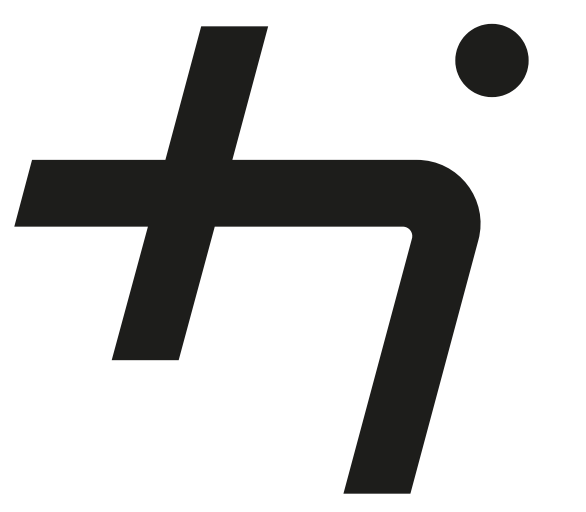


Auslandsaufenthalt mit psychischer Erkrankung



DAS WICHTIGSTE ZUERST

Ein Auslandsaufenthalt birgt einige Herausforderungen, ist aber auch mit psychischer Erkrankung möglich. Viele Studierende schaffen es erfolgreich – mit der richtigen Vorbereitung!

MÖGLICHE HERAUSFORDERUNGEN

- Neue Umgebung, Kultur & Sprache
- Wegfall von Routinen & gewohnten Unterstützungssystemen
- Mehr Stress oder Unsicherheit als zuhause

Diese Herausforderungen sind normal, auch ohne Erkrankung!

GUTE VORBEREITUNG IST ENTSCHEIDEND!

- Gibt es Beratungsangebote an der Gasthochschule?
- Brauchst du psychologische oder medizinische Versorgung vor Ort?
- Kannst du deine Therapie online fortführen?
- Wie ist deine Medikamentenversorgung gesichert?
- Brauchst du eine ärztliche Bescheinigung zum Transport deiner Medikamente?

ANLAUFSTELLEN ZUR BERATUNG

- 👤 [International Office](#)
- 👤 [Studienberatung](#)
- 👤 [Psychologische Beratung](#)

Bitte kontaktiere & informiere dich frühzeitig!

Du entscheidest natürlich selbst, mit wem du sprichst und was du teilen möchtest.

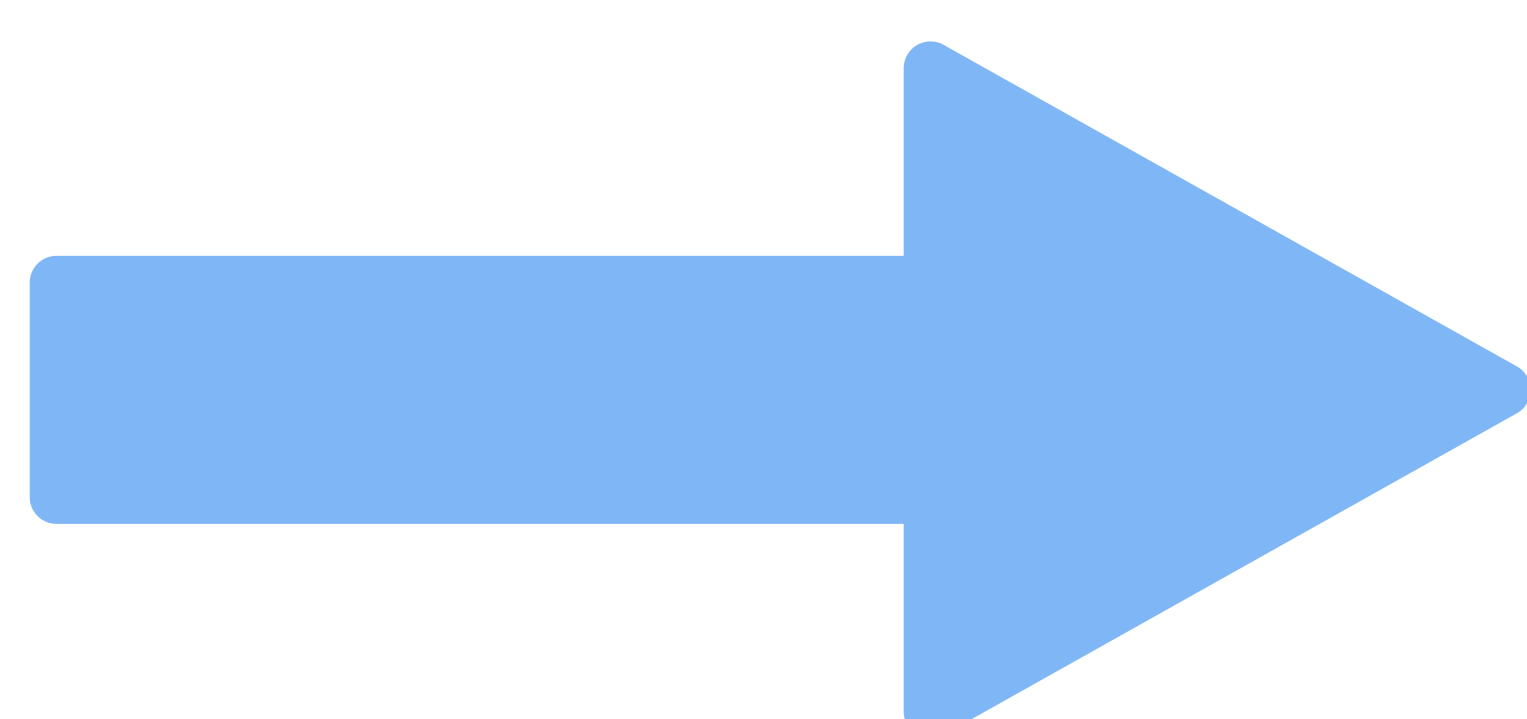
Plane bitte für den Ernstfall

Wen kannst du in einer Krisensituation kontaktieren?

Welche Notfallnummern gibt es vor Ort?

Hast du Kontakte vor Ort?

Buche dir einen persönlichen Termin mit dem IO!



Hilfreiche Links

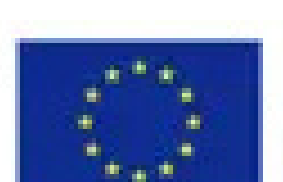
[Erfahrungsbericht & Tipps zum Aufenthalt in Frankreich mit Depression](#)

[Informationen & Vordrucke für Reisen mit BTM-Medikamenten](#)

[Erfahrungsberichte & Arbeitsblätter von Mobility International USA](#)

DAAD

Deutscher Akademischer Austausch Dienst
German Academic Exchange Service



Erasmus+