

Пет совети како да не полудиш од глад пред ИСПИТ

Постои еден момент што му е добро познат на секој студент. Седнуваш да учиш, ги отвораш книгите, скриптите или лаптопот и си велиш: „Денес нема станување од столче додека не ги завршам овие три поглавја.“

Поминале точно 27 минути... и криза. Гладен си.

Класична дилема: да продолжиш со учење или да го отвориш фрижидерот во кој, нормално, нема ништо за јадење. Ако излезеш по храна, планот за учење пропаѓа. Ако останеш гладен, фокусот исчезнува.

Затоа првиот совет за преживување на студентска сесија е едноставен: не му дозволувај на гладот да ти го диктира распоредот.

Вториот совет е да го чуваш времето како највреден ресурс. Кога секој час е важен, а секоја непланирана пауза се чувствува, студентската картица може да помогне храната да стигне таму каде што учиш — дома, во студентски дом, библиотека или co-working простор.

Наместо време да се губи во редици, маркет или одење до ресторан, оброкот може да се нарача преку Wolt, без да се прекине ритамот на учење.

Притоа, студентскиот оброк не е само начин да се заштеди време, туку и поаметно да се испланира буџетот. Студентите неделно располагаат со вкупно 840 денари наменети за оброци, кои треба да се искористат во текот на неделата. А кога роковите се ближат, секоја заштедена минута може да направи разлика.

Токму тука се вклопува и најновото [видео](#) на младиот актер Антонио Ташковски, во кое открива дека на платформата Wolt има одлични попусти и можност за студенти да ја искористат својата студентска картичка.

Третиот совет е: не се обидувај да научиш сè одеднаш. Испитната сесија не е спринт, туку маратон. Подобро е да имаш три продуктивни часа отколку десет часа паника и прелистување страници без вистински фокус.

Четвртиот совет е да не забораваш дека и мозокот има потреба од гориво. Некогаш еден добар оброк вреди повеќе од уште еден час над книга без концентрација. Редовната исхрана, доволно течности и кратките паузи можат да помогнат фокусот да трае подолго.

И конечно, петтиот совет е: не ја сфаќај сесијата премногу сериозно.

Да, испитите се важни. Но секоја генерација има свои легендарни студентски приказни. Некој заспал над книга. Некој учел цела ноќ за погрешен предмет. А според видеото на Антонио Ташковски, студентскиот попуст на Wolt е доволна причина некој да посака и туѓа картичка за студентски оброк. Особено кога едниот брат е студент, а другиот не е.

Тогаш туѓата картичка лесно може да изгледа како најбрз пат до вкусен оброк.

Сепак, за успешна сесија доволно е да ги искористиш придобивките што веќе ти стојат на располагање, паметно да го организираш времето и да останеш фокусиран на она што е најважно.

Затоа што секој студент во сесија ќе каже исто: му треба повеќе време, помалку стрес и еден добар оброк во вистинскиот момент.

Контакт детали

Lidija Mirić Mičetić

Communications Manager for the Adriatic and
North Macedonia

lidija.miric.micetic@wolt.com

[+38599 7348 652](tel:+385997348652)

Копирај линк

<https://press.wolt.com/mk-MK/267999-/>