



NEWLY ARRIVED IN A COMMON HOME

Agreement Number: 957999 - NEAR - AMIF - 2019 - AG - CALL

Benvenuti a Milano!

Handbook per gli studenti internazionali neo arrivati all'Università Cattolica del Sacro Cuore



CO-FUNDED BY THE EUROPEAN UNION'S ASYLUM,
MIGRATION AND INTEGRATION FUND



INDICE

INTRODUZIONE.....	3
PRIMA DI ARRIVARE A MILANO	4
Inizia ad imparare l'italiano	4
Inizia a cercare una casa	4
Organizzati per ottenere il tuo Codice Fiscale.....	5
Certificati medici per strutture sportive.....	5
QUANDO SEI GIÀ IN ITALIA	6
Procedure burocratiche e Servizi.....	6
Codice Fiscale.....	6
Permesso di Soggiorno	6
Trasporto pubblico e bike-sharing.....	7
Servizi sanitari.....	8
Trovare una casa	9
Vita nel campus	10
Orientarsi nei Campus di Milano	10
Polo Studenti	10
Badge universitario	11
ILAB – education technology.....	11
Mensa	11
Ricaricare il badge universitario	12
Biblioteca	12
Servizio Linguistico di Ateneo (SeLdA)	12
Attività extracurricolari	12
Extra information.....	13
Voucher e sconti.....	13
Fare la spesa	14

INTRODUZIONE

Cari studenti,

benvenuti nella vostra nuova casa a Milano.

Questo handbook è costruito per aiutare gli studenti internazionali dell'Università Cattolica ad adattarsi alla vita nel campus e nella città. Raccoglie consigli su problemi pratici e sulla vita sociale.

Le informazioni contenute in questo handbook sono tratte dai suggerimenti espressi da altri studenti internazionali, il cui viaggio in Università Cattolica è cominciato prima del vostro. Gli studenti hanno preso parte ad alcuni focus group, durante i quali hanno condiviso sfide e opportunità incontrate nel nuovo Paese e hanno raccontato di come il loro arrivo avrebbe potuto essere reso più semplice. I loro consigli sono raccolti in questo handbook e i loro suggerimenti per il tempo libero, la vita notturna, lo shopping e posti da visitare sono segnalati sulla mappa.

Due temi sono emersi in particolare dai focus group: gli studenti internazionali neo arrivati vogliono sentirsi inclusi nella loro nuova comunità di appartenenza e trovano la burocrazia italiana insidiosa. Per queste ragioni, la maggior parte degli studenti ha affermato che è importante iniziare ad imparare l'italiano e attivare le procedure per ottenere i documenti e trovare un alloggio prima di arrivare a Milano.

L'handbook è il risultato di una collaborazione tra gli studenti e lo staff dell'Ateneo e nasce dall'ascolto delle voci degli studenti, alcune delle quali sono contenute in questo strumento, creato nell'ambito del progetto NEAR (NEwly ARrived in a common home).

Potete scoprire di più sul progetto al sito <https://nearproject.eu/en/>

Con i nostri calorosi auguri,

Amanda Murphy, Olivia Mair, Francesca Poli

PRIMA DI ARRIVARE A MILANO

Inizia ad imparare l'italiano

Nonostante Milano sia una delle città più internazionali in Italia, non tutti parlano inglese. Inizia ad imparare un po' di italiano in anticipo! Ti aiuterà a risolvere problemi pratici e a fare amicizia.

Preply può aiutarti a raggiungere i risultati linguistici e offre opzioni flessibili sul prezzo e sul piano di apprendimento (preply.com)

Duolingo può essere usato gratis o con un abbonamento. L'approccio di apprendimento basato su un gioco è organizzato per argomenti ed è molto motivante: ti vengono inviati dei promemoria e si viene coinvolti in alcune competizioni (duolingo.com)

STUDENTS' TIPS

Informati il più possibile sul sistema universitario italiano prima di arrivare qui. È completamente diverso – le lezioni, gli esami, il sistema di valutazione.

STUDENTS' VOICES

Alcune comunicazioni universitarie e alcune informazioni sulle attività extra-curricolari sono disponibili solo in italiano.

STUDENTS' VOICES

Inizia a cercare una casa

A Milano, la domanda di alloggi è cresciuta molto negli ultimi anni. Inizia a cercare soluzioni abitative in anticipo, poiché trovare una casa può richiedere molto tempo: renderà la tua permanenza in città più semplice.

L'Università Cattolica offre diverse soluzioni abitative per gli studenti in scambio e mobilità internazionale e per gli studenti internazionali che frequentano un corso di laurea. Puoi trovare le informazioni [QUI](#).

Altre informazioni sono disponibili grazie all'Associazione degli Studenti Internazionali [QUI](#).

Contatti: milano_unicatt@esn.it

Alcuni siti affidabili per trovare casa sono: uniplaces.com; spotahome.com; casa.it; immobiliare.it; idealista.it. Puoi anche considerare l'idea di cercare su gruppi di Facebook, come Au Pair Milan, dove è possibile incontrare famiglie che ospitano au pairs.

I prezzi di affitto sono molto alti. Un'opzione più economica potrebbe essere cercare un alloggio in una piccola cittadina o paese fuori da Milano che sia ben connessa alla stazione di Cadorna con i treni. Cadorna è la stazione più vicina all'Università. La cosa importante è verificare che ci siano corse numerose dalla cittadina fuori Milano alla stazione di Cadorna.

STUDENTS' TIPS

Prova a contattare studenti che hanno quasi concluso i loro studi a Milano. Potresti riuscire a prendere il loro posto in stanza o in appartamento.

STUDENTS' TIPS

Organizzati per ottenere il tuo Codice Fiscale

Se ti interfacci per la prima volta con le procedure burocratiche italiane, ottenere il Codice Fiscale potrebbe essere complicato. Il Codice Fiscale è un codice numerico unico di identificazione, che consente di accedere a diversi servizi, come il sistema sanitario nazionale italiano e l'apertura di un conto in banca. Ti consente anche di lavorare in Italia ed è necessario per i contratti di affitto e alcuni acquisti online. Puoi ottenere il Codice Fiscale gratuitamente dall'Agenzia delle Entrate (l'Agenzia italiana per le tasse) prima di arrivare in Italia o quando sarai già qui.

La burocrazia può essere davvero lenta e difficile da capire. Non aver paura di chiedere aiuto!

STUDENTS' VOICES

Come ottenere il Codice Fiscale dal tuo Paese di origine: puoi richiedere il Codice Fiscale tramite la più vicina Ambasciata o il più vicino Consolato italiano, di solito tramite email, compilando un modulo di richiesta. Le informazioni per richiedere il Codice e per reperire il modulo sono disponibili [QUI](#).

Certificati medici per strutture sportive

Se pensi di iscriverti in palestra o di aderire ad un'attività sportiva durante la tua permanenza a Milano, ti servirà un certificato medico valido (la validità solitamente è di 1 anno dalla data di emissione). In alcuni casi un certificato medico prodotto da un medico di base fuori dall'Italia viene accettato se fornito in inglese con la firma e il timbro del medico. In relazione alla tipologia di sport, potrebbe essere necessario soddisfare anche altri requisiti, come ad esempio un cardiogramma.

In Italia è possibile ottenere un certificato medico in un centro sanitario privato ad un costo medio di 30-60 euro.

QUANDO SEI GIÀ IN ITALIA

Procedure burocratiche e Servizi

Tieni la mente aperta ed esplora la città senza fretta.

STUDENTS' VOICES

Codice Fiscale

Come ottenere il Codice Fiscale quando sei in Italia: se sei già in Italia, puoi richiedere il tuo Codice Fiscale all'Agenzia delle Entrate. Puoi richiederlo tramite email o andando alla sede più vicina dell'Agenzia. A Milano ci sono diverse sedi dell'Agenzia delle Entrate, la più vicina all'Università è la seguente:

Direzione Provinciale I di MILANO - Ufficio Territoriale MILANO 1
Via della Moscova, 2, 20121 Milano.
Tel: 02 97694111
Email: dp.imilano.utmilano1@agenziaentrate.it

Informazioni dettagliate sul Codice Fiscale e su come ottenerlo sono disponibili [QUI](#).
Sii pronto a fare la coda quando ti recherai presso gli uffici pubblici.

Permesso di Soggiorno

Entro 8 giorni lavorativi dal loro arrivo in Italia, i cittadini non UE devono inviare la richiesta per il Permesso di Soggiorno per ragioni di studio all'ufficio postale più vicino. Nel caso in cui una persona sia sottoposta a quarantena per motivi sanitari, gli 8 giorni si contano a partire dalla fine del periodo di isolamento.

Il permesso di soggiorno è una card con un microchip e una striscia magnetica contenente i dettagli personali del possessore, una foto e le impronte digitali in formato digitale. Chiedi un modulo di richiesta all'ufficio postale. La lista dei documenti necessari è presente nell'elenco di seguito. Quando presenti la richiesta, viene fissato un appuntamento con la polizia. Assicurati di aver controllato quali documenti sono necessari per l'intervista, che trovi elencati di seguito. Il permesso di soggiorno viene emesso dalla stazione di polizia (Commissariato o Questura) circa 1-2 mesi dopo l'intervista.

La scadenza del Permesso di Soggiorno è decisa dalla polizia in base alla durata del tuo periodo di studio in Università Cattolica e in base alla copertura della tua assicurazione sanitaria. In ogni caso il Permesso di Soggiorno per ragioni di studio ha la durata massima di un anno. Secondo la normativa corrente, deve essere rinnovato ogni 12 mesi. Per il primo rinnovo, i cittadini non UE devono dimostrare di aver superato almeno un esame durante il primo anno di studi; per i successivi rinnovi, gli studenti non UE devono aver superato almeno due esami ogni anno.

Documenti da presentare all'appuntamento:

- Fotocopia in bianco e nero* del passaporto – solo le pagine contenenti i dati personali e il visto
- Fotocopia del visto e di ogni lettera emessa o timbrata dal Consolato o dall'Ambasciata. La Dichiarazione di valore non è richiesta

- Lettera di ammissione all'Università Cattolica
- Fotocopia dell'assicurazione sanitaria con copertura di almeno un anno
- Una marca da bollo del valore di 16 euro, da acquistare in tabaccheria

*Le fotocopie devono essere in bianco e nero e non a colori.

Puoi trovare una guida per ottenere il tuo permesso di soggiorno e compilare i moduli [QUI](#).

Trasporto pubblico e bike-sharing

I trasporti in città

L'Azienda Trasporti Milanesi (ATM) gestisce il sistema di trasporto pubblico di Milano, composto da autobus, tram e metropolitana. Tutte le informazioni e gli itinerari sono disponibili su atm.it. Sul sito ufficiale di ATM puoi scoprire gli itinerari cliccando su "GIROMILANO". Le stazioni della metropolitana più vicine al campus principale dell'Università sono la stazione di Sant'Ambrogio (linea M2) e la stazione di Cadorna (linea M1 e linea M2). Un biglietto Urbano costa 2 euro ed è valido per 90 minuti su tutte le linee e i mezzi nella rete urbana di Milano. Gli studenti sotto ai 26 anni possono acquistare l'abbonamento mensile ad un prezzo ridotto. Maggiori informazioni sugli abbonamenti e sui prezzi sono disponibili [QUI](#) e [QUI](#).

Sono stupito dal perfetto sistema di trasporti di Milano.

STUDENTS' VOICES

Stazioni ferroviarie

Le principali stazioni ferroviarie sono connesse alla rete della metropolitana. Le più importanti stazioni ferroviarie di Milano sono la stazione di Milano Centrale, la stazione di Milano Porta Garibaldi e la stazione di Milano Cadorna. Queste stazioni connettono Milano a tutta la regione circostante la città, alle principali città italiane e all'aeroporto di Milano Malpensa.

Aeroporti

È facile raggiungere Milano da uno dei tre aeroporti che servono la città: Milano Linate (LIN), Milano Malpensa (MXP) e Milano Bergamo-Orio al Serio (BGY). L'aeroporto di Milano Linate è connesso al centro della città con gli autobus diretti alla stazione di Milano Centrale o dalla linea di autobus 73 di ATM. L'aeroporto di Milano Malpensa è connesso alla stazione di Milano Centrale e alla stazione di Milano Cadorna con il Malpensa Express e con gli autobus diretti a Milano Centrale. L'aeroporto di Milano Bergamo-Orio al Serio è connesso alla stazione di Milano Centrale con gli autobus. Puoi trovare tutte le informazioni sugli aeroporti e i servizi di collegamento con la città [QUI](#).

Bike-sharing

Negli ultimi anni Milano ha ampliato la sua rete di piste ciclabili. Per muoversi in città in bicicletta, esistono diversi servizi di bike sharing. Uno dei più utilizzati è il servizio BikeMi di ATM. Puoi trovare le informazioni [QUI](#).

Servizi sanitari

Servizio Sanitario Nazionale Italiano

Una volta ottenuto il tuo Codice Fiscale e il Permesso di Soggiorno, puoi decidere di registrarti al Servizio Sanitario Nazionale Italiano (SSN). Trovi [QUI](#) e [QUI](#) tutte le informazioni.

Centro Sanitario e Sportello Psicologico dell'Università Cattolica

Il Centro Sanitario dell'Università Cattolica offre a tutti gli studenti iscritti cure mediche, primo soccorso e consulenza psicologica. Al Centro Sanitario sono disponibili anche medici che parlano inglese. Il Centro Sanitario si trova nel Campus principale di Largo Gemelli, al primo piano dell'edificio Dominicanum. Per questioni di primo soccorso e di medicina generale non è necessario prendere appuntamento. Per il servizio dello sportello psicologico, contatta il Centro per conoscere i prezzi e per fissare un appuntamento.

Gli orari di apertura alla data di pubblicazione sono: martedì e giovedì dalle 9:00 alle 17:00, lunedì e mercoledì dalle 13:00 alle 17:00. Venerdì chiuso. Gli orari di apertura possono variare nel tempo, contatta il Centro Sanitario per ottenere una conferma degli orari.

Contatti

Tel.: +39 02 7234 2217

Email: centro.sanitario.dsu@educatt.it

Sito: <https://international.unicatt.it/ucscinternational-milan-campus-health-services>

L'assistenza medica al Centro è gratuita, tranne che per visite specialistiche e per il servizio psicologico.

Altre opzioni per l'assistenza sanitaria

L'Università ha stretto accordi con alcuni centri medico-sanitari nelle vicinanze dell'Ateneo, per consentire agli studenti di accedere a visite specialistiche e test di laboratorio a prezzi ridotti:

Per visite specialistiche e test di laboratorio:

Istituto Auxologico Italiano, via Ariosto 13, Milano

Tel.: +39 02 61911 2500

www.auxologico.it

Per fisioterapia e cure dentistiche:
Cooperativa sociale A.L.A.T.H.A., via Savona 37, Milano
Sito: www.alatha.org
Tel. fisioterapia e riabilitazione: +39 02 4225 7213
Tel. studio odontoiatrico: +39 02 4225 7216

Quando prenoti un appuntamento, ricorda di dichiarare che sei uno studente o una studentessa dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e che l'Università è convenzionata tramite la convenzione EDUCatt – Università Cattolica Studenti. Porta con te il badge universitario, la tessera sanitaria e il Codice Fiscale, insieme ad un documento di identità, quando ti presenti all'appuntamento.

Trovare una casa

A Milano, la domanda di alloggi è cresciuta molto negli ultimi anni.

L'Università Cattolica promuove diverse soluzioni abitative per gli studenti in scambio e mobilità internazionale e per gli studenti internazionali che frequentano un intero corso di laurea. Puoi trovare le informazioni [QUI](#).

Altre informazioni sono disponibili grazie all'Associazione degli Studenti Internazionali [QUI](#).

Contatti: milano_unicatt@esn.it

Alcuni siti affidabili per trovare casa sono: uniplaces.com; spotahome.com; casa.it; immobiliare.it; idealista.it. Puoi anche considerare l'idea di cercare su gruppi di Facebook, come Au Pair Milan, dove è possibile incontrare famiglie che ospitano au pairs.

Vita nel campus

Le informazioni in inglese relative ai servizi sanitari, alle proposte sportive e alle altre possibilità offerte sono disponibili [QUI](#).

Orientarsi nei Campus di Milano

Il campus di Milano dell'Università Cattolica si compone di numerosi edifici, la maggior parte dei quali situati nel quartiere di Sant'Ambrogio, che prendono il nome dalle vie nelle quali si trovano.

Il riferimento principale è in Largo Gemelli e nelle vicinanze si trova la sede di via Necchi. Gli edifici di via Nirone, via Sant'Agnese, via Lanzone, via Olona, via Carducci e via MoroZZo della Rocca sono situati nella stessa area. L'unico edificio che non si trova all'interno del quartiere di Sant'Ambrogio è la sede di via Piazza Buonarroti.

Le aule univervitarie sono identificate grazie a numeri, che identificano l'edificio presso il quale si trovano. Per esempio, le aule presso il complesso di Largo Gemelli sono indicate con una G. seguita da un numero, come nel caso dell'aula G. 016. Allo stesso modo funziona per gli alti edifici:

- GEMELLI: G.016, G.118, G.252;
- NECCHI: N.011
- NIRONE: NI.010
- SANT'AGNESE: SA.001
- OLONA: OL.002
- CARDUCCI: C.018
- MOROZZO DELLA ROCCA: MR.211
- BUONARROTI: B.009

Polo Studenti

Una volta iscritto, il Polo Studenti è il punto di contatto per gli studenti. È suddiviso in quattro aree:

- o PRIMO CONTATTO, per informazioni relative al portale iCatt, piattaforma Blackboard, domande di carattere generale;
- o CARRIERA STUDENTI, per questioni relative al piano studi e ai certificati della carriera;
- o ESAMI E PROVA FINALE, registrazione agli esami, votazioni e iscrizione all'esame di laurea;
- o CONTRIBUTI STUDENTI, per documentazione relativa al calcolo delle tasse universitarie.

Il Polo Studenti si trova presso la sede di Largo Gemelli e puoi contattarlo attraverso la sezione “i miei messaggi” sul portale iCatt.

Badge universitario

Il Badge universitario ti serve per accedere agli edifici dell’Università e usufruire dei servizi universitari, come la biblioteca, i servizi di stampa e fotocopiatrici e il Centro Sanitario. Il badge può anche essere usato come carta bancaria prepagata. Una volta attivata, la carta può essere usata per pagamenti contactless, come ogni altra carta bancaria.

Circa 20 giorni dopo l’immatricolazione, verrai avvisato via email che il tuo badge è pronto per il ritiro all’International Admission Office. Controlla [QUI](#) per maggiori informazioni.

Per attivare il badge puoi recarti in qualsiasi filiale della Banca Popolare di Sondrio. La filiale presente in Università Cattolica è la filiale di Largo A. Gemelli 1, 20123 Milan (all’interno del campus principale dell’Università).

ILAB – education technology

ILAB è il centro universitario a cui puoi chiedere aiuto sulla piattaforma didattica Blackboard. Con ILAB puoi frequentare brevi corsi sulla education technology.

Mensa

Il campus di Milano ha quattro diverse mense:

- Mensa&Pizza9 – via Necchi 9
- Mensa 18 – via San Vittore
- Mensa 5 – via Necchi 5
- Mensa 6 – via Verga 6

Sono a disposizione degli studenti numerose proposte. Ad esempio:

- pranzo completo: primo piatto + secondo piatto + contorno + frutta e pane
- formula lunch: primo piatto + contorno + frutta e pane
- pizza

Le bevande sono incluse, con possibilità di refill gratuito. È possibile pagare il proprio pasto direttamente presso la mensa utilizzando il badge studente; sono disponibili numerose macchinette all’ingresso della Mensa&Pizza9. I contanti non sono accettati. I prezzi sono contenuti e sono disponibili anche sconti.

Tutte le informazioni sulla mensa sono disponibili [QUI](#).

Ricaricare il badge universitario

Per conoscere le modalità di caricamento del proprio pasto sul badge universitario guarda [questo video](#) su YouTube.

Biblioteca

La biblioteca è il luogo dove studio, ricerca e cultura si incontrano. Il sistema bibliotecario d'Ateneo è uno dei più prestigiosi del panorama italiano perché unisce le sue ampie collezioni alla migliore tecnologia moderna. Puoi trovare tutte le informazioni [QUI](#).

È presente anche una mediateca, dove è possibile avere accesso alle risorse multimediali dell'Ateneo e dove si possono prendere in prestito DVD. Questo l'indirizzo email di contatto: biblioteca.mediateca-mi@unicatt.it.

Servizio Linguistico di Ateneo (SeLdA)

Il servizio linguistico d'Ateneo offre un'ampia gamma di corsi di lingua a disposizione di studenti italiani ed internazionali, docenti e personale amministrativo. Attualmente il Centro mette anche a disposizione corsi di lingua di italiano, francese, cinese, spagnolo, russo e tedesco. Si possono reperire ulteriori informazioni [QUI](#).

Attività extracurricolari

Costruite un buon equilibrio tra studio e relax così da godere ogni secondo della vostra esperienza come studenti internazionale in Italia

STUDENTS' VOICES

Questa sezione fornisce link e informazioni utili in inglese in merito ad alcune delle attività extracurricolari promosse dall'Università.

Attività sportive

Il Centro Sportivo Universitario (CUS) ha 11 diversi team: atletica, rugby, tennis, vela, nuoto e water polo, hockey sul ghiaccio, canottaggio, canoa, pallavolo, softball e basket, oltre a tantissimi corsi di fitness aperti a tutti gli studenti e a qualsiasi livello. Il CUS organizza anche tornei e altre attività.

Il punto informazioni del CUS si trova al Polo Studenti, bancone 7 ed è aperto nei seguenti orari: martedì e giovedì dalle 10:00 alle 13:00, mercoledì dalle 13:00 alle 16:00.

Tutte le informazioni sul CUS sono disponibili [QUI](#).

L'università non è solo il luogo dove seguire le lezioni, ma è un posto dove costruire relazioni. L'offerta è molto ampia per gli studenti italiani, ma cosa succede se sei uno studente internazionale? Molte informazioni disponibili sono solo in italiano.

STUDENTS' VOICES

Ricorda che per accedere ai centri sportivi e alle palestre, in Italia è necessario possedere un certificato medico valido (la validità di solito è di un anno dalla data di emissione).

Musica nel campus

Se ti piace cantare o suonare uno strumento, potresti unirti al coro universitario o suonare in un ensemble. In Università Cattolica è anche possibile assistere ad una serie di concerti ed eventi musicali nel campus. Segui lo Studium Musicale su Facebook, Instagram e YouTube, o contatta il Prof. Enrico Reggiani (enrico.reggiani@unicatt.it) per informazioni e per partecipare.

Buddy programme

Il Buddy programme dell'Università Cattolica mette in contatto gli studenti internazionali con studenti italiani che sono tornati da un periodo di scambio all'estero. Tutte le informazioni sono disponibili [QUI](#).

Opportunità di volontariato

L'Università Cattolica offre molte opportunità di svolgere attività di volontariato ai suoi studenti. Per saperne di più visita le pagine del [CeSI](#) (Centro di Ateneo per la Solidarietà Internazionale) e dei [CattolicaInternational](#).

Erasmus Student Network Unicatt Milano

La sezione locale dell'Erasmus Student Network (ESN) connessa all'Università Cattolica organizza eventi sociali, scambi linguistici e tutoring. I volontari lavorano con le sezioni di altre cinque università milanesi per aiutare gli studenti internazionali di Milano a partecipare ad eventi, viaggi e a conoscere nuove persone. Tutte le informazioni sono disponibili [QUI](#).

Extra information

Voucher e sconti

Voucher e sconti per gli studenti su prodotti elettronici, abbigliamento sportivo e trasporti:

Usa il tuo indirizzo email universitario per registrarti ai seguenti siti e ottenere sconti:

- www.myunidays.com
- www.studentbeans.com/it

Fare la spesa

Le catene di supermercati più diffuse nel centro di Milano sono Pam, Esselunga e Carrefour. Normalmente tutti questi supermercati sono aperti fino alle 21:00. Il sito web di Esselunga funziona bene e offre un buon servizio di consegna a domicilio della spesa.

Vicino all'Università, puoi trovare il vivace mercato di viale Papiniano, che si tiene al martedì e al sabato durante la mattina, nella zona di piazza Sant'Agostino. Il mercato di Papiniano ha moltissime bancarelle colorate che vendono frutta, verdura, pesce, salumi. Nella vicina via Cesare da Sesto ci sono un paio di negozi che vendono specialità alimentari asiatiche, dove puoi trovare ingredienti internazionali, provenienti soprattutto dall'Asia.

La cosa più importante è sfruttare ogni opportunità che ti viene offerta e provare esperienze nuove, anche se non sei convinto al 100%. Alla fine puoi sempre divertirti.

STUDENTS' VOICES

Questo handbook nasce dalla collaborazione tra il Centro di Ateneo per la Solidarietà Internazionale (CeSI), il Centre for Higher Education Internationalisation (CHEI) e l'International Admission Office dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, nell'ambito del progetto NEAR.

Ringraziamo Mariia Humeniak, studentessa di Psicologia, per averci aiutato a raccogliere e riordinare le informazioni, condividendo moltissimi consigli utili.

