیستم ناوگان هوایی آن است.

چه وسایلی به همراه خود به روسیه ببریم؟

البته این بستگی به این دارد که شما با چه هدفی به روسیه سفر می کنید. اگر شما به عنوان یک توریست سفر می کنید شاید خیلی نیاز به همراه داشتن وسایل خاصی نیست. یک کتابچه راهنمای سفر و یکی دو عدد داروی مسکن و سرماخوردگی (بدون کدئین) و چند دست لباس کافی باشد.

اما اگر به عنوان دانشجو به روسیه سفر می کنید پیشنهاد می کنیم:

- مدارک تحصیلی؛
- چند دست لباس گرم زمستانی ؛
- کتاب فرهنگ لغت روسی به فارسی کوچیک و بزرگ ؛



- اگر داروی خاصی مصرف می کنید به همراه نسخه انگلیسی پزشک؛
- در صورت امکان مقدار کمی روبل (بیشتر سعی کنید دلار همراهتون باشه)؛
- نصب اپ های مفید مثل یاندکس مپ و یاندکس تاکسی؛

مسیر باب و نقشه شهر یاندکس	ЯНДЕКС КАРТЫ	
تاکسی اینترنتی یاندکس	ЯНДЕКС ТАКСИ	
نقشه مپرو	КАРТА.МАПР	
سایت خرید اینترنتی انواع کالا	ОЗОН	
نرم افزار بانکی اسبر	СБЕР	
دستگاه اجاره پاور بانک	ВЕРН ДЕНЕГ	
برنامه سفارش غذا اینترنتی	DELIVERY CLUB	

میزان پول همراه مسافر

طبق قانون جمهوری اسلامی ایران هر مسافر زمان خروج از کشور می تواند حداکثر مبلغ 5 هزار دلار یا معادل آن همراه داشته باشد.

طبق قانون روسیه اگر مبلغ همراه شما کمتر از ده هزار دلار (جمع کل مبالغ ارزی) باشد می توانید بعد از کنترل پاسپورت در روسیه از سالن سبز عبور کنید.

اما اگر مبلغ همراه شما بیشتر از 10 هزار دلار است یا اشیاء گرانقیمت همراه دارید باید وارد سالنی که با رنگ قرمز مشخص شده است شوید و در آنجا فرم تکمیل کنید و در آن فرم مبالغ و اشیاء گرانبهایی که همراه دارید را وارد کنید.



در صورتی که مبلغ همراه شما بیشتر از ده هزار دلار باشد و شما از سال سبز عبور کنید. در صورتی که مامور فرودگاه وسایل شما را کنترل کند و متوجه شود که مبلغ همراه بیشتر از ده هزار دلار است پول شما ضبط شده و شما باید جریمه نیز پرداخت کنید.

نکته مهم زمان تهیه دلار

برای سفر به روسیه بهتر است که بیشتر مبلغ همراهی شما به دلار باشد چرا که تهیه روبل در ایران دشوار است و معمولا خیلی گرانتر از قیمت واقعی فروخته می شود. دلار را حتما از صرافی معتبر تهیه کنید و زمان دریافت دلار توجه داشته باشید که حتما دلار قدیمی نباشد. اصطلاحا دلار ابی باشد و خط خوردگی یا پارگی یا مهر صرافی روی آن نباشد.

دلارهای قدیمی یا داری مهر و خط خوردگی اضافه در روسیه خیلی سخت تبدیل می شود و معمولا مبلغی از آن کسر می شود.

راه هایی برای انتقال پول از ایران به روسیه وجود دارد که در بخش بعد به صورت کامل به آن می پردازیم.



نکات مهمی که قبل از ورود به روسیه

قبل از این که وارد روسیه شوید باید به یک سری باید ها و نبایدها توجه داشته باشید تا در فرودگاه و کنترل پاسپورت در روسیه دچار مشکل نشوید. در ادامه به چند مورد از وسایل که ورود آنها به خاک روسیه ممنوع است اشاره می کنیم:



ورود یا خروج مواد زیر از خاک روسیه ممنوع است

- همراه داشتن اطلاعات مربوط به گروهک های تروریستی در هر قالب اطلاعاتی مانند نوشته – فایل صوتی – فیلم و ...
- عکس و فیلم مستهجن با هدف نشر یا فروش
- نشریه و عکس و فیلم یا هر چیزی که با هدف اختشاشات علیه دولت یا حذب سیاسی استفاده می شود
- عکس و فیلم و نشریه که با هدف ایجاد اختلافهای قومی مذهبی تهیه شده است
- هر اطلاعاتی که سیاست – سلامت – اخلاق و امنیت روسیه یا کشور دیگری را به خطر می اندازد
- همراه داشتن سلاح یا قطعات اصلی سلاح یا فشنگ
- موادی که باعث تخریب لایه اوزن می شود
- الاینده های آلی دیرپا طبق کنوانسیون استکهلم



- وسایل اکتشاف و استخراج آبریزان و مواد شیمیایی موجود در آبها
- الکل و مواد الکل دار بیش از 5 لیتر برای هر نفر بالای 18 سال
- بیش از 200 نخ سیگار یا 50 نخ سیگار برگ یا 250 گرم تنباکو برای هر فرد بالای 18 سال

همچنین خروج مواد زیر از خاک روسیه ممنوع است:

- زباله یا بازمانده مواد خطرناک که برای سلامتی انسان و محیط زیر خطرناک است
- وسایل و ادوات شنود و فیلمبرداری و جمع آوری مخفیانه اطلاعات مثل میکروفتنهای جاسوسی یا وسایل مشابه
- مواد هسته ای یا اغشته به اورانیوم
- مواد مخدر و داروهای روان درمانی و همچنین داروهای خطرناک – بجز مقدار کم برای مصرف شخصی
- اعضا و ارگانهای بدن انسان
- شمش های فلزات و فلزات گرانبها به صورت خام
- مواد معدنی و سنگ های پرداخت نشده
- اطاعات مربوط به لایه ها و هسته زمین
- بذر و گیاه های دارویی خودرو در روسیه
- حیوانات و گیاهان وحشی بومی روسیه

ارسال مواد زیر از طریق پست ممنوع است

- الکل و مواد الکل دار و مشروبات
- انواع دخانیات
- هر نوع اسلحه، فشنگ یا قطعات سلاح
- مواد رادیواکتیوی



- آثار فرهنگی
- مواد فاسد شدنی
- انواع حیوانات (به استثناء چند مورد خاص)
- گیاه و بذر گیاه
- سنگهای گرانبه به هر فرمی
- مواد روانگردان و مواد مخدر
- مواد آلاینده لایه اوزن

زمان رد شدن از گمرک مرزی (بعد از کنترل پاسپورت و تحویل بار) دو مسیر وجود دارد. یکی با رنگ سبز مشخص شده است و یکی با رنگ قرمز. اگر وسایلی دارید که نیاز به اظهار نامه مالیاتی دارد حتما باید از مسیر قرمز وارد شده و آنجا اظهار نامه تکمیل نمایید. موارد زیر نیاز به ثبت اظهار نامه دارد. توجه داشته باشید که بعضی از وسایل نیاز به داشتن مجوز خاصی است و تنها ثبت اظهار نامه کافی نیست. مانند صلاح که فقط مامورین و اشخاص مشخصی با داشتن مجوز اجازه حمل آن را دارند.



- داروهای قوی که نیاز به نسخه پزشک دارد
- انواع صلاح که نیاز به مجوز دارد
- آثار هنری و تاریخی
- حیوانات و گیاهان در حال انقراض



- دخیانیات با حجم بالا (بیش از 200 نخ سیگار و 50 نخ سیگار برگ و 250 گرم تنباکو)
- وسایل گرانبهای با بیش از 10 هزار دلار یا بالای 50 کیلوگرم
- پول نقد به مبلغ 10 هزار دلار به بالا

طبق بخشنامه در حال حاضر خروج سنگهای قیمتی با جمع مبلغ بیش از 25 هزار دلار و پول نقد بیش از 10 هزار دلار و محصولات دریایی بیش از 5 کیلوگرم و خاویار بیش از 250 گرم از خاک روسیه کلا ممنوع است.

وسایلی که پیشنهاد همراه خود به روسیه نبریم

یکی از مشکلاتی که در چند سال اخیر بیش از پیش مورد توجه مرزبانی روسیه قرار گرفته است تعداد زیاد مهاجرانی است که به صورت غیر قانونی از طریق روسیه به کشورهای حوزه اسکاندیناوی مهاجرت می کنند. همه ساله تعدادی مهاجر از کشورهای مانند ایران ، افغانستان، عراق، یمن و چند کشور دیگر با انواع ویزا به روسیه سفر و از روسیه به صورت غیر قانونی به کشور ثالث مهاجرت می کنند. به همین خاطر مرزبانی روسیه ایرانیانی که به این کشور سفر می کنند را با دقت بیشتری مورد بررسی قرار می دهند تا مطمئن شوند شخص قصد مهاجرت به کشور ثالث را ندارد. مواردی که گاهی در مرزبانی مورد بررسی قرار می گیرد:

بار همراه مسافر

گاهی در صورت مشکوک شدن مامور فرودگاه از شما میخواهد که بار خود را به آنها نشان دهید. مواردی مانند داشتن تعداد زیادی غذای آماده یا وسایل کمپ و سفر بیرون شهری باعث می شود که این ظن تقویت شود که سفر شما



به روسیه با هدفی غیر از آن بوده که شما ویزا گرفته اید. پس تا جایی که میتوانید از همراه داشتن کنسرو یا وسایل سفر بیرون شهری خودداری کنید.

تلفن همراه شما

یکی از مواردی که در صورت مشکوک شدن توسط فرودگاه روسیه مورد بررسی قرار می گیرد تلفن همراه شما می باشد. بخصوص قسمت گالری و سرچ اینترنتی. مثلا اگر شما در گوشی خود مسیرهای رفتن از روسیه به فنلاند یا نروژ را جستجو کرده باشید و یا در مورد شهرهای مرزی روسیه دنبال اطلاعات بوده اید میتواند این برداشت شود که شاید شما واقعا تصمیم به فرار به کشور دیگری از خاک روسیه را دارید. پس تا جایی که می توانید نباید در تلفن و وسایل شخصی خود این گمان را در ذهن مامور فرودگاه روسیه تقویت کنید.

کارهایی که میتواند کنترل فرودگاه را راحت تر کند

اگر شما مثلا به عنوان دانشجوی به روسیه سفر می کنید همراه داشتن مدارک مربوط به دانشگاه میتواند این اطمینان را به مامور کنترل پاسپورت بدهد که شما واقعا با هدف تحصیل به روسیه سفر کرده اید. مدارکی مانند قرارداد دانشگاه، کپی دعوتنامه، کپی فیش واریزی به حساب دانشگاه، شماره تماس نماینده موسسه اعزام دانشجو در روسیه.

اگر با ویزای گردشگری وارد روسیه شده اید همراه داشتن وچر رزو هتل ، بلیت های رفت و برگشت، شماره تماس آژانس مسافرتی و نماینده آنها در روسیه .



بلیت های رفت و برگشت داخلی در صورتی که به چند شهر روسیه سفر می کنید.

یک نکته مهم این است که همیشه اظهارات شما باید مطابق با نوع ویزای شما باشد. مثلا اگر شما دانشجو هستید و به هر دلیلی با ویزای توریستی وارد روسیه شده اید نمیتوانید بگویید با این ویزا آمده اید که به دانشگاه بروید برای تحصیل. یا اگر با ویزای تجاری وارد روسیه شده اید نمی توانید بگویید من برای کار به روسیه سفر کرده ام. همیشه باید نوع ویزا و اظهارات شما مطابق باشد.

در این جا یک مثال میزنم تا بیشتر منظور خود را منتقل کنم. در چند سال پیش بازیهای جام ملتهای اروپا در روسیه برگزار شد و به مسافرینی که با هدف فوتبال به روسیه می آمدند ویزای ویژه ای داده میشد. در آن زمان به علت کرونا ویزای گردشگری خیلی سخت صادر میشد. بعضی از شرکت های مسافرتی از این روش برای توریستها ویزا میگرفتند. این کار باعث شد که تعداد زیادی از پروازهای ایران به روسیه به طور کاملا برگشت خورد. چرا که مثلا خانم و آقای مسنی که هیچ اطاعتی از فوتبال نداشتند با ویزای ویژه مسابقات وارد روسیه شدند. از خیلی از افراد سوال میشد که شما دقیقا برای دیدن کدام بازی به روسیه آمده اید. و سوالاتی از این قبیل مشخص شده که هدف مسافرین نه مسابقات فوتبال که صرفا گردشگری در روسیه بوده است.



میگریشن کارت یا کارت مهاجرت

در زمان ورود هر شخص خارجی به خاک روسیه در زمان کنترل پاسپورت برگه ای به ابعاد ویزا به مسافر داده می شود که اطلاعات شخصی مانند نام و نام خانوادگی، تاریخ ورود، تاریخ اعتبار ویزا، مرز ورود و اطلاعات ویزا قید شده است. این برگه سفید رنگ به کارت مهاجرت یا میگزیشن کارت معروف است. زمانی که شما پاسپورت خود را به مامور کنترل می دهید این فرم توسط مامور تکمیل و داخل پاسپورت به شما داده می شود. این یکی از مدارک مهم هویتی شما به عنوان یک شخص خارجی در روسیه است. این برگه به همه افراد (توریست یا تاجر یا دانشجو) داده می شود. این برگه در زمان اقامت شما در هتل یا خوابگاه یا زمان تمدید ویزا در دانشگاه یا افتتاح حساب بانکی و خیلی از جاهای دیگر لازم است. پس در حفظ و نگهداری آن کوشا باشید!

[illegible]

نکته مهم در مورد این کارت این است که این کار در هر سفر به روسیه در فرودگاه داده و زمان خروج از کشور از شما گرفته می شود. در صورتی که ویزای شما در روسیه تمدید شود نیاز به تمدید مجدد کارت مهاجرت نیست.

در صورت مفقود شدن کارت مهاجرت باید به نزدیکترین اداره پلیس محل سکونت خود مراجعه نمایید و درخواست صدور المثنی را دهید. پروسه درخواست مجدد کمی زمان بر است و خالی از دردرست نیست پس تا جایی که امکان دارد مواظب باشید تا کارت مهاجرت شما گم نشود.

صدور المثنی کارت مهاجرت

همیشه سعی کنید هر مدرک که میگیرید حداقل یک کپی یا عکس از مدارک خود داشته باشید. این کار باعث میشود که صدور المثنی مدارک راحت تر انجام شود.

در صورت مفقودی کارت مهاجرت جهت دریافت المثنی کارت مهاجرت یا میگریشن کارت باید به نزدیکترین اداره پلیس محل سکونت خود در روسیه مراجعه کنید. پروسه صدور المثنی معمولاً یک هفته طول می کشد.



برگه رجیستر محل سکونت

یکی از مدارک بسیار مهم برای اقامت در روسیه برگه رجیستری محل اقامت است. طبق قانون روسیه تمام افراد باید محل سکونتشان مشخص و در اداره پلیس ثبت شده باشد. این قانون هم شهروندان روسیه و هم افرادی خارجی ساکن در این کشور را شامل می شود. تنها گردشگرانی که کمتر از 7 روز در روسیه اقامت دارند از این امر مستثنا هستند و اجباری به داشتن رجیستری نیست.

برای دانشجویان نیز داشتن برگه رجیستر اجباری است. همه هتل ها، هاستل ها و خوابگاه ها ملزم هستند در مدتی که شما در آنجا اقامت دارید به شما برگه رجیستر بدهند. مثلاً شما اگر یک هفته در هاستل اقامت دارید و بعد از آن به خوابگاه دانشگاه میروید باید یک برگه رجیستر 7 روزه را از هاستل دریافت و زمان مراجعه به خوابگاه تحویل دهید تا طبق آن رجیستر جدید برای شما صادر شود.

انواع رجیستر اقامت در روسیه

به طور کلی می توان گفت سه نوع رجیستر محل سکونت در روسیه است.

Постоянная регистрация

رجیستر دائم که شهروندان خود روسیه از این نوع رجیستر دارند. این رجیستر به صورت یک مهر در پاسپورت همه شهروندان زده می شود که محل سکونت ثابت آنها در آن مشخص شده است

Регистрация по месту жительства



رجیستری طبق محل اقامت که این رجیستر معمولاً یک تا سه سال اعتبار دارند و معمولاً به شهروندانی داده می شود که اقامت بلند مدت روسیه مانند "روپ او" یا "ون ژ" را دارند.

Учет по месту пребывания

این نوع رجیستر همانی هست که دانشجویان و گردشگرانی که بیشتر از 7 روز در روسیه اقامت دارند آن را دریافت می کنند. این رجیستر حداکثر تا تاریخ ویزای شما صادر می شود و بعد از تمدید ویزا رجیستر جدید مطابق با ویزای جدید شما صادر خواهد شد.



راهنمای زندگی و تحصیل در روسیه – روس دانش

[illegible]

نمونه رجیستر

[illegible]

قوانین مربوط به رجستر محل سکونت

شاید بتوان گفت بیشترین مشکلی که دانشجویان در زمان اقامت در روسیه با آن مواجه می شوند همین رجیستر است. همه ساله تعداد زیادی دانشجو به خاطر تخلف در رجستر مجبور به پرداخت جریمه و حتی در بعضی مواقع دیپورت از خاک روسیه می شوند. پس خواهش می کنیم این بخش را با دقت مطالعه کنید و همیشه به خاطر داشته باشید.

اعتبار رجیستر: حداقل اعتبار رجیستر بستگی به محل اقامت شما دارند. مثلاً اگر در هاستل اقامت دارید و یک ماه هزینه هاستل را پرداخت کرده باشید معمولاً تا همان زمانی که شما هزینه دادید به شما رجیستر داده می شود و مجدد بعد از پایان ماه رجیستر جدید دریافت می کنید. اما حداکثر تاریخ رجیستری که می توانند به شما بدهند تا پایان اعتبار ویزای شما می باشد.

تمدید ویزا: بعد از تمدید ویزا حتماً باید درخواست رجیستر جدید بدهید.

تعویض پاسپورت: اگر به هر دلیلی پاسپورت شما تعویض شد باید درخواست رجیستر جدید بدهید. مثلاً پاسپورت شما مفقود شده است و شما پاسپورت جدید میگیرید. باید ابتدا به بخش ویزای دانشگاه مراجعه کنید تا ویزای جدید مطابق با پاسپورت جدید به شما داده شود و همزمان درخواست رجیستر جدید نمایید.

سکونت در محلی غیر از محل سکونت: شما اگر برای مدتی در مکانی بجز محل رجیستر خود اقامت داشته باشید و برای شما رجیستر جدید صادر شود به طور خودکار رجیستر قبلی شما باطل و بعد از مراجعت باید مجدد درخواست رجیستر نمایید.



به طور مثال شما در شهر کازان اقامت دارید. برای چند روز به مسکو رفته در هتلی اقامت دارید و یا حتی در خود شهر کازان به هر دلیلی تصمیم گرفتید چند روزی در هتل اقامت داشته باشید. طبق قانون هتل موظف است برای شما رجیستر صادر کند. بعد از صدور رجیستر هتل در سیستم اداره پلیس رجیستر خوابگاه شما باطل می شود. شما بعد از مراجعت به خوابگاه باید اعلام کنید تا مسئول خوابگاه برای شما درخواست رجیستر جدید نماید.

یکی از مشکل اصلی در بحث رجیستر همین است که دانشجو تصور می کند چون در برگه رجیستر مثلا برای یک سال رجیستر دارد پس این رجیستر همیشه اعتبار دارد. در صورتی که اعتبار اصلی آن چیزی است که در سیستم اداره پلیس هست.

خروج از خاک روسیه: یکی دیگر از مواردی که رجیستر باطل می شود خروج از خاک روسیه است. زمانی که شما از مرز روسیه خارج می شود در سیستم، رجیستر شما باطل می شود و بعد از برگشتن به روسیه حتما باید مجدد رجیستر جدید دریافت نمایید.

رجیستر فیک نخرید!!!

یکی از مواردی که بین دانشجویان متأسفانه خیلی رایج است خرید رجیستر فیک است. بعضی افراد به هر دلیلی تصمیم میگیرند به جای خوابگاه، منزل شخصی اجاره کنند و در آنجا اقامت داشته باشند. اما مشکل این است که خیلی از صاحبان خانه ها حاضر نمی شوند فرد را در محل سکونت رجیستر کنند. و دانشجو به خاطر حل این مشکل اقدام به خرید رجیستر غیر قانونی می کند. و در اکثر مواقع برایشان مشکل ایجاد می شود.



رجیستر فیک چیست

به طور کلی دو نوع رجیستر فیک وجود دارد. در روش اول فرد کلاهبرداری فقط با جعل مهر و امضا برای شما برگه رجیستر تقلبی صادر می کند. در روش دوم که خیلی متداول تر هست به طور مثال شما را در یک هاستل برای مدت 3 ماه رجیستر می کنند. به شما برگه رجیستر میدهند و بعد از یکی دو روز شما را از سیستم رجیستر خارج می کنند. شما برگه رجیستر دارید اما در عمل در سیستم اداره پلیس شما رجیستر ندارید.

به همین خاطر بهتر است در زمان اجاره منزل حتما تاکید کنید که می خواهید رجیستر از طریق صاحب خانه دریافت کنید. در بعضی از موارد صاحب خانه قبول می کند که شما را رجیستر کند اما در مکانی بجز مکان واقعی که در آن سکونت دارید. البته در این روش کمتر مشکلی پیش می آید اما باز هم طبق قانون این کار تخلف محسوب می شود چرا که شما باید در مکانی که واقعا سکونت دارید رجیستر شوید.

جریمه عدم رجیستر

به طول کلی اگر شما رجیستر نداشته باشید امکان تمدید ویزا نیست. جریمه نقدی نداشتن رجیستر مبلغ 5 تا 7 هزار روبل است. اما تکرار این تخلف برای بیشتر از یک بار ممکن است خطرات بسیار جدی تری مانند دیپورت برای مدت 5 سال از خاک روسیه را به همراه داشته باشد.



مشکل عدم ثبت به موقع رجیستر در اداره پلیس

یکی از مشکلات جدید دیگر در خصوص رجیستر عدم ثبت به موقع است. چه زمانی این مشکل ایجاد می شود؟ به طور معمولاً رجیستر بین 3 تا 7 روز طول می کشد تا در سیستم اداره پلیس ثبت شود. اما گاهی بر هر دلیلی این زمان خیلی طولانی تر می شود. اما این مشکل زمانی جدی می شود که مثلاً شما امروز رجیستر جدید گرفتید و فردا مدارک می دهید جهت تمدید ویزا. مدارک شما جهت تمدید ویزا در اداره پلیس بررسی می شود و در سیستم رجیستر شما هنوز ثبت نشده است. مدارک شما برگشت می خورد و شما به خاطر عدم تمدید به موقع ویزا باید خاک روسیه را ترک کنید.

راه چاره چیست؟ حتماً چند هفته مانده به تحویل مدارک جهت تمدید ویزا رجیستر خود را تغییر ندهید. یعنی اگر شما مثلاً یک ماه دیگر قرار است مدارک برای تمدید ویزا بدهید از محل سکونت خود درخواست رجیستر بلند مدت کنید تا زمانی که شما مدارک تحویل می دهید جهت تمدید ویزا حتماً رجیستر شما در سیستم ثبت شده باشد.



تمدید ویزا دانشجویی

یکی از دیگر از مشکلاتی که گاهی دانشجویها مشغول به تحصیل در روسیه با آن مواجه می شوند مسئله تمدید به موقع ویزا می باشد. طبق قانون شما حداقل 45 روز قبل از پایان ویزای خود باید مدارک را به بخش ویزا سنتر دانشگاه تحویل دهید جهت تمدید ویزا. اگر زمان کمتری تا پایان ویزای شما باقی مانده باشد احتما دارد که ویزای شما تمدید نشود و شما مجبور به ترک خاک روسیه شوید. به همین خاطر همیشه در جایی مانند تقویم تلفن، تاریخ را ثبت کنید تا حداقل دو ماه قبل از پایان ویزا یادآوری کند تا اقدام نمایید جهت تهیه مدارک برای تمدید ویزا.

مدارک جهت تمدید ویزا

بهتر است قبل از تمدید ویزا مجدد از ویزا سنتر دانشگاه مدارک مورد نیاز را سوال نمایید اما به صورت کلی مدارک مورد نیاز جهت تمدید ویزای دانشجویی به شرح زیر است:

- اصل و دو کپی از پاسپورت
- دو کپی از ویزای کنونی و ویزاهای قبل
- اصل و دو کپی از برگه مهاجرت (میگریشن کارت)
- اصل و دو کپی از رجیستر
- کپی قرارداد دانشگاه یا نامه اشتغال به تحصیل
- دو قطعه عکس 3*4 بدون روتوش و مات
- فیش بانکی به مبلغ 1800 روبل معادل 20 دلار
- کپی بیمه دانشجویی



مجدد تاکید می کنیم که در بعضی از دانشگاه ها ممکن است لیست مدارک تغییراتی داشته باشد. به همین خاطر حتما قبل از اقدام به تمدید مدارک از لیست مدارک مورد نیاز مطمئن شوید.

در چه مواقعی نیاز به تمدید ویزا می باشد؟

همانطور که اشاره شد 45 روز قبل از پایان ویزای کنونی شما باید اقدام نمایید جهت تمدید ویزا. اما اگر پاسپورت شما به هر دلیلی مانند گم شدن یا مخدوش شدن تعویض شود حتما باید به ویزا سنتر دانشگاه مراجعه نمایید تا ویزای جدید روی پاسپورت جدید شما صادر شود.

اگر از یک دانشگاه به دانشگاه دیگری انتقالی گرفتید حتی اگر از ویزای قبلی شما زمان مانده باشد حتما باید به ویزا سنتر دانشگاه جدید مراجعه کنید تا ویزای جدید برای شما صادر شود.

بیمه دانشجویی

یکی از مدارکی که شما به عنوان دانشجو در روسیه باید داشته باشید بیمه می باشد. بیمه دانشجویی معمولا خیلی گرانقیمت نیست (حدود 50 دلار در سال) اما این بیمه کاملی نیست و معمولا فوریت های پزشکی و گاهی بعضی آزمایشات را پوشش می دهد اما داشتن آن الزامی است.



تمدید پاسپورت در روسیه

یک سوال مهم در زمان اقامت بلند مدت مورد توجه قرار میگیرد این است که اگر در روسیه پاسپورت ما رو به اتمام باشد چطور پاسپورت خود را تمدید کنیم؟

تمام شهروندان ایرانی که در روسیه هستند می توانند با مراجعه به سفارت جمهوری اسلامی ایران در مسکو اقدام به تمدید پاسپورت نمایند. صدور پاسپورت جدید در سفارت جمهوری اسلامی ایران معمولاً ظرف چند ساعت انجام می شود اما حتماً جهت رزور و ثبت در سامانه میخک از قبل تماس بگیرید تا در روز مراجعه برای شما پاسپورت صادر شود. بخصوص اگر از شهر دیگری به مسکو جهت تمدید پاسپورت مراجعه می کنید.

معمولاً با مراجعه به کنسولی ایران در شهرهای دیگر مانند کازان و آستاراخان هم می توانید درخواست تمدید پاسپورت دهید که البته به علت ارسال مدارک به مسکو، صدور پاسپورت از این طریق چند روز طول می کشد.

مدارک مورد نیاز جهت تمدید گذرنامه در سفارت

- اصل پاسپورت
- اصل شناسنامه
- یک قطعه عکس 3*4 با زمینه سفید و بدون عینک و کلاه کروات
- فیش بانکی به حساب سفارت به مبلغ حدود 12 هزار روبل.

حتماً قبل از مراجعه به سفارت از لیست مدارک مورد نیاز در وبسایت سفارت جمهوری اسلامی ایران در روسیه مطمئن شوید چون گاهی ممکن است لیست مدارک و مبلغ واریزی تغییر داشته باشد.



تمدید رایگان گذرنامه برای دانشجویان

یکی از خدمات برای دانشجویان صدور رایگان گذرنامه است. برای دریافت از این خدمات حتما باید در سامانه میخک تشکیل پرونده دانشجویی داده باشید. شرایط و مدارک مورد نیاز در وبسایت سفارت جمهوری اسلامی ایران در مسکو موجود است.

چه زمان نیاز به تمدید گذرنامه است؟

همانطور که قبلا اشاره شد برای صدور ویزای جدید حتما باید گذرنامه شما بیش از 18 ماه اعتبار داشته باشید. پس حتما قبل از تمدید ویزا بررسی کنید که گذرنامه شما اعتبار لازم را داشته باشد. در صورتی که گذرنامه کمتر از 18 ماه اعتبار داشته باشد ابتدا باید درخواست گذرنامه جدید بدهید. بعد از صدور گذرنامه به دانشگاه مراجعه کنید تا ویزای کنونی شما مجدداً بر روی گذرنامه جدید وارد شود و بعد اقدام نمایید برای تمدید ویزا.

مفقود شدن گذرنامه

گذرنامه مهمترین مدرک هویت شما در خارج از کشور است. پس واقعا باید از آن مراقبت کنید تا مخدوش یا مفقود نشود. اما اگر پاسپورت ما مفقود شد چه می توان کرد؟ اگر در مسکو یا شهری هستید که کنسولگری ایران در آن شهر وجود دارد بهتر از قبل از هر اقدامی به کنسولی ایران مراجعه کنید تا راهنمایی کنند. اما اگر در شهر دیگری هستید باید به نزدیک ترین اداره پلیس محل اقامت خود مراجعه کنید و اعلام مفقودی کنید.



اما چرا گفتیم در مسکو بهتر است که ابتدا به سفارت مراجعه کنید تا اداره پلیس؟ چون پروسه تشکیل پرونده در اداره پلیس بسیار طولانی و پیچیده است اما معمولاً با راهنمایی عزیزان در سفارت و کنسولگری این پروسه خیلی کوتاه تر و راحت تر به پیش می رود.

دوباره یادآوری می کنیم همیشه عکس و کپی از تمام دارک هویتی خود داشته باشید تا در صورت مفقودی، پروسه صدور المثنی راحت تر باشد.



کارت سبز چیست؟

تمام شهروندان خارجی که به روسیه مسافرت می کنند و مدت اقامت آنها در روسیه بیش از 90 روز است از جمله تمام دانشجویان باید کارت سبز دریافت نمایند. روند کار به این صورت است که ابتدا باید چند آزمایش پزشکی از جمله آزمایش خون ، آزمایش ادرار ، آزمایش عدم اعتیاد، عکس قفسه سینه انجام دهند. بعد از انجام آزمایشات به اداره مهاجرت محل زندگی جهت انگشت نگاری مراجعه نمایند. بعد از انجام کارهای انگشت نگاری به شما کارتی داده می شود که به کارت سبز معروف است. انگشت نگاری هر ده سال یکبار و آزمایشات هر سال یکبار باید تکرار شود.



تایید مدارک تحصیلی در ایران

کسانی که تصمیم به تحصیل در خارج از کشور را دارند باید توجه داشته باشند که اگر بعد از تحصیل تصمیم به برگشتن به ایران را دارند حتما باید دانشگاهی را برای تحصیل در خارج انتخاب کنند که مورد تایید وزارت علوم یا بهداشت باشد.

اگر تصمیم به تحصیل در رشته های پزشکی ، دندانپزشکی ، داروسازی و پیراپزشکی و به طول کل رشته های زیر نظر وزارت بهداشت را دارید باید به وبسایت معاونت آموزش وزرات بهداشت درمان و آموزش پزشکی مراجعه کنید و از آخرین لیست دانشگاههای مورد تایید در خارج از کشور اطلاعات کسب کنید.

اگر تصمیم به تحصیل در رشته غیر پزشکی را دارید باید دانشگاهی را انتخاب کنید که مورد تایید وزارت علوم، تحقیقات و فناوری باشد.

لیست دانشگاه های تایید معمولا هر سال به روزرسانی می شود. پس حتما قبل از اقدام از آخرین لیست مورد تایید مطمئن شوید. ملاک تایید بودن دانشگاه سالی است که شما وارد دانشگاه می شوید. یعنی اگر زمانی که شما مشغول به تحصیل در یک دانشگاه هستید دانشگاه از لیست تایید خارج شود برای شما که قبلا وارد شده اید مشکلی ایجاد نخواهد شد و مدرک شما مورد ارزشیابی قرار خواهد گرفت.



سامانه میخک

بعد از این که وارد دانشگاه مورد تایید شدید باید در سامانه میخک ثبت نام کنید و تشکیل پرونده دهید. این پرونده باعث می شود که از خدمات دولتی در طول تحصیل مانند تمدید پاسپورت رایگان استفاده کنید.

مرحل ارزشیابی مدارک تحصیلی

بعد از این که تحصیل شما در دانشگاه مورد نظر به اتمام رسید باید درخواست ارزشیابی مدرک تحصیل در وزارت خانه مربوطه را دهید. از شما یک آزمون علمی گرفته می شود و دروس شما تطبیق داده می شود. معمولاً تمام دروس تطبیق داده نمی شوند و شما باید یک دوره تکمیلی را در یکی از دانشگاه های داخلی بگذرانید تا مدرک شما معادل سازی شود. اطلاعات دقیق از آخرین تغییرات ارزشیابی مدارک تحصیلی را می توانید از بخش آموزش وزارت خانه مربوطه سوال کنید.

انتقال از دانشگاه های خارج

در بعضی از سالها این امکان فراهم میشود که دانشجویان ایرانی که در خارج از کشور تحصیل می کنند بتوانند حین تحصیل به دانشگاه های داخل انتقالی بگیرند. البته این پروسه پیچیدگی های خاص خود را دارد و تعداد کمی دانشجویان شانس گرفتن انتقالی را پیدا می کنند. اما شرط اول و الزامی این است که دانشگاه خارج از کشور که در آن مشغول به تحصیل هستید حتما در لیست دانشگاه های مورد تایید باشد.



تحصیل در روسیه

روسیه در چند سال اخیر به یکی از مقاصد اصلی تحصیل در خارج از کشور برای متقاضیان ایرانی تبدیل شده است. از دلایل استقبال این کشور توسط دانشجویان ایرانی می توان به قیمت مناسب تحصیل در روسیه، سهولت در گرفتن ویزا، رفت و آمد راحت، هزینه زندگی نسبتاً مناسب اشاره کرد. شاید چالش اصلی تحصیل در روسیه شرایط آبی و هوایی باشد. در روسیه نسبت به ایران زمستان سردتر و طولانی تر است. البته شهرهایی که در بخش اروپایی روسیه واقع هستند مانند مسکو، سن پترزبورگ و کازان آب و هوای مناسب تری دارند.

پادفک زبان روسی

همانطور که در جای دیگر نیز صحبت شد یکی از نکات مهمی که پروسه مهاجرت به کشور دیگر را تسهیل می کند دانش زبان آن کشور است. زبان رسمی مردم روسیه روسی است و خیلی کم هستند افرادی که به زبان انگلیسی تسلط داشته باشند. به همین خاطر شما اگر تصمیم به مهاجرت تحصیلی به روسیه را دارید حتما باید زبان روسی را فرا بگیرید.

در روسیه دوره های ویژه ای برای دانشجویان خارجی در نظر گرفته شده است که به اختصار به آن پادفک می گویند.

انواع پادفک

به طور کلی چهار شاخه پادفک وجود دارد. پادفک پزشکی – پادفک علوم اجتماعی – پادفک علوم انسانی – پادفک اقتصاد



در تمام دوره های پادفک، زبان روسی آموزش داده می شود. اما در کنار زبان روسی، زبان تخصصی یک یا دو درس مرتبط به رشته نیز آموزش داده می شود. به طور مثال برای پادفک پزشکی علاوه بر زبان روسی دروس زیست شناسی و شیمی نیست تدریس می شود.

شرایط ورود به دانشگاه های روسیه

معمولاً در اکثر دانشگاه های روسیه برای ورود به دانشگاه باید در آزمون ورودی ویژه دانشجویان خارجی شرکت کنید. آزمون ورودی معمولاً از دروس پادفک گرفته می شود. البته تعداد کمی دانشگاه هایی هستند که بدون آزمون ورودی نیز امکان وارد شدن در آنها وجود دارد.

تحصیل به زبان انگلیسی در روسیه

در اکثر دانشگاه های روسیه تحصیل به زبان روسی است اما در بعضی از دانشگاه های روسیه امکان تحصیل به زبان انگلیسی نیز وجود دارد. برای رشته های غیر پزشکی امکان تحصیل به انگلیسی در مقطع کارشناسی ارشد خیلی بیشتر فراهم است.

سیستم آموزشی روسیه

سیستم آموزشی روسیه در خیلی از مواقع با ایران مشابه است. مقطع کارشناسی 4 سال و مقطع کارشناسی ارشد 2 سال است. مقطع دکترا بسته به رشته بین 3 تا 4 سال می باشد. تحصیل پزشکی 6 سال و دندانپزشکی و دارسازی 5 سال طول می کشد.



اسکان دانشجوی در روسیه

در خیلی از دانشگاه های روسیه خوابگاه در اختیار دانشجویان خارجی قرار می گیرد اما بعضی از دانشگاه ها یا ظرفیت محدودی دارند و یا به دانشجویان خوابگاه داده نمی شود. هزینه خوابگاه های دانشجویی معمولا حدود 40 تا 60 دلار در ماه است. راه های جایگزین برای اقامت دانشجویی در روسیه خوابگاه ها خصوصی یا هاستل ها است و یا این که منزل شخصی اجاره کنید. که در مورد اجاره منزل حتما به نکاتی که در بخش رجیستر توضیح دادیم دقت کامل را داشته باشید. در شهر کازان یک خوابگاه خصوصی ویژه دانشجویان ایرانی توسط شرکت روس دانش تاسیس شده است که تعدادی از دانشجویان ایرانی در آن سکونت دارند.



راه های دریافت اقامت روسیه

به طور کلی چند راه برای گرفتن اقامت روسیه وجود دارد اما شاید بهتر باشد اولی بررسی کنید چه نوع اقامتی در روسیه وجود دارد. منظور اقامت بلند مدت بجز اقامت از طریق ویزا.

اقامت کوتاه مدت - PBII

اقامت کوتاه از طریق ار و پ به این صورت است که یک مهر روی پاسپورت شما زده می شود که سه سال اعتبار دارد و دیگر نیاز به تمدید ویزای سالانه نیست

توجه داشته باشید که تخلف حقوقی بیش از یک مورد در سال منجر به ابطال اقامت شما می شود.

شما سالی یک بار باید یک گزارشی از وضعیت اقامت و کار خود به اداره مهاجرت تحویل دهید.

ویدناژیتلستوا - ВНЖ

اقامت بلند مدت یا ویدناژیتلستوا که به اختصار به آن "و ن ژ" نیز گفته می شود. در این نوع اقامت به شما یک مدرک مجزا داده می شوند که شکل ظاهری آن شبیه به پاسپورت ولی به رنگ آبی می باشد. با این مدرک شما میتوانید به صورت بلند مدت و حتی در مواقعی مادام العمر در روسیه اقامت داشته باشید اما شهروندی محسوب نمی شود.



توجه داشته باشید که تخلف حقوقی بیش از یک مورد در سال منجر به ابطال اقامت شما می شود.

شما سالی یک بار باید یک گزاری از وضعیت اقامت و کار خود به اداره مهاجرت تحویل دهید.



شهروندی روسیه - Гражданство

در این مورد همانطور که از نام آن مشخص است به شما شهروندی روسیه اعطا می شود و از تمام حقوق و مزایای شهروندان عادی روسیه برخوردار خواهید شد.



ار و پ او - РВП

یک مدرک جدیدی است که برای دانشجویان شاغل به تحصیل در روسیه در نظر گرفته شده است. در این روش شما بعد از وارد شدن به دانشگاه در دانشگاه های دولتی روسیه، به اداره مهاجرت مراجعه کرده و درخواست "ار و پ او" می دهید. بعد از دریافت این مدرک مهری در پاسپورت شما زده می شود که تا پایان دوره تحصیل، شما دیگر نیاز به تمدید ویزا ندارید. اما مزیت مهمتر این مدرک این است که شما بعد از پایان تحصیل می توانید درخواست اقامت "و ن ژ" دهید و بعد از آن اگر یک سال در رشته تحصیلی خودتان مشغول به کار شوید می توانید درخواست شهروندی روسیه را نمایید.

میتوان گفت این یکی از راحت ترین و مطمئن ترین راه های گرفتن شهروندی روسیه است

مدارک مورد نیاز برای گرفتن "ار و پ او"

- نامه درخواست
- عکس
- گواهی اشتغال به تحصیل
- کپی از مجوز دانشگاه
- فیش بانکی (مبلغ حدود 2000 روبل)
- برگه رجیستر
- کارت مهاجرت
- آزمایشات پزشکی
- گواهی عدم سوء پیشینه

توجه داشته باشید که اگر از دانشگاه اخراج شوید یا انصراف دهید به صورت خودکار اقامت شما باطل می شود.



اگر بیش از 6 ماه در سال خارج از خاک روسیه باشید مدرک شما باطل می شود

همچنین اگر بیش از یک تخلف حقوقی در طول یک سال داشته باشید ممکن است اقامت "ار و پ او" شما باطل شود.



کار حین تحصیل برای دانشجویان در روسیه

در حال حاضر دانشجویان خارجی با ویزای تحصیلی میتوانند خارج از ساعت درسی کار کنند اما باید به چند نکته توجه داشته باشید:

دانشجویانی که در حال تحصیل در دوره پادفک زبان روسی هستند اجازه کار ندارد.

تنها کسانی می توانند کار کنند که تحصیل تمام وقت روزانه دارند. کسانی که به صورت نیمه حضوری یا غیر حضوری یا شبانه تحصیل می کنند اجازه کار ندارد.

اگر دانشجو از دانشگاه اخراج شود یا انصراف دهد به طور خودکار اجازه کار او نیز باطل می شود.

برای کار کردن با ویزا تحصیلی نیاز به گرفت پتنت یا مجوز کار نیست. محدودیتی در ساعات کار وجود ندارد فقط باید ساعت کار خارج از ساعت تحصیل باشد.

کد مالیاتی - ИНН

هر شخص که در روسیه تصمیم به کار دارد باید حتما کد مالیاتی داشته باشد. این قانون هم شامل شهروندان روسیه می شود و هم شامل افراد خارجی که در روسیه کار می کنند. برای دریافت این شماره می توانید به یکی از مراکز "ام ف س" مراجعه نمایید.



شماره بیمه شخص حقیقی- СНИЛС

علاوه بر کد مالیاتی باید شما شماره بیمه شخص حقیقی را هم دریافت کنید. این شماره برای گرفتن بعضی دیگر از خدمات از جمله گرفتن سیمکارت نیز الزامی است. برای دریافت این شماره می توانید به یکی از مراکز "ام ف تس" مراجعه نمایید.



خرید سیمکارت برای شهروندان خارجی

از سال 2025 میلادی قانونی تصویب شده است که هر شخص خارجی که تصمیم به تهیه سیمکارت روسی را دارد باید حتماً مراحل را طی کند تا به او سیمکارت داده شود.

مرحله اول گرفتن "اسنیلز" یا همان شماره بیمه شخص حقیقی است که در صفحه قبل به آن اشاره کردیم. برای دریافت این شماره می‌توانید به یکی از مراکز "ام ف تس" مراجعه نمایید.

بعد از دریافت "اسنیلز" باید در سایت "گوس اسلوگ" ثبت نام نمایید

بعد از آن به یکی از بانکهای مراجعه کرده و بیومتریک و ثبت چهره و صدا را انجام دهید.

تنها بعد از گذراندن این مراحل می‌توانید به یکی از شرکتهای مخابراتی مراجعه کرده و سیمکارت دریافت نمایید.



قوانین مهمی که باید قبل از سفر به روسیه بدانید

به طور کلی تخلفات در روسیه به دو گروه تقسیم می شوند:

1. Административные правонарушения

2. Уголовные правонарушения

تخلفات حقوقی (ادمینیستراتیونی) و کیفری (اوگالونی) که در مورد اول معمولاً جریمه به صورت نقدی می باشد و در مورد دوم در کنار جریمه نقدی امکان زندانی شدن نیز وجود دارد. در هر دو مورد خطر دیپورت شدن در روسیه برای شهروندان خارجی وجود دارد. پس حتی تخلفات حقوقی را نباید دست کم بگیرید. به طور کلی دو بار تخلف حقوقی در یک سال باعث ممنوع ورودی شهروند خارجی به روسیه برای مدت یک تا 5 سال می شود.

اقامت بدون مدرک اقامتی

یکی از نکات مهم در مورد اقامت در روسیه که بعضی افراد به آن متاسفانه خیلی توجه نمی کنند ولی بسیار نکته مهمی است اقامت بدون مدرک است. این یعنی چه؟ مثلاً شما وارد روسیه شده اید و به هر دلیلی یا فراموش کرده اید یا این که خیلی مهم تلقی نکرده اید و ویزا خود را به موقع تمدید نکرده اید. درواقع شما بدون مدرک در روسیه اقامت دارید. این یکی از تخلفات جدی است که منجر به دیپورت و ممنوع ورودی به روسیه می شود. اگر مدت اقامت شما بدون ویزا کمتر از 30 روز باشد شما تا سه سال ممنوع ورود به خاک روسیه می شوید. اگر این مدت بیشتر از 30 روز و تا 270 روز باشد شما به مدت 5



سال ممنوع الورد می شوید. اما اگر از زمان حضور بدون مدرک شما بیش از 270 روز بگذرد شما به مدت 10 سال ممنوع الورد به روسیه می شوید.

قوانین راهنمایی و رانندگی

قوانین راهنمایی تقریباً در همه جای دنیا یکسان است اما متأسفانه در ایران بعضی از قانون شکنی ها جنبه عمومی پیدا کرده و اکثر ما اصلاً به آن توجه نمی کنیم. اما این امر در روسیه می تواند برای شما ایجا مشکل کن. یکی از تخلفات عمده که معمولاً خیلی از دانشجویهای ایرانی در اوایل ورود خود به روسیه انجام می دهند عدم رعایت خط عابر پیاده است. شما باید و باید از خط عابر پیاده عبور کنید. اگر جایی خارج از خط عابر از خیابان عبور کنید در صورتی که ماموری شما را ببیند می تواند برای شما جریمه ثبت کند. یا اگر ماشینی در حال عبور باشد اصلاً تصور نکنید که مانند ایران با خونسردی برخورد می کند و توقف می کند. در خیلی از مواد اصلاً راننده توقف نمی کند و جالب است بدانید که در صورت تصادف شما با خودرو در خیابان حتی خسارت وارد شده به خودرو را نیز باید بپردازید. پس حتماً و حتماً از محل مشخص عابر پیاده از خیابان عبور کنید.

در صورتی که خط عابر پیاده چراغ داشته باشد شما فقط بعد از سبز شدن چراغ عابر باید از خیابان عبور کنید. اما اگر خط عابر پیاده بدون چراغ باشد تقدم با پیاده است و تمام خودرو ها باید قبل از خط کاملاً توقف کنند تا عابر از خیابان عبور کند.

اگر شما با دوچرخه یا اسکوتر تصمیم به عبور از خط عابر را دارید حتماً باید زمان عبور از خط از دوچرخه خود پیاده شوید و از خط عبور کنید.



رانندگی در روسیه

شما با تبدیل یا ترجمه گواهینامه ایرانی می توانید در روسیه رانندگی کنید اما توجه داشته باشید که تخلفات رانندگی هم ممکن است باعث دیپورتی شما از روسیه شود. پس قبل از رانندگی حتما با قوانین رانندگی روسیه به طور کامل آشنا شوید. تعداد تابلوهای راهنمایی در روسیه خیلی وسیع تر از ایران است و برای رانندگی در روسیه حتما باید با این علائم و تابلو ها آشنا شوید.

کار غیر قانونی

همانطور که قبلا اشاره کردیم دانشجویان پادفک یا دانشجویانی که به صورت نیمه وقت یا شبانه در روسیه مشغول به تحصیل هستند اجازه کار ندارد. در صورت کار بدون مجوز در روسیه و شناسایی توسط پلیس شما مجبور به ترک خاک روسیه خواهید شد و تا چندین سال اجازه ورود به روسیه را ندارید.

شخصی که دانشجو نیست باید حتما مجوز کار و پتنت دریافت نماید و حتما باید با ویزای کاری به روسیه وارد شده باشد. و تنها در همان شرکتی که برای او دعوتنامه کار صادر کرده است مشغول به کار شود.

مشروبات الکلی

در روسیه فروش مشروبات الکلی به افراد زیر 18 سال ممنوع است. همچنین فروش آن در فروشگاه ها از ساعت 10 شب تا 8 صبح ممنوع است.



نوشیدن مشروبات الکلی در خیابان، مکانهای سرباز عمومی، خوابگاه و محیط دانشگاه اکیدا ممنوع می باشد. شما مجاز به نوشیدن مشروبات الکلی در روسیه تنها در منزل شخصی یا بارها و رستورانها می باشید.

جعل مدارک

جعل مدارک در روسیه از جمله جرائم کیفری محسوب می شود و شخص خارجی که جعل مدرک انجام دهد تا دو سال زندانی برای او به همراه دارد و شخصی که از مدارک جعل استفاده کند ممکن است مجبور به پرداخت تا 80 هزار روبل جریمه و تحمل حبس تا 6 ماه شود.

روابط جنسی در روسیه

در روسیه قانون آزادی بین زن و مرد وجود دارد. اما متأسفانه بعضی از هموطنان ما از اون طرف بام میفتند(!). قانون آزادی روابط برای خود تعریفی دارد. گاهی به اشتباه گرفتن این قوانین بعضی بروز مشکلات جبران ناپذیری می شود. آزادی تا زمانی است که طرف مقابل شما نیز کاملاً با این رابطه موافق باشد. اگر ثابت شود که شما قصد تعرض جنسی را داشته اید مجازاتی سنگینی در انتظار شما خواهد بود. مجازات تجاوز 10 سال زندان است.

رابطه با افراد زیر 18 سال

رابطه با افراد زیر 18 سال نیز در روسیه ممنوع است حتی اگر با رضایت طرفین باشد. این مجازات خیلی سنگین تر است و در حد مجازات قتل عمد خواهد بود اگر شخص زیر 14 سال سن داشته باشد.



کلاهبرداری در قالب رابطه جنسی

یکی از مشکلات که گاهی افراد خارجی با آن مواجه می شوند این است که ناخواسته قربانی رابطه جنسی قرار می گیرد. شاید بهتر باشد در قالب یک مثال توضیح دهیم تا مطلب بهتر منتقل شود.

مثلا شما به یک کافه یا رستوران یا دیسکو رفته و با شخصی آشنا می شوید. شخص را به منزل خود دعوت می کنید. شخص بعد از وارد شدن به منزل شما تهدید می کند که یا مبلغ زیادی پول به او بدهید و یا به پلیس تماس میگیرد و مدعی خواهد شد که شما قصد تجاوز به او را داشته اید. و گاهی با نقش بازی کردن و خراشیدن دست و پای خود این داستان را برای مامور باور پذیرتر جلوه میدهد.

پس توصیه ما این است که به این راحتی به هر کسی اعتماد نکنید و به منزل شخصی که نمی شناسید نروید و همچنین شخصی را به منزل خود دعوت نکنید.

استعمال دخانیات

استعمال دخانیات در خیلی از مکانهای عمومی و مسقف ممنوع است از جمله: کافه و رستوران (بجز جاهایی که مشخص شده است که سیگار کشیدن آزاد است)، میدان بازی بچه ها ، وسایل حمل و نقل عمومی، امکان دانشگاهی و فرهنگی، مکانهای ورزشی، هتل ، هاستل ، خوابگاه. نه تنها در خودمکانها که در فضای باز تا فاصله 15 متری از درب ورودی استعمال انواع دخانیات ممنوع است. به طور کلی در هر مکان پوشیده باید اول مطمئن شوید که در آن



مکان سیگار کشید مجاز است. اگر تابلو یا اطلاعاتی مبنی بر مجاز بودن نداشت
یعنی ممنوع است.



لیست مواد مخدر - Список наркотических средств

یکی از تخلفات بسیار سنگین در روسیه مواد مخدر و روانگردان است. استعمال یا به همراه داشتن مواد مخدر تا 15 سال زندان و تولید و توزیع مواد مخدر خطر حبس ابد را به دنبال دارد.

لیست مواد ممنوع در روسیه بسیار زیاد است. به همین خاطر پیشنهاد می کنیم از به همراه داشتن هر داروی مسکن و داروهای اعصاب و روان به روسیه خودداری کنید.

لیست بعضی از موادی که در روسیه به عنوان مواد مخدر شناخته شده است:

- متادون
- مورفین
- تریاک
- کراک
- خشخاش
- مفرون
- آلیل پرودین
- آنیلریدین
- بزیترامید
- بنزتیدین
- بنزیل مورفین
- حشیش، بنگ یا چرس
- هروئین
- هیدروکدون
- هیدروکسی میتراگینین-۷
- دزومرفین



- ۲سی-اچ
- دی متیل تریتامین
- ۲سی-تی-۷
- دی پپیانون
- دی فنوکسین
- دی اوبی (روانگردان)
- شاهدانه (ماری جوانا)
- کوکا اریتروکسیلوم
- لوورفانول
- سالویا دیوینوروم
- مسکالین
- مت آمفتامین
- متیل دی هیدرومورفین
- میراگینین
- اکسی مورفون
- اوریپاوین
- پتیدین
- سیلوسایبین
- قارچ های تو همزا
- راسمورفان
- سالوینورین
- فن سیکلیدین
- فنومورفان
- فنفلورامین
- نیلوفر آبی مقدس
- اکگونین
- افدرین
- فنیل پروپانول آمین



در ادامه به چند مورد از روانگردانها و داروهای شیمیایی که در روسیه جزو مواد ممنوعه است اشاره می کنیم:

- آمفتامین
- فنیل استون
- متیل فنیدات (ریتالین)
- ۴-متیل آمینورکس
- متاکوالون
- کاتینون
- کاتین
- دکسترو آمفتامین

препаратов и веществ, которые запрещено ввозить в Россию

داروهای که ورود آنها به روسیه ممنوع است

در زیر لیست بعضی از داروهای که ورود آنها به روسیه ممنوع است را آورده ایم. توجه داشته باشید بعضی از این داروها کلاً ممنوع هستند اما بعضی از آنها در خود روسیه تولید می شود و با نسخه پزشک به بیمار داده می شود اما وارد کردن آنها از خارج ممنوع است.

- ترامادول
- بوپروپیون
- سیبوترامین
- پروپیفنazon
- ۲،۴-دی نیترو فنول
- ناندرولون



- زولپیدم
- مدافینیل
- لایزرژیک اسید
- ایزوسفرول
- ویاس
- ال اس دی
- سافرول
- سوماتریپتان
- فنتیل آمین
- دزپیرامین
- اوپیپرامول
- پروپانیدید
- تالیدومید
- تریمپیرامین
- فنلژین
- فنسپیرید
- فوزافونثرین
- سیزاپراید



آشنایی با فرهنگ روسیه - Знакомство с народной культурой и традициями

یکی از نکات مهمی که متأسفانه کمتر به آن توجه شده در باره مهاجرت به کشور دیگر آشنایی با فرهنگ آن کشور است. شما باید به عنوان مهاجر در کشور مقصد با فرهنگ و آداب و سنن آن کشور آشنا شوید تا بتوانید با مردم آن کشور به درستی ارتباط برقرار کنید.

آشنایی با فرهنگ یک کشور جدا از این که سطح دانش و شناخت عمومی ما را بالا می برد باعث جلوگیری از خیلی از سو برداشتها می شود. باعث می شود که اولاً کاری نکنیم طرف مقابل ما آزرده شود و دوم این که خیلی از رفتار طرف مقابل را به اشتباه توهین تلقی نکنیم.

ما باید به عنوان میهمان قوانین و آداب و رسوم میزبان را رعایت کنیم و خود را با آن وفق دهیم. در غیر اینصورت واقعا با مشکل مواجه خواهیم شد. ضرب المثل روسی هست که می گوید "با قوانین خود وارد صومعه دیگران نشوید". واقعا توجه به این ضرب المثل برای یک مهاجر به کشور دیگر الزامی است.

آشنایی با روسیه

روسیه پهناورترین کشور جهان است و این وسعت زیاد باعث شده است که روسیه تبدیل به یکی کشورهای شود که تنوع قومی بسیار زیادی دارد. بیش از 190 قوم مختلف در روسیه زندگی می کنند. اقوامی که در کنار روسها بیشترین تعداد جمعیت را در روسیه دارند شامل: تاتار، چچن، باشکیر، چوواش،



آوارتس، ارمنی، اوکراینی، قزاق می شوند. البته حدود 80 درصد از جمعیت روسیه را روسها تشکیل می دهند.

زبان رسمی روسیه روسی است اما در خیلی از ایالتها در کنار زبان روسی زبان دوم نیز به عنوان زبان رسمی شناخته می شود. به طور مثال در جمهوری تاتارستان زبان روسی و زبان تاتاری زبان رسمی این منطقه است.

دین مردم روسیه

دین رسمی مردم روسیه مسیحی ارتودکس هست اما در کنار مسیحیت ادیان دیگر نیز پیروان زیادی را دارد. تنها 40 درصد مردم روسیه مسیحی ارتودکس هستند. بعد از آن مسلمانان بیشترین جمعیت را دارد. بیش از 6 درصد جمعیت روسیه مسلمان هستند. در کنار آن ادیان دیگر مانند پاگانیسم، بودیزم و هندوئیسم و یهودیت نیز پیروان زیادی دارند. در روسیه آزادی ادیان وجود دارد و هر کس آزاد است هر دینی اختیار کند. جالب است بدانید که حتی زردشت نیز پیروانی در روسیه دارد.

بیشتر مسلمانان روسیه در مناطق جنوب روسیه ساکن هستند. شهر کازان بزرگترین شهر مسلمان نشین روسیه است. اما در مسکو و سن پترزبورگ نیز تعداد زیادی مسلمان زندگی می کنند و مساجد زیبا و با شکوهی در این شهرها وجود دارد.

در ادامه به نکاتی که باعث می شود شما به عنوان یک شخص خارجی در روسیه راحت تر زندگی کنید اشاره می کنیم



زبان روسی

اولین نکته البته دانش زبان روسی است. حتی اگر شما تصمیم به تحصیل در دانشگاه به زبان انگلیسی را دارید پیشنهاد می کنیم حتما ابتدا زبان روسی بخوانید. شما به عنوان یک داشجو تصمیم دارید حداقل 5-6 سال در این کشور زندگی کنید. بدون دانش زبان شما امکان ارتباط با مردم روسیه را ندارید و ارتباطات شما خیلی محدود می شود و حتی انجام ساده ترین کارها برای شما تبدیل به یک چالش و مشکل جدی می شود و این باعث می شود بعد از مدتی از این کشور و مردم آن زده شوید و زندگی برای شما در روسیه عذاب آور شود. پس حتما ابتدا زبان روسی بیاموزید. بهترین راه یادگیری اصولی زبان شرکت در دوره های پادفک زبان روسی است که هم به شما زبان روسی آموزش می دهند و هم اصطلاحات رشته تحصیلی خودتان را فرا میگیرید.



رفتارهای اجتماعی

در پایین به بعضی از رفتارهای اجتماعی که باید در روسیه رعایت کنید اشاره می کنیم. شاید بعضی از این رفتارها برای شما جزء بدهیات به نظر برسد. پیشاپیش بابت این امر پوزش میخوایم اما تجربه نشان داده است که متأسفانه باید برای بعضی افراد دوباره گویی شود.

استفاده از کلمه شما به جا تو

Здравствуйте! До свидания!

وقتی با یک شخص غریبه صحبت می کنید حتماً طرف مقابل را فقط با شما مخاطب قرار دهید. البته در اوایل ممکن است به علت عدم تسلط به زبان گاهی به جای شما از تو استفاده کنیم که برای شخص روس هم قابل قبول است. اما این نباید تبدیل به رویه شود. برای سلام و خدا حافظی هم حتماً از شکل رسمی آن به جای شکل خودمانی آن استفاده کنید. در پایان همین مجموعه اصطلاحات مهم روزمره در زبان روسی را آورده ایم.

استفاده از نام و نام پدر بجای نام خانوادگی

در اینجا شاید ذکر یک نکته ضروری باشد که اتفاقاً تفاوت بین فرهنگ ایرانی و روسی را نشان میدهد. ما در ایران وقتی می‌خوایم کسی را با احترام مخاطب قرار دهیم از فامیلی شخص استفاده می‌کنیم یا پیشوند خانم یا اقا اما در زبان روسی این کار نشانه بی‌احترامی است. در روسیه اگر می‌خواهید استاد خود را صدا بزنید باید از نام و نام پدر استفاده کنید.



در نوشته هم حتما حرف اول نام و نام پدر و نام خانوادگی با حرف بزرگ نوشته شود. نوشتن اول اسم با حرف کوچک علاوه بر اشتباه املائی توهین و بی احترامی به شمار می آید.

از استفاده از القابی که در ایران مرسوم هست مانند دکتر یا مهندس یا پرفسور هم جدا خود داری کنید.

کسی را برادر یا خواهر خطاب نکنید

متأسفانه این امر در بین مهاجرانی که از کشور های آسیای میانه به روسیه سفر می کنند خیلی مرسوم هست و بعضی ایرانی ها به علت قرابت فرهنگی و دینی با این افراد خیلی زود از روی رفتار آنها الگو برداری می کنند. در بین روسها این خیلی زیبا نیست که شما یک شخص غربی را برادر یا خواهر خطاب کنید.

اگر میخواهید از کسی سوال کنید، آدرس بپرسید، راهنمایی بخواهید بهتر است از کسی بپرسید که مشغول به انجام کاری نیست. مثلاً از کسی که مشغول خواندن کتاب یا صحبت کردن با تلفن هست سوال نکنید.

رعایت صف

Кто последний? я за вами!

یکی از نکات مهمی که در روسیه خیلی مهم است رعایت کنید آداب رعایت صف و سوال کردن است. وقتی وارد یک صفی می شوید بهتر است سوال کنید آخرین نفر در صف چه کسی است و اعلام کنید که شما بعد از ایشان هستید. گاهی ما شاید به علت عدم تسلط کافی به زبان در صف می ایستیم بدون این که دیگران را مطلع کنیم. و این باعث می شود که شخص دیگری به جای شما در صف بایستد. زمانی که نوبت شما می شود دیگران اعلام می کنند که نوبت شما



نیست. و شما از این رفتار مثلا نتیجه گیری می کنید که روسها آدمهای نژاد پرستی هستند و در صف نوبت را از شخص خارجی می گیرند و یک روس را جایگزین می کند. این همان نکاتی هست که به علت عدم آشنایی از شرایط و قوانین باعث سوء برداشت می شود.

رعایت ساعت خاموشی

در روسیه ساعت خاموشی وجود دارد که در آن ساعت هیچ کس حق سرو صدا ندارد. حال این سرو صدا صحبت بلند باشد یا گوش دادن به موزیک یا هر صدایی. در اکثر مناطق روسیه ساعت خاموشی از ساعت 10 شب تا ساعت 8 صبح است. شما در این ساعت اگر سر و صدا کنید ممکن است همسایه شما با پلیس تماس بگیرید و در صورت تکرار آن واقعا مشکل جدی برای شما ایجاد شود. متاسفانه در خیلی از موارد صاحب خانه های روس به افراد خارجی خانه اجاره نمیدهند دقیقا به همین خاطر که تجربه ناگواری داشته اند از افرادی که قبلا زندگی می کردند و خاموشی شبانه را رعایت نمی کردند.

رفتار در وسایل حمل و نقل عمومی

یکی از مکانهایی که خیلی مهم است رفتار خود را رعایت کنید در وسایل حمل و نقل عمومی مثل اتوبوس و مترو است. در وسایل حمل و نقل عمومی با صدا بلند صحبت نکنید. نه با دوست خودتان نه با تلفن. بخصوص این رفتار خیلی زننده تر می شود وقتی شما به زبان خودتان صحبت می کنید. اگر زمان صحبت کردن بلند یا خندیدن بلند در اتوبوس برخورد بدی را از طرف یک شخص روس دیدید مقصر این امر فقط و فقط خود شما هستید و لطفا از این رفتار نتیجه گیری نکنید روسها نژاد پرست هستند.



اگر سوالی دارید از راننده سوال نکنید. بهتر از از شخص دیگری سوال کنید.
صحبت کردن با راننده در حین رانندگی ممنوع است.

اگر با کوله پشتی وارد مترو یا اتوبوس می شوید حتما کوله پشتی خودتون و
در دست بگیرید تا برای دیگران ایجاد مزاحمت نکنید.

در روسیه خوردن و نوشیدن در وسایل حمل و نقل عموماً اصلاً مرسوم نیست.

اگر میخواهید از کسی سوال کنید اصلاً به او دست نزنید. رعایت حریم
خصوصی و رعایت فاصله در روسیه خیلی مهم است.

زمان سوار شدن به اتوبوس یا مترو حتما صبر کنید تمام افرادی که قصد پیاده
شدن را دارند خارج شوند و بعد از آن وارد شوید.

در پله برقی مترو در سمت راست بایستید. سمت چپ برای کسانی است که
عجله دارند و میخواهند سریع عبور کنند.

سعی کنید یکی دو ایستگاه مانده به ایستگاه مقصد به نزدیک درب خروجی آمده
تا مجبور نباشید زمان پیاده شده با عجله دیگران را حل دهید.

حتماً در زمان وارد شدن از طریق کارت، هزینه سفر را پرداخت کنید. پرداخت
نکردن بلیت برای شما جریمه و ثبت تخلف حقوقی به همراه دارد. و تکرار
تخلف حقوقی منجر به ممنوع الوردی شما به روسیه می شود.



رفتار در خیابان

همیشه از قسمت عابر پیاده تردد کنید. در حاشیه مسیر عابر پیاده و داخل خیابان راه نروید

در خیابان بلند صحبت نکنید. با صدای بلند نخندید. حتی با تلفن با صدای بلند صحبت نکنید. همیشه به این نکته توجه داشته باشید که صحبت کردن با صدای بلندنن بخصوص به یک زبان دیگر خیلی باعث جلب توجه می شود.

حداالمقدور در خیابان چیزی نخورید و از آن مهمتر زباله در خیابان نریزید. دقت کرده اید که در روسیه خیابانها خیلی تمیز است. ریختن حتی یک زباله کوچک باعث جلب توجه و برخورد نامناسب می شود.

به صورت گروهی وارد یک مکان نشوید. مثلاً اگر با دوستان در حال رفتن هستید و یک نفر میخواهد چیزی از مغازه بگیرد نیاز نیست همگی با هم وارد مغازه شوید.

یکی از رفتار ناپسند در خیابان این است که با دوستان خود به زبان خود در مورد یک نفر که در خیابان در حال عبور است صحبت کنید. در خیلی از مواقع ناخودآگاه شخص متوجه می شود که شما درباره او صحبت می کنید و ممکن است بسیار رفتار تندی در مقابل شما انجام دهد.

به هیچ عنوان بدون اجازه از کسی عکس نگیرید. بخصوص به نوزادان نزدیک نشوید. در فرهنگ ما شاید لبخند زدن و حتی بازی کردن با یک نوزاد خوشایند



باشد و نشانه از محبت. اما در روسیه خیلی افراد از این برخورد ناراحت می شوند.

در خیابان سعی کنید خیلی بصورت گروهی رفت و آمد نکنید و از آن مهمتر با هم در سطح خیابان شوخی نکنید. همانطور که قبلا بارها گفتیم خیلی از رفتارها از نظر ما عادی به نظر می رسد اما در فرهنگ دیگری زشت و ناپسند است.

با هیچ کس بحث سیاسی و مذهبی نکنید. علارغم این که گفتیم روسیه کشوری چند ملیتی است و مسلمانان در روسیه جمعیت قابل توجه را تشکیل میدهند اما رفتاری مانند نماز خواندن در مکانهای عمومی و از آن بدتر و خطرناک تر قربانی کردن حیوانات میتواند برای شما به طور جد مشکل ساز باشد.

در برخورد با نشانه ها و سمبل ها مانند مجسمه و دیگه نشانه های ملی طوری رفتار نکنید که توهین یا بی احترامی تلقی شود.

رفتار با جنس مخالف

در ارتباط برقرار کردن با جنس مخالف حتما رعایت حریم و احترام را داشته باشید. اگر خانم طبق سنت و فرهنگ روسیه خیلی راحت لباس می پوشد به این معنی نیست که ما به خودمان اجازه بدهیم و مزاحم شویم و پیشنهاد آشنایی دهیم.

در زمان رد شدن از کنار خانم صدای نامناسب از خودمان بروز ندهیم.

اگر شما اقا هستید زمان ملاقات با یک خانم شما نباید ابتدا به نشانه سلام کردن دست بدهید. تنها در صورتی که آن خانم دست خود را به نشانه سلام دراز کرد



شما می توانید دست بدهید و یا با احترام اعلام کنید به خاطر محدودیتهای مذهبی اجازه دست دادن ندارید.



رفتار ها در محیط دانشگاه

تحويل دادن کاپشن به بخش امانات – Гардероб

معمولا زمان وارد شدن به محیطهایی مثل دانشگاه یک بخش هست که شما باید روپوشهای خود مثل کاپشن را تحويل دهید. حضور در کلاسهای درس و جلسات با کاپشن در روسیه اصلا خوشایند نیست و در بعضی مواقع توهین و بی احترامی تلقی می شود. حتی اگر جایی برای تحويل لباس نبود بهتر از قبل از وارد شدن به کلاس یا دفتر، کاپشن یا پالتو خود را در بیاورید و در دست بگیرید.

اگر با استاد یا مسئولی کاری دارید مطمئن شوید که کسی در اتاق نیست بعد وارد شوید. مثلا اگر وارد شدید و دیدید استاد باشخص دیگری در حال گفتگو است بیرون در منتظر بمانید تا شخص خارج شود و بعد وارد شوید.

از شوخی بی مورد با دیگران و حتی دوستان صمیمی خود در محیط درس جدا خود داری کنید. ما مردم پر انرژی و شوخ طبعی هستیم اما این انرژی و شوخی طبیعی را لطفا در جایی خارج از محیط درس و دانشگاه بروز دهید.

در اولین جلسه درس سعی کنید نام و نام پدر استاد خود را یاد بگیرید و هر بار با کلمه استاد یا چیز دیگری او را مخاطب قرار ندهید. خیلی زیبا نیست بعد از یک ترم هنوز برای صدا زدن از اصطلاح استاد یا معلم استفاده کنید. بخصوص که گفتیم در روسیه اصلا مرسوم نیست از القاب استفاده شود و نه تنها نشانه احترام نیست که گاهی به نشانی به احترامی تلقی می شود.



متأسفانه خیلی از ما زمان سوال پرسیدن عجول هستیم. مثلاً وقتی استاد با یک دانشجو دیگر در حال صحبت هست وسط حرف میپریم و سوال میپریم. اجازه بدیم اول صحبت تمام شود بعد سوال خود را بپریم

نخندید!

در روسیه خندیدن بی مورد خیلی مرسوم نیست. توجه داشته باشیم ما نیامده‌یم این را بگویم که کدام رفتار بهتر است یا بدتر. قبلاً هم گفتیم فارغ از این که نظر ما چیست باید ما خودمان را طبق الگوهای رفتاری جامعه‌ای که وارد شدیم منطبق کنیم. خیلی از ما معتقد هستیم روسها خیلی عبوس و جدی هستند. خوب یا بد این بخشی از فرهنگ آنهاست و اگر میخواهیم کمتر به مشکل بخوریم باید آن را رعایت کنیم.

روسها معتقد هستند که خنده خیلی ارزشمند است و فقط در بین نزدیکان و خانواده باید بخندیم. معمولاً در محیط دانشگاه و کار خیلی جدی هستند. این رفتار گاهی از طرف بعضی افراد خارجی بی احترامی یا نژاد پرستانه تلقی می‌شود در صورتی که این فقط یک رفتار اجتماعی است و هدف اصلاً بی احترامی به دیگران نیست. پس ما هم باید سعی کنید در برخورد با یک شخص روس با همان اندازه جدی باشیم و از خندیدن بی مورد بخصوص با صدای بلند جدا خود داری کنیم.

وظیفه ما به عنوان دانشجو درس خواندن است!

در محیط درس و دانشگاه اصلاً وارد مسائل سیاسی و مذهبی نشوید. نه تنها در محیط فیزیکی که حتی در فضای مجازی و اینترنت هم سعی کنید اظهار نظر



مذهبی – سیاسی – نژادی نکنید. به قول معروف اعتقادات و باورها مثل مسواک یک چیز شخصی است. آن را به زور در حلق دیگران فرو نکنید)).

بخصوص عضو کانالهای و گروههای مجازی تند روهای مذهبی وارد نشوید. اگر تصمیم به شرکت در مراسم مذهبی را دارید سعی کنید از طریق سفارت و کنسولگری ها در جلساتی که برگزار می شود شرکت کنید و وارد جمع های ناشناس نشوید تا خدای نکرده ناخواسته مشکلی برای خود ایجاد نکنید.

فرهنگ غذایی – غذا خوری

به طور کلی محیطهای غذا خوری در روسیه را می توان به سه گروه تقسیم کرد:

رستوران – کافه – استالوایا

رستوران همانطور که در همه جای دنیا مرسوم هست مکانهای لوکس است برای صرف غذا. و کسی روستوران را برای صرف ناهار یا شام انتخاب می کند که قیمت غذا در اولویت اول او نیست.

کافه ها مکانهایی هستند که به لحاظ ظاهری به بزرگی و لوکسی رستوران نیست و معمولاً قیمت غذا در آنها پایین تر از رستوران است.

استالوایا: غذا خوری های مرسوم در روسیه هستند که قیمت بسیار مناسب تری نسبت به کافه و رستوران دارند. البته به این معنی نیست که کیفیت غذایی در آنها پایین تر است. برعکس، در خیلی مواقع در استالوایا مواد غذایی سالم تر و تازه تر است. در روسیه به خاطر این که ساعت اداری تا عصر ادامه



دارد اکثر مردم ناهار را در استالوایا صرف می کنند. معمولا در محیط دانشگاه و خوابگاه نیز استالوای وجود دارد.

نکته مهمی که در مورد استالوایا وجود دارد و حتما باید بدانید این است که استالوایا سلف سرویس است. یعنی شما خودتان غذا را برداشته و در صندوق پرداخت می کنید. حتما بعد از صرف غذا بشقاب و ظروف خود را در قسمت مخصوص که در هر استالوایا هست قرار دهید. همانطور که اشاره شد از نظر قیمت مناسب ترین مکان است. و یکی از راه های صرف جویی در این مکانهای استفاده حداقل از نیروی کار است.



ادب و رسومی و نکات مهم درباره زندگی در روسیه

بعضی از رفتارهایی که ممکن از در روسیه بی احترامی و بی ادبی تلقی شوند عبارتند از:

صحبت کردن با صدای بلند یا خندیدن شدید در محیط های عمومی مانند مترو، رستوران، مکانهای مذهبی، خیابان

استفاده از لحن دوستانه زود هنگام در روسیه مرسوم نیست. زود با کسی صمیمی نشوید از آن مهمتر شخص را "تو خطاب نکنید" تا زمانی که کاملاً با کسی دوست صمیمی نشده اید. بخصوص اگر شخص از شما مسن تر است.

لباس پوشیدی در بعضی مکانها مانند تئاتر و مکانهای رسمی آداب خود را دارد. به طور کلی هر چه مرتب تر در روسیه لباس بپوشید کمتر مورد جلب توجه قرار می گیرید. حتی در برخورد مامور و در مراجعه به ادارات نیاز طرز پوشش ظاهری شما خیلی تاثیر گذار است.

تا جایی که ممکن است از اظهار نظر کردن و وارد شدن به بحث های سیاسی خود داری کنید. بخصوص اگر انتقاد از مسئولین یا زیر سول بردن یا بحث کردن درباره بعضی اتفاقات تاریخی باشد.

در اتوبوس و مترو همیشه مکانهای در نظر گرفته شده است برای افراد مسن و خانمهای باردار. کلاً بهتر است در صورتی که شخص مسنی یا خانم بارداری یا شخصی با فرزند خردسال وارد مترو یا اتوبوس شد جای خودمان را به او بدهیم.



به مناطق ممنوعه سفر نکنید. در روسیه شهرهای و مناطقی هست که شهروندان غیر روس اجازه سفر به آن مکان را ندارند. بهتر است قبل از سفر به منطقه ای مطمئن شوید که شما به عنوان شهروند خارجی اجازه سفر به آنجا را دارید.

انعام دادن در رستوران در روسیه مرسوم است. به طور کلی معمولاً مبلغ معادل 10 درصد از مبلغ چک به عنوان انعام داده می شود. البته این امر اجباری نیست اما خیلی مرسوم است.

قبل از دست دادن با کسی حتماً اگر دستکش در دست دارید دستکش را در بیاورید و بعد دست بدهید.

زمان مخاطب قرارداد دادن یک خانم به جای کلمه خانم (ژنشینا) از کلمه دختر (دووشکا) استفاده کنید.

رعایت فاصله و حریم خصوصی در روسیه بسیار مهم است. از دست زدن به شخص خودداری کنید. حتی اگر میخواهید سوالی کنید.

در زمانی که به مهمانی کسی می روید سعی کنید حتی یک چیز جزئی مانند یک بسته شوکولات به عنوان کادو با خود ببرید. دست خالی به مهمانی کسی نروید.



باورهای و خرافات در بین مردم روسیه

سوت زدن در خیابان و محیط‌های عمومی بسیار ناپسند تلقی می‌شود و روس‌ها معتقد هستند که این کار فقر با خود به همراه می‌آورد.

در زمان نوشیدن حتماً ظرف خالی را زیر میز قرار دهید.

در آستانه و چهارچوب در دست ندهید و احوالپرسی و رویوسی نکنید.

قبل از رفتن به مسافرت به مدت یک دقیقه می‌نشینند و بعد از خانه خارج می‌شوند.

اگر از خانه خارج شدید و چیزی فراموش کردید باید در اینه نگاه کنید و بعد خارج شوید.

هرگز قبل از تولد کسی به او تبریک نگویید و کادو ندهید. به عنوان "بلا به دور" یا "چشم حسود کور" روس‌ها با پشت انگشت به یک جسم چوبی می‌کوبند.

به آدم زنده هرگز شاخه گل با تعداد گل زوج ندهید. تعداد گل باید فرد باشد. تعداد زوج برای مراسم ترحیم استفاده می‌شود. اگر به کسی کیف پول هدیه می‌دهید حتماً یک مبلغ حتی جزئی پول داخل کیف بگذارید.



فرهنگ لغات کلمات کاربردی در محیط دانشگاه

اشخاص

Школьник	دانش آموز مدرسه
Слушатель	دانش آموز (دوره های آموزشی)
Студент	دانشجو
Ученик	دانش آموز (به معنی وسیع آن و نه الزاما در مدرسه)
Магистр	دانشجوی دوره کارشناسی ارشد
Аспирант	دانشجوی دوره دکترا
Староста	مسئول کلاس (مبصر)
Учитель	معلم
Преподаватель	استاد دانشگاه
Старший преподаватель	استاد تمام
Ученый	دانشمند
Писатель	نویسنده
Автор	نویسنده (کتاب یا مقاله)
Соавтор	نویسنده دوم (در مقالات و کتابها)
Ассистент	دستیار آموزشی
Ректор	رئیس دانشگاه
Проректор	معاون دانشگاه
Заведующий кафедрой	رئیس گروه آموزشی (دپارتمان)



Декан	رئيس دانشکده
Директор	مدیر
Руководитель	مدیر و راهنما (به معنی عام آن)
Лаборант	کارمند آموزشی – مسئول آزمایشگاه و ...
Куратор	مسئول پروژه
Методист	مسئول کارهای پژوهشی و علمی
Доцент	مقام دانشگاهی (استاد تمام که یک رتبه پایین تر از پروفسور است)
Академик	آکادمیسین
Кандидат наук	دکتر (رتبه که دانشجوی مقطع دکترا بعد از فارغ التحصیلی به آن میرسد)
Доктор наук	مدرک فوق دکترا
Профессор	پروفسور
Ученый совет	هیئت علمی
Профсоюз	انجمن های دانشگاهی
Диссертационный совет	هیئت دفاعیه (دکترا)
Бухгалтер	حسابدار
Секретарь	منشی
Комендант	مسئول بخش (خوابگاه)
Дежурный	مسئول شیفت
Охрана	نگهبان
Уборщица	نظافتچی



فضاهای آموزشی

Здание	ساختمان
Корпус	مجموعه (چند ساختمان)
Класс	کلاس
Аудитория	کلاس دروس تئوری (معمولا کلاسهای با گنجایش زیاد)
Занятие	درس
Лекция	درس تئوری
Практика	درس عملی
Компьютерный класс	کلاس کامپیوتر
Лаборатория	آزمایشگاه
Библиотека	کتابخانه
Читальный зал	سالن مطالعه
Школа	مدرسه
Колледж	کالج (پیش دانشگاهی)
Университет	دانشگاه
Институт	دانشگاه تخصصی
Вуз	مراکز آموزش عالی (دانشگاه)
Консерватория	کنسرواتوار (دانشکده موسیقی)
Деканат	بخش اداری دانشکده
Факультет	دانشکده
Кафедра	بخش آموزشی (دپارتمان)



Конференц-зал	سالن کنفرانس
Приемная комиссия	بخش پذیرش (دانشجو جدید)
Помещение для преподавателей	دفتر اساتید
Общежитие	خوابگاه
Коридор	سالن
Комната	اتاق
Спортзал	سالن ورزشی
Раздевалка	اتاق تعویض لباس
Столовая	سالن غذا خوری
Книжный магазин	کتابفروشی
Поликлиника	بیمارستان دولتی
Клиника	بیمارستان خصوصی
Медпункт	مرکز بهداشت
Кабинет врача	اتاق پزشک
Стоматология	دندانپزشکی
Музей	موزه
Канцелярия	فروشگاه لوازم تحریر
Бухгалтерия	حسابداری



لوازم تحریر

Книга	کتاب
Учебник	کتاب درسی
Пособие	کتاب کمک آموزشی
Тетрадь	دفتر
Журнал	مجله
Газета	روزنامه
Статья	مقاله
Научный журнал	مجله علمی
Словарь	فرهنگ لغت
Ручка	خودکار
Карандаш	مداد
Линейка	خطکش
Точилка	مداد تراش
Ластик	پاک کن
Рюкзак	کوله پشتی
Портфель	کیف اداری
Угольник	گونیا
Транспортир	نقاله
Циркуль	پرگار
Калькулятор	ماشین حساب
Клей	چسب



Бумага для заметок	کاغذ یادداشت
Печати и штампы	مهر
Степлеры	ماشین دوخت
Скобы	سوزن منگنه
Дырокол	پانچ
Корректор	غلط گیر
Канцелярский нож	تیغ
Ножницы	قیچی
Маркер	ماژیک
Скотч	نوار چسب
Файл	کاور کاغذ
Папка	پوشه
Текстовыделитель	هایلایتر
Губка	تخته پاک کن
Доска	تخته
Бумага	کاغذ
Конверт	پاکت
Фломастер	ماژیک نقاشی
Акварель	آبرنگ
Блокнот	دفتر یادداشت (سررسید)
Скрепки	گیره کاغذ
Стол	میز



Стул	صندلی
Кресло	صندلی راحتی

مفاهیم زمانی و آزمونها

Учебный год	سال تحصیلی
Семестр	ترم تحصیلی
Перерыв	زنگ تفریح
Академический отпуск	مرخصی تحصیلی
Зачисление	پذیرش شدن
Отчисление	اخراج شدن
Отчисление по собственному желанию	انصراف دادن
Повторное поступление	پذیرش مجدد
Бакалавр	کارشناسی
Магистратура	کارشناسی ارشد
Аспирантура	مقطع دکترا
Специалитет	دوره های ویژه (5 تا 6 ساله) ویژه بعضی رشته های خاص مثل پزشکی و دندانپزشکی
Очно	حضوری
Заочно	غیر حضوری
Устный	شفاهی



Письменный	کتابی
Собеседование	مصاحبه
Экзамен	امتحان
Вступительные испытания	آزمون ورودی
Контрольная	امتحانات میان ترم
Госэкзамен	امتحان دولتی
Пересдача	آزمون مجدد
Автомат	نمره قبولی بدون آزمون (طبق فعالیت درسی طول ترم)
Зачет	قبولی (بدون قید نمره)
Отлично	عالی
Хорошо	خوب
Удовлетворительно	متوسط
Неудовлетворительно	مردود
Сдал (а)	موفقیت در آزمون
Не сдал(а)	عدم موفقیت در آزمون
Лечебное дело	رشته پزشکی
Стоматология	رشته دندانپزشکی

نامه ها و نوشته ها

Письмо	نامه
--------	------



Заявление	درخواست کتبی
Заявление на зачисление	درخواست ورود به دانشگاه
Заявления на отчисление	درخواست انصراف
Анкета	فرم
Справка	گواهی
Рекомендационное письмо	توصیه نامه
Мотивационное письмо	نامه انگیزشی
Приказ	حکم
Акт	صور تجلسه
Ходатайство	دادخواست
Научная статья	مقاله علمی
Реферат	خلاصه مقاله علمی (معمولا بین 2 تا 10 صفحه)
Эссе	چکیده مقاله علمی (معمولا یک تا دو صفحه)
Аннотация	خلاصه مطلب علمی در چند جمله
Апелляция	نامه اعتراض
Академическая справка	ریزنمرات دانشگاهی
Справка об обучения	گواهی اشتغال به تحصیل
Медицинская справка	گواهی پزشکی
Аттестат	دیپلم دبیرستان



Диплом	مدرک دانشگاهی (لیسانس)
Диссертация	پایان نامه
Квитанция	فیش
Академическая задолженность	درسهای پاس نشده
Договор	قرار داد
Реквизиты	مشخصات حساب
Чек	فیش پرداخت شده
Протокол	حکم
Штраф	جریمه
Жалоба	شکایت
Отказ	رد درخواست
Шпаргалка	تقلب (نوشته یا مطلب به عنوان تقلب استفاده می شود)
Списывать	تقلب کردن از روی کسی
Рецепт	نسخه (دستور ساخت)
Распечатать	پرینت گرفتن
Копировать	کپی کردن

دروس و رشته ها

Дисциплина	عنوان درسی
Математика	ریاضی



Физика	فیزیک
Химия	شیمی
Биология	زیست شناسی
Физкультура	تربیت بدنی (به اختصار)
Физическая культура	تربیت بدنی
Геометрия	هندسه
Иностранный язык	زبان خارجی
География	جغرافی
История	تاریخ
Философия	فلسفه
Социология	علوم اجتماعی
Литература	ادبیات
Гигиена	بهداشت
Патологическая анатомия	آسیب شناسی تشریحی
Микробиология	میکروب شناسی
Фармакология	داروشناسی
Фармация	داروسازی
Гистология	بافت شناسی
Иммунология	ایمنی شناسی
Педиатрия	پزشکی اطفال
Судебная медицина	پزشکی قانونی



Анестезиология	هوش بری
Реаниматология	مراقبت های ویژه پزشکی

مشاغل - دارو

Инженер	مهندس
Художник	هنرمند
Музыкант	موسیقی دان
Актер	بازیگر
Электрик	متخصص برق
Врач	دکتر
Стоматолог	دندانپزشک
Психолог	روانشناس
Терапевт	پزشک عمومی
Психиатр	روانپزشک
Офтальмолог	چشم پزشک
Хирург	جراح
Медсестра	پرستار
Невролог	متخصص اعصاب
Анализы	آزمایشات
Аптека	داروخانه
Укол	تزریقات
Капельница	سرم



Вакцинация	واکسن
Шприц	آمپول
Таблетки	قرص
Капсулы	کپسول
Мазь	پماد
Лекарство	دارو
Пластыри	چسب زخم
Бинт	باند زخم
Прокладки	نوار بهداشتی
Низкое давление	فشار خون پایین
Высокое давление	فشار خون بالا
высокая температура	تب بالا
Кашель	سرفه
Головокружение	سرگیجه
Головной боль	سر درد
Тошнота	حالت تهوع
Натощак	ناشتا
Спазм	گرفتگی عضلات



خصوصیات شخصیتی

Умный	زنگ
Тупой	خنک
Хитрый	حیلہ گر
Активный	فعال
Энергичный	پر انرژی
Ленивый	تنبل
Талантливый	با استعداد
Бездарный	بی استعداد
Молчаливый	ساکت
Болтун	پر حرف
Пунктуальный	وقت شناس
Недисциплинированный	وقت نشناس
Сонный	خواب آلود
Ботаник	درس خوان (خر خوان)
Очкарик	عینکی (اصطلاح کسی کہ سرش تو کتابہ و عینک بزرگ می زند)
Двоечник	شاگرد ضعیف (همیشه نمره مردودی میگیره)
Воспитанный	با ادب
Образованный	تحصیل کرده
Мудрый	دانا

شناخت آداب و رسوم و سنت های یک کشور به ما کمک می کند تا
در رفتار با مردم آن کشور کمتر دچار سوء برداشت شویم
که این امر باعث جلوگیری از رفتار ناپسند متقابل خواهد شد
انجام کاری شاید در نظر ما کاملاً عادی و طبیعی به نظر برسد اما
در کشور مقصد این کار توهین یا بی احترامی تلقی شود
شناخت قوانین جاری در کشور مقصد از این نیز مهمتر است. چرا که
عدم آشنایی کامل با قوانین گاهی خسارات جبران ناپذیری به همراه دارد



Незнание
законов
не освобождает
от
ответственности

نداستن قانون
از شما
سلب مسئولیت
نمی کند