

<<到亚洲成功留学全程顾问>>

图书基本信息

书名：<<到亚洲成功留学全程顾问>>

13位ISBN编号：9787509103906

10位ISBN编号：7509103908

出版时间：2006-8

出版时间：人民军医出版社

作者：王亚平,程齐波

页数：286

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<到亚洲成功留学全程顾问>>

内容概要

《到亚洲成功留学全程顾问：助你留学成功》从帮助你成功留学的角度，全面介绍了到亚洲成功留学的必知内容，以及到亚洲国家留学容易遇到的一些问题的有效应对措施，提高你的留学自我管理能力，帮助你顺利留学，成功留学。

<<到亚洲成功留学全程顾问>>

书籍目录

前言1 留学国家介绍日本韩国新加坡马来西亚泰国2 留学国家医疗保障制度日本韩国新加坡马来西亚泰国3 留学前的准备如何选择留学国家和学校选好中介心理准备信念准备年龄准备买一本出国留学健康与安全指导手册了解必要的健康保健知识,提高健康安全保护能力出国前体检锻炼身体,增强体质学会独立生活的本领准备个人小药箱准备一些必需的营养保健品准备适宜适量的调料准备合适的衣物其他与安全健康有关的物品其他附属物品禁止携带入境的物品4 留学途中健康防护途中常发生的健康问题防晕机防耳痛防腿痛防腹泻防“四低”对身体的影响防湍流影响防牙痛对时差的调节女孩子经期乘机注意事项其他注意事项5 到达留学国家后要注意22条安全内容早到学校住宿理念居家安全管好钱物提防陌生人安全合租交友外出证件保管乘车走路驾车与交通紧急情况买保险逛商场和就餐远离毒品防止校园内暴力警惕邪教打电话经常与家保持联系打工6 留学生生理心理健康青少年具有特殊的心理和生理特征出国前的心理变化与调整出国后的心理变化与调整挫折感心理状态改变导致生理的变化解除心理枷锁适应留学生活7 留学生易患疾病防治呼吸系统疾病消化系统疾病泌尿系统疾病神经、精神系统疾病过敏性疾病维生素缺乏症普通外科疾病眼科疾病皮肤科疾病8 留学生饮食与营养的自我管理留学生饮食特点及其对健康的影响留学生的饮食营养评估留学生如何保证自己的营养与留学生有关的营养知识健康饮食原则注意食品安全留学生特殊营养需要留学生营养配餐组合保健食品9 留学生性保健留学生性状况有关性的知识性健康与性卫生性侵害的预防和处理性病的防治10 留学生旅游安全与健康增强旅游安全意识提高旅游安全能力旅游中的衣食住行旅游中的健康防护常识不同季节旅游注意事项11 如何应对留学国家突发事件造成的卫生健康问题突发事件的特征突发事件对健康造成的损害与影响遇到突发事件的自救互救附录 留学必知的参考资料附录A 不宜乘飞机的人员和疾病患者附录B 常用标准体重计算方法资料C 常用药物的使用方法附录D 留学生常用医学检验知识附录E 出国留学公证的办理附录F 中国对于国外学历、学位认证的范围附录G 出国留学资金携带的几种方式附录H 我国公证机构公证书不需认证的国家附录I 中国赴各国留学生人数参考附录J 部分国家自费留学费用参考附录K 国家公派留学各省区市受理机构受理范围联系电话附录L 部分国家驻华使馆联系方式附录M 中国驻外使(领)馆教育处(组)联系方式及网址附录N 赴各国留学签证资料及要求参考附录O 留学国家携带衣物清单参考附录P 各航空公司行李携带要求附录Q 出国外语考试的种类及说明附录R 部分留学国家货币与人民币汇率对照及特殊电话附录S 部分国家与北京时间的时差后记

<<到亚洲成功留学全程顾问>>

编辑推荐

怎样选择留学国家和学校，它们的优势专业是什么，都提供了哪些学习和生活条件，需要的花费是多少；各国的打工规定是怎样的，能否一边学习一边打工，怎样找工作：万一生病了，谁来给你付医药费；怎样很快地融入到当地的国家中，做好出国后的心理调整；怎样在异国照顾好自己，怎样做好性保健……从你有了留学打算，到在异国留学，会有许多你不熟悉和意想不到的情况和问题需要面对。

本书的作者根据大量的留学生调查，将留学生最关心的事情，留学中最易遇到的难点和问题，最易影响留学成功的因素等，以留学健康与安全顾问的形式作了介绍，给没有留学经验的学生和家长实用性很强和有针对性的帮助。

助你顺利实现留学目标!

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>