

# Pierwsze kroki w Polsce

## Broszura Informacyjna dla Cudzoziemców

**Niniejszy informator przedstawia informacje dotyczące Twojego dalszego pobytu w Polsce.**

**Podzielony on został na 4 części:**

- ▶ Informacje o Polsce (tu znajdziesz podstawowe informacje dotyczące Polski, jej historii, klimatu, kuchni oraz zwyczajów) – **str. 4**
- ▶ Procedura o udzielenie ochrony międzynarodowej (tu dowiesz się o tym jakie są kolejne etapy procedury uchodźczej od momentu złożenia przez Ciebie wniosku do wydania decyzji ostatecznej oraz na co powinieneś zwrócić uwagę) – **str. 17**
- ▶ Pomoc socjalna (tu dowiesz się o możliwych rodzajach pomocy socjalnej, które ci przysługują jako osobie ubiegającej się o udzielenie ochrony międzynarodowej oraz znajdziesz instrukcje jak załatwić poszczególne formalności) – **str. 22**
- ▶ Decyzja w sprawie o udzielenie ochrony międzynarodowej (w tej części dowiesz się, co należy zrobić po otrzymaniu decyzji rozstrzygającej Twoją sprawę) – **str. 43**

## Spis treści

<b>INFORMACJE O POLSCE</b> .....	<b>4</b>
POLSKA OBECNIE.....	5
KULTURA.....	6
NAUKA.....	7
SPORT.....	7
KLIMAT/PORY ROKU.....	8
POLSKIE NORMY I OBYCZAJE.....	9
NAJWAŻNIEJSZE POLSKIE ŚWIĘTA.....	11
KUCHNIA POLSKA.....	12
KOMUNIKACJA.....	12
TRANSPORT.....	12
NUMER PESEL.....	16
BANKOWOŚĆ.....	16
<b>PROCEDURA O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ</b> .....	<b>17</b>
PRZESŁUCHANIE I WYDANIE DECYZJI.....	18
UMORZENIE POSTĘPOWANIA O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ.....	19
NIEDOPUSZCZALNOŚĆ WNIOSKU O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ.....	19
SKUTKI OTRZYMANIA DECYZJI NEGATYWNEJ W SPRAWIE UDZIELENIA OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ.....	20
TZW. POSTĘPOWANIA DUBLIŃSKIE.....	20
BEZPŁATNA INFORMACJA I POMOC PRAWNA.....	21
<b>POMOC SOCJALNA</b> .....	<b>22</b>
WYSOKOŚĆ ŚWIADCZEŃ DLA CUDZOZIEMCÓW PRZEBYWAJĄCYCH POZA OŚRODKIEM.....	22
WYSOKOŚĆ ŚWIADCZEŃ DLA CUDZOZIEMCÓW PRZEBYWAJĄCYCH W OŚRODKU.....	23
ZAKWATEROWANIE.....	23
PRZENIESIENIE DO INNEGO OŚRODKA.....	24
BADANIA.....	25
OPIEKA MEDYCZNA.....	25
WYŻYWIENIE.....	27
EKWIWALENT.....	28
ZWROT KOSZTÓW ZA BILETY.....	28
BEZPIECZEŃSTWO W OŚRODKACH DLA CUDZOZIEMCÓW.....	29
WYCHODZENIE Z OŚRODKA.....	30
PRAWA MIESZKAŃCÓW OŚRODKA.....	31
OBOWIĄZKI MIESZKAŃCÓW OŚRODKA.....	31
ZAKAZY OBOWIĄZUJĄCE NA TERENIE OŚRODKA.....	31
BEZPIECZEŃSTWO PRZECIWPOŻAROWE I INNE ZAGROŻENIA.....	32

PRZESTĘPSTWA – CZYLI CO JEST W POLSCE ZABRONIONE.....	32
PRZEMOC .....	33
OCHRONA DZIECI .....	34
ZAWARCIE MAŁŻEŃSTWA PRZEZ OSOBY NIELETNIE .....	35
EDUKACJA .....	36
JĘZYK POLSKI.....	37
NARODZINY DZIECKA .....	38
PRACA W OŚRODKU.....	39
PRACA POZA OŚRODKIEM .....	39
JAK PRZEDŁUŻYĆ TYMCZASOWE ZAŚWIADCZENIE TOŻSAMOŚCI CUDZOZIEMCA (TZTC).....	40
WNIOSKI I SKARGI .....	41
POWRÓT DO KRAJU .....	41
<b>DECYZJA W SPRAWIE O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ .....</b>	<b>43</b>
<b>WAŻNE DANE KONTAKTOWE.....</b>	<b>44</b>
<b>SŁOWNICZEK.....</b>	<b>46</b>
<b>WARSZAWA .....</b>	<b>47</b>
<b>DOJAZD DO OŚRODKA RECEPCYJNEGO PODKOWA LEŚNA – DĘBAK.....</b>	<b>48</b>

## ► INFORMACJE O POLSCE

Flaga



Godło



Mapa Europy z wyróżnioną Polską



**Rzeczpospolita Polska** – jest położona w Europie Środkowej, między Morzem Bałtyckim na północy, a górami Karpatami i Sudetami na południu, w dorzeczu największych polskich rzek: Wisły i Odry. Powierzchnia całkowita Polski wynosi 322 575 km<sup>2</sup>. Zamieszkała jest przez prawie 38 milionów ludzi.

Polska jest podzielona na 16 województw. Stolicą kraju jest Warszawa, która jest jednocześnie największym miastem. Inne metropolie to Gdańsk, Kraków, Łódź, Poznań, Szczecin i Wrocław.

Od zachodu graniczy z Niemcami, od południa z Czechami i Słowacją, od wschodu z Ukrainą i Białorusią, od północnego wschodu z Litwą oraz od północy z Federacją Rosyjską (Obwód Kaliningradzki).

### KALENDARIUM NAJWAŻNIEJSZYCH WYDARZEŃ W HISTORII POLSKI

966 – Chrystus Polski oraz symboliczna data utworzenia państwa polskiego

1364 – Powstanie Akademii Krakowskiej, jednej z pierwszych uczelni wyższych w Europie.

XVI Wiek zwany Złotym Wiekiem - okres w historii Polski przypadający za panowania ostatnich Jagiellonów (Zygmunta Starego i Zygmunta Augusta). Polska była wówczas jednym z najpotężniejszych państw w Europie.

1569 – Unia Lubelska, powstanie Rzeczypospolitej Obojga Narodów (Polska i Litwa zjednoczyły się)

1596 – Przeniesienie stolicy z Krakowa do Warszawy

1772 – I rozbiór Polski, w konsekwencji rozbioru część terytorium Polski zajęły Prusy, Austria i Rosja

1791 – Uchwalenie Konstytucji 3-go Maja - pierwszej konstytucji w Europie i drugiej na świecie

1793 – II rozbiór Polski, kolejne terytoria Polski zostały zajęte przez Prusy i Rosję

1795 – III rozbiór Polski i całkowita likwidacja Rzeczypospolitej Polskiej - Rzeczpospolita Polska na ponad 120 lat znika z mapy świata

1815 – Kongres wiedeński, powstanie zależnego od Rosji Królestwa Polskiego

1830 – Powstanie listopadowe

1863 – Powstanie styczniowe

1914–1918 – I wojna światowa

11 XI 1918 – Odzyskanie niepodległości przez Polskę

28 XI 1918 – Wydano Dekret o ordynacji wyborczej do Sejmu Ustawodawczego dzięki któremu Polki uzyskały pełnię władz wyborczych jako jedne z pierwszych na świecie wcześniej niż Amerykanki, Brytyjki czy Francuzki

13 XIII 1920 – Bitwa Warszawska trwała od 13 do 25 sierpnia 1920 r. podczas wojny polsko-bolszewickiej (na pamiątkę zwycięstwa – 15 sierpnia obchodzone jest święto Wojska Polskiego)

1 IX 1939 – Napaść Niemiec hitlerowskich na Polskę, początek II wojny światowej

17 IX 1939 – Napaść Związku Socjalistycznych Republik Radzieckich na wschodnie ziemie polskie

19 IV 1943 – Wybuch Powstania w getcie w okupowanej przez Niemców Warszawie

1 VIII 1944 – Wybuch Powstania Warszawskiego, wystąpienie przeciwko okupującym Warszawę wojskom niemieckim. Największy zryw ruchu oporu podczas II Wojny Światowej w okupowanej Europie

8 V 1945 – Koniec II wojny światowej dla Europy

19 I 1947 – Sfałszowane wybory, w wyniku których władzę w Polsce przejęły partie komunistyczne.

28 VI 1956 – Pierwszy powszechny strajk generalny połączony z demonstracjami ulicznymi, zorganizowany w Poznaniu pod hasłami ekonomicznymi i politycznymi („chleba i wolności”). Protest został krwawo stłumiony przez władze

VIII 1980 – Masowe strajki w wielu miastach Polski – protesty przeciwko władzy socjalistycznej

13 XII 1981 – Wprowadzenie na terenie całego kraju stanu wojennego – aresztowano i internowano opozycyjnych działaczy politycznych, zdelegalizowano organizacje i związki zawodowe, zakazano strajków, wprowadzono godzinę policyjną

6 II 1989 – Rozpoczęcie obrad Okrągłego Stołu – początek demokratycznych przemian ustrojowych w Polsce

4 VI 1989 – Pierwsze częściowo wolne wybory do Sejmu oraz całkowicie wolne wybory do Senatu. Komitet obywatelski Solidarność uzyskuje w Senacie 99 na 100 możliwych mandatów.

27 X 1991 – Pierwsze całkowicie wolne wybory parlamentarne w Polsce po II wojnie światowej

12 III 1999 – Przystąpienie Polski do NATO

1 V 2004 – Polska staje się członkiem UE

2018 – Stulecie Odzyskania przez Polskę Niepodległości

## POLSKA OBECNIE

### Ustrój

Polska jest republiką demokratyczną, w której obywatele wybierają Prezydenta oraz Parlament (Sejm i Senat) w wyborach powszechnych. Wybory posłów do Sejmu i senatorów do Senatu odbywają się co 4 lata. Wybory prezydenckie co 5 lat. Władzę wykonawczą sprawuje Prezydent oraz Rada Ministrów (rząd na czele z Premierem). Kadencja rządu, podobnie jak Parlamentu, trwa 4 lata.

### Waluta

Waluta polska to złoty 1 PLN = 100 gr.

### Struktura narodowościowa

Ponad 93% mieszkańców deklaruje narodowość polską.

Najliczniejsze mniejszości narodowe stanowią Niemcy, Ukraińcy, Białorusini i Rosjanie. Wśród mniejszości etnicznych najliczniej reprezentowani są Romowie.

### Religie w Polsce

Największą wspólnotę religijną stanowią wyznawcy katolicyzmu - około 87% populacji. Jednak praktykujący wierni stanowią około połowę wszystkich wierzących, pozostali często określają, iż są „wierzący, ale niepraktykujący”.

Procent osób praktykujących jest, tuż po Malcie, najwyższy w Europie.

Konstytucja Polski gwarantuje wolność religii i sumienia. Wszystkie osoby niezależnie od wyznawanej religii oraz idei mają takie same prawa oraz mogą swobodnie praktykować swoją wiarę. W Polsce oprócz kościołów są również cerkwie, meczety, synagogi i inne świątynie. Historia współistnienia wielu kultur oraz religii sięga w Polsce początków istnienia państwa.



## EKONOMIA I GOSPODARKA

Minimalne wynagrodzenie w Polsce w 2023 r. wynosi 3 490 PLN brutto. Stopa bezrobocia wynosiła w lutym 2022 r. 5,5 %.

Pod względem wielkości PKB (produktu krajowego brutto), Polska jest 6. gospodarką Unii Europejskiej i 23. gospodarką świata. Według danych ze stycznia 2022 r. w Polsce są 964 miasta. Największe z nich to:

1. Warszawa - 1 792 718 mieszkańców.

Największe miasto i stolica Polski, równocześnie istotny ośrodek polityczny, gospodarczy, naukowy i kulturalny. W Warszawie znajdują się siedziby najważniejszych instytucji państwowych, m.in. Prezydenta, Sejmu i Senatu, Rady Ministrów, Narodowego Banku Polskiego, urzędów centralnych oraz instytucji międzynarodowych.

2. Kraków - 780 796 mieszkańców.

Kraków to drugie co do wielkości miasto w Polsce. Niegdyś stolica, wciąż pozostaje centrum kultury i nauki. Tysiącletnia historia miasta przyciąga turystów z całego świata. Przez ostatnie 20 lat Kraków przeżył czas dynamicznych zmian, kładąc szczególny nacisk na zrównoważony rozwój.

3. Łódź - 667 923 mieszkańców.

Łódź słynie jako miasto przemysłowe i kulturalne. W sercu miasta leży ulica Piotrkowska, będąca jednym z najdłuższych deptaków współczesnej Europy. Wzdłuż Piotrkowskiej znajdują się liczne zabytki ukazujące historię miasta, m.in. secesyjne kamienice, stare fabryki, siedziby fabrykantów oraz liczne synagogi. Dziś Łódź to dynamicznie rozwijająca się metropolia, położona w samym centrum kraju - zaledwie 1,5 godz. drogi od stolicy.

4. Wrocław - 641 201 mieszkańców.

Położony nad rzeką Odrą i jej czterema dopływami Wrocław jest często nazywany Wenecją Północy. Chociaż miasto położone jest na industrialnym Śląsku, to jest uznawane za najbardziej zielone miasto Polski - na jednego mieszkańca przypada 25 m<sup>2</sup> zieleni.

5. Poznań - 530 464 mieszkańców.

Miasto położone w środkowej Wielkopolsce nad rzeką Wartą. Poznań to miasto wielkiej muzyki, gdzie z jednej strony odbywają się konkursy muzyki klasycznej, a z drugiej dynamicznie rozwija się polski hip-hop. Jedną z największych imprez wystawienniczych w Europie są organizowane w Poznaniu Międzynarodowe Targi Poznańskie.

6. Gdańsk - 470 633 mieszkańców.

7. Szczecin - 396 472 mieszkańców.

8. Bydgoszcz - 341 692 mieszkańców.

9. Lublin - 337 788 mieszkańców.

10. Białystok - 296 401 mieszkańców.

## KULTURA

Pięciu Polaków zostało docenionych Literacką Nagrodą Nobla. Pierwszym, był wybitny pisarz, **Henryk Sienkiewicz**, który otrzymał nagrodę w 1905 r. za powieść „Quo Vadis”. Dzieło „Chłopi” **Władysława Reymonta** zostało docenione w 1924 r. Dwoje polskich poetów otrzymało Nobla za całokształt twórczości - **Czesław Miłosz** w 1980 r. i **Wisława Szymborska** w 1996 r. W 2019 r. literacką nagrodę Nobla otrzymała również **Olga Tokarczuk**.

Szczególnym okresem twórczości polskich poetów i literatów był okres romantyzmu, który datuje się na lata rozbiorów, niewoli, represji i zrywów niepodległościowych. W tym czasie tworzyli swoje najwybitniejsze dzieła: **Adam Mickiewicz** („Pan Tadeusz”, „Dziady”, „Konrad Wallenrod”), **Juliusz Słowacki** („Kordian”, „Balladyna”), **Aleksander Fredro** („Zemsta”) oraz **Kamil Cyprian Norwid** i **Zygmunt Krasiński**. Romantyzm w Polsce był silnie związany z nurtem patriotycznym.

W światowej elicie pisarzy fantastyki, koneserzy gatunku zawsze wymieniają **Stanisława Lema**, którego twórczość science-fiction inspirowała

wyobraźnię czytelników już od lat 50. XX wieku oraz **Andrzeja Sapkowskiego**, którego saga fantasy o Wiedźminie i inne dzieła zostały przetłumaczone na blisko dwadzieścia języków, a na podstawie Wiedźmina został wyprodukowany popularny serial oraz gra komputerowa (The Witcher).

Jednym z najważniejszych kompozytorów romantycznych, którego dzieła stały się klasyką znaną i rozpoznawalną na całym świecie, jest **Fryderyk Chopin**. Artysta zaczął tworzyć swoje pierwsze dzieła już w wieku siedmiu lat!

Polscy artyści są często doceniani nagrodami filmowymi. Dotychczas Polacy uzyskali kilkanaście Oscarów i prawie 30 nominacji. Do najbardziej znanych laureatów należą reżyserzy: **Andrzej Wajda**, **Roman Polański**, **Paweł Pawlikowski**, operator **Janusz Kamiński** oraz kompozytor **Jan Kaczmarek**.

Wśród wybitnych polskich kompozytorów i muzyków należy wyszczególnić: **Witolda Lutosławskiego** pianistę i kompozytora nagrodzonego wieloma

krajowymi i międzynarodowymi nagrodami, **Władysława Szpilmana** pianistę pochodzenia żydowskiego, który skomponował ponad 500 popularnych piosenek w tym wiele jazzowych aranżacji oraz **Krzysztofa Eugeniusza**

**Pendereckiego** niezwykłego skrzypka i pianistę, laureata wielu nagród „Grammy” oraz nagrody dla „Najwybitniejszego Żyjącego Kompozytora Roku” podczas Międzynarodowych Targów Muzycznych Midem w 2000 r.”

## NAUKA

Najwybitniejszym polskim uczonym z okresu odrodzenia jest twórca teorii heliocentrycznej - **Mikołaj Kopernik**. W swoim dziele „O obrotach ciał niebieskich” z 1543 r. udowodnił, że to planety obiegają Słońce, a nie odwrotnie.

Warto również pamiętać o **Ignacym Łukasiewiczu** wynalazcy lampy naftowej, pionierze przemysłu naftowego w Europie, polskim przedsiębiorcy i farmaceutyce, **Stefanie Banachu**, wybitnym matematyku, twórcy analizy funkcjonalnej, **Janie**

**Zochrałskim**, chemiku i wynalazcy, twórcy metody otrzymywania monokryształów i pierwszych europejskich elektrowni wodnych oraz **Henryku Arctowskim** podróżnikowi i geografii zajmującym się badaniem krajów „polarnych”.

Jedną z pierwszych wybitnych chemiczek i fizyczek w historii nauki była mieszkająca we Francji Polka **Maria Curie-Skłodowska**. Jako jedyna kobieta dwa razy otrzymała Nagrodę Nobla. W 1903 r. była to nagroda w dziedzinie fizyki, a w 1911 r. w dziedzinie chemii.

## SPORT

Z pewnością każdy fan piłki nożnej doskonale zna **Robertą Lewandowskiego**, kapitana reprezentacji Polski w piłce nożnej i napastnika hiszpańskiego klubu FC Barcelona. Zasłynął zdobywcą pięciu goli w ciągu dziewięciu minut podczas meczu Bayern Monachium z VfL Wolfsburg w 2015 r. Lewandowski jest uznany za najwybitniejszego polskiego piłkarza od czasów **Kazimierza Deyna**, króla strzelców Igrzysk Olimpijskich w Monachium w 1972 r.

Ze względu na klimat i pogodę w kraju, Polacy uwielbiają sporty zimowe. Stąd są szczególnie dumni ze sportowców odnoszących sukcesy w dyscyplinach zimowych. Dużym zainteresowaniem cieszą się skoki narciarskie odkąd **Adam Małysz** został trzykrotnym mistrzem świata w latach 2001, 2003 i 2007. Jego sukcesorem stał się **Kamil Stoch**, obecnie rekordzista kraju i zdobywca trzech złotych

medali olimpijskich w latach 2014 i 2018. Wśród pań, największymi sukcesami może się pochwalić **Justyna Kowalczyk**, biegaczka narciarska, dwukrotna złota medalista Igrzysk Olimpijskich w latach 2010 i 2014 oraz Mistrzostw Świata w 2009 r.

Do najpopularniejszych polskich sportowców można również zaliczyć **Anitę Włodarczyk**, która dwukrotnie zdobyła złoto olimpijskie w rzucie młotem w latach 2012 i 2016 oraz trzykrotnie została Mistrzynią Świata w latach 2009, 2015 i 2017 oraz **Agnieszka Radwańska** Mistrzynią Europy w latach 2012, 2014 i 2016 - najlepszą polską tenisistkę i finalistkę wielkoszlemowego Wimbledonu 2012 r. w singlu. W jej ślady poszła **Iga Świątek**, której jako pierwszej Polce udało się zdobyć tytuł wielkoszlemowy oraz zostać liderką listy WTA.





## KLIMAT/PORY ROKU

Polska leży w strefie klimatu umiarkowanego przejściowego, którego charakterystyczną cechą jest duże zróżnicowanie i zmienność pogody. Latem temperatura waha się w zależności od regionu między 18°C a 30°C. Zimą od około 0°C do poniżej -5°C.

Średnia roczna temperatura waha się od ponad 9°C do około 6°C. W Polsce wyróżniamy obecnie cztery pory roku:

### Jesień

Rozpoczyna się 23 września.

Jesienią skraca się dzień i często pada deszcz, ale polska złota jesień potrafi zachwycić każdego. W tym okresie Polacy lubią chodzić na grzyby.

*Pamiętaj – że jesienią często pada deszcz – załóż kurtkę przeciwdeszczową i weź parasol.*

### Zima

Rozpoczyna się 22 grudnia.

Zimą zazwyczaj panują mrozy i pada śnieg, jednak nie przeszkadza to Polakom, którzy uwielbiają sporty zimowe – jazdę na nartach lub snowboardzie oraz jazdę na łyżwach. Dzieci uwielbiają zjeżdżać na sankach i lepić bałwana.

*Pamiętaj – że zimą często jest chłodno i mroźnie, temperatura spada poniżej 0°C – załóż ciepłe buty i zimową kurtkę.*

### Wiosna

Rozpoczyna się 21 marca.

Wiosną dzień się wydłuża, robi się coraz cieplej i słoneczniej. Gdy pogoda sprzyja, Polacy chętnie spacerują, jeżdżą na rowerze i spędzają czas na świeżym powietrzu.

*Pamiętaj – że wiosną często pogoda jest zmienna – załóż lekką kurtkę lub bluzę.*

### Lato

Rozpoczyna się 22 czerwca.

Lato to czas wypoczynku i relaksu. Podczas wakacji, Polacy lubią jeździć nad morze, jezioro lub nad rzekę, a ci bardziej aktywni wybierają się na wspinaczkę w górach bądź spływy kajakowe.

*Pamiętaj – że latem jest ciepło i świeci słońce – załóż wygodne lekkie buty, czapkę z daszkiem i krótkie spodnie.*



**Pamiętaj, nie spożywaj roślin i grzybów, których nie znasz i które nie rosną w Twoim kraju – mogą one być szkodliwe dla zdrowia i życia Twojego i Twoich dzieci.**



## POLSKIE NORMY I OBYCZAJE

Polska jest krajem o długiej tradycji chrześcijańskiej, dlatego wiele norm i zwyczajów wynika z tej religii. Niektóre normy na stałe wpisały się do istniejącego porządku prawnego, inne stanowią wzorce pożądaných zachowań społecznych. Wiele zasad wynika również z poszanowania demokracji i praw człowieka.

### Równość i zakaz dyskryminacji

Zgodnie z Konstytucją RP każdy obywatel Polski jest równy wobec prawa. Prawo polskie gwarantuje swobodę wyrażania swoich poglądów, przekonań oraz sympatii politycznych – nikt z tego względu nie może być dyskryminowany. Należy także szanować poglądy oraz postawy innych osób, dlatego ważne jest żeby poprzez swoje wypowiedzi i zachowanie nikogo nie obrażać i znieważać, ponieważ można ponieść konsekwencje prawne.

Przejawem dobrego wychowania jest okazywanie szacunku wobec osób starszych, dlatego w środkach komunikacji publicznej młodsi ludzie powinni ustępować miejsca starszym.

Kobiety mają takie same prawa jak mężczyźni. Wiele kobiet w Polsce pracuje i robi karierę zawodową. Coraz częściej zdarza się także, że kobieta idzie do pracy, a mężczyzna zostaje w domu z dziećmi, albo przynajmniej równomiernie dzielą się obowiązkami domowymi. Istnieją jednak jeszcze sfery życia publicznego i zawody, w których kobietom jest trudniej się przebić i osiągnąć sukces. Czasami także mężczyźni czują się dyskryminowani, ponieważ uważają, że prawo bardziej chroni prawa kobiet. Kwestie równouprawnienia płci stanowią wciąż żywy temat zarówno dyskusji toczonych w zaciszu polskich domów jak również podczas debat publicznych.

### Ochrona środowiska

Odpowiedzialność za środowisko naturalne, które poprzez działania człowieka ulega degradacji, a także dążenie do ograniczania ilości wytwarzanych odpadów oraz promowanie ich ponownego wykorzystania (recycling) zajmuje coraz ważniejsze miejsce w prawie oraz w świadomości Polaków.

Codziennym przejawem tego podejścia jest zakaz śmiecenia czyli wyrzucania śmieci w miejscach innych, niż do tego wyznaczone, za co można otrzymać mandat. Coraz więcej uwagi przywiązuje się również do segregacji śmieci, czyli zbierania odpadów do specjalnie oznakowanych pojemników, z podziałem na rodzaj materiałów, z jakiego zostały wyprodukowane.



## Recycling – podstawowe zasady

Papier	Szkło	Bio	Metale i tworzywa sztuczne	Odpady zmieszane
<p>Wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opakowania z papieru i tektury;</li> <li>gazety, czasopiśmie, ulotki;</li> <li>zeszyty;</li> <li>papier biurowy;</li> </ul>	<p>Wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>butelki po napojach i żywności;</li> <li>słoiki;</li> <li>szklane opakowania po kosmetykach;</li> </ul>	<p>Wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>odpady warzywne i owocowe;</li> <li>resztki jedzenia;</li> <li>gałęzie drzew i krzewów;</li> <li>skoszona trawa, liście, kwiaty;</li> <li>trociny i kora drzew;</li> </ul>	<p>Wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>butelki plastikowe;</li> <li>nakrętki, plastikowe opakowania, torebki, worki foliowe, kartony po mleku i napojach,</li> <li>opakowania po środkach czystości;</li> </ul>	<p>Wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wszystko czego nie można wrzucić do pozostałych pojemników, a co nie jest odpadem niebezpiecznym;</li> <li>resztki mięsa, kości skóra;</li> <li>zanieczyszczony papier;</li> <li>odchody zwierzęce;</li> <li>zwykłe żarówki</li> </ul>
<p>Nie wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>odpadów higienicznych np. ręczników papierowych i zużytych chusteczek;</li> <li>kartonów po mleku i napojach;</li> <li>papierów lakierowanych; tłustych papierów;</li> <li>pieluch, brudnej lub mokrej makulatury;</li> </ul>	<p>Nie wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ceramiki, doniczek, porcelany;</li> <li>szkła okularowego i żaroodpornego;</li> <li>zniczy z zawartością wosku;</li> <li>żarówek, świetlówek i reflektorów;</li> <li>opakowań po lekach;</li> <li>luster i szyby;</li> </ul>	<p>Nie wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ziemi i kamieniami;</li> <li>popiołu z węgla kamiennego;</li> <li>drewna impregnowanego;</li> <li>kości i odchodów zwierząt;</li> </ul>	<p>Nie wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opakowań po lekach;</li> <li>zużytych baterii i akumulatorów;</li> <li>puszek po farbie;</li> <li>pieluch, chusteczek;</li> <li>ubrań i opakowań tekstylnych;</li> </ul>	<p>Nie wrzucamy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>przeterminowanych leków i chemikaliów;</li> <li>zużytego sprzętu elektronicznego i AGD;</li> <li>zużytych baterii i akumulatorów;</li> <li>odpadów budowlanych i rozbiórkowych;</li> <li>zużytych opon;</li> <li>farb i resztek lakierów;</li> </ul>

## Zdrowie

Najbezpieczniejszym i najskuteczniejszym sposobem ochrony przed wieloma groźnymi chorobami zakaźnymi są w Polsce szczepienia ochronne. Część z nich jest obowiązkowa i wszyscy, którzy mieszkają w Polsce mają obowiązek się im poddać, a część nie jest obowiązkowa, ale zalecana. Szczepienia zalecane są tak samo ważne jak szczepienia obowiązkowe. Umożliwiają szerszą ochronę przed poważnymi chorobami zakaźnymi takimi jak COVID-19. Powszechne szczepienia dzieci i młodzieży w Polsce doprowadziły do znacznego ograniczenia ryzyka zachorowania i powikłań w przebiegu m.in. błonicy, poliomyelitis, krztuśca, odry oraz wirusowego zapalenia wątroby typu B. Dzięki powszechnemu obowiązkowi szczepienia wzrasta liczba osób uodpornionych przeciw tym chorobom i zmniejsza się ryzyko epidemii tych chorób zakaźnych w populacji.

Ze względu na wysokie koszty leczenia chorób wywołanych przez palenie wyrobów tytoniowych Polska, podobnie jak większość krajów UE, prowadzi surową politykę dotyczącą używania tytoniu. W miejscach publicznych, np. na przystankach czy na ulicy, obowiązuje zakaz palenia tytoniu oraz spożywania alkoholu. Również w większości restauracji i klubów nie można palić tytoniu. W miejscach pracy likwidowane są palarnie – jedyne miejsca w budynkach, w których dozwolone było palenie.

W sytuacji zagrożenia epidemiologicznego, tak jak w przypadku pandemii COVID-19 oraz wprowadzanych restrykcji i ograniczeń, zostaniesz o nich poinformowany w ośrodku oraz w środkach masowego przekazu. Dla bezpieczeństwa własnego oraz mieszkańców i pracowników ośrodka i innych osób należy stosować się do aktualnie obowiązujących wytycznych, rekomendacji i zaleceń prozdrowotnych np.: zakrywania maseczkami ust i nosa, dezynfekcji

**Pamiętaj, że szczepienia są tańsze niż leczenie powikłań chorób zakaźnych, a szczepienia obowiązkowe są bezpłatne.**

rąk, zachowania dystansu społecznego, szczepień ochronnych.

### **Czas wolny**

Polacy uchodzą za naród lubiący świętować, przywiązany do tradycji i podtrzymujący dawne obyczaje. Święta spędzamy w domu w gronie rodzinnym. Chociaż coraz częściej korzystamy z kilkudniowych okresów świątecznych, żeby z najbliższą rodziną udać się nad morze, zimą w góry lub nawet w egzotyczną podróż. W Polsce dniami wolnymi od pracy są wszystkie niedziele i święta ustawowe, ponadto w soboty nie pracują żadne urzędy.

## **NAJWAŻNIEJSZE POLSKIE ŚWIĘTA**

**Wielkanoc marzec - kwiecień** (między 21 marca, a 25 kwietnia). **Wielkanoc** jest najstarszym i najważniejszym świętem chrześcijańskim, upamiętniającym zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa. Jest świętem ruchomym, obchodzi się je w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni Księżyca (między 21 marca, a 25 kwietnia). Poprzedzając ją tydzień w czasie, którego Kościół i wierni wspominają najważniejsze dla wiary chrześcijańskiej wydarzenia, nazywany jest Wielkim Tygodniem.



### **Inne Święta to:**

- 1 stycznia – Nowy Rok;
- 6 stycznia – Trzech Króli;
- 1 maja – Święto Pracy;
- 2 maja – Święto Flagi Rzeczypospolitej Polskiej;
- 3 maja – Święto Konstytucji 3 Maja;
- Maj/Czerwiec – Zesłanie Ducha Świętego (Zielone Świątki);
- Maj/Czerwiec – Boże Ciało;
- 15 sierpnia – Święto Wojska Polskiego oraz Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny;
- 1 listopada – Wszystkich Świętych;
- 11 listopada – Narodowe Święto Niepodległości;

**Należy pamiętać, że w te dni wszystkie urzędy oraz duże centra handlowe, a także większość sklepów jest zamknięta (z wyjątkiem 2 maja – to dzień roboczy).**

Ponadto Polacy obchodzą również szereg innych świąt i uroczystości rodzinnych takich jak: chrzciny, komunie, śluby, imieniny i urodziny.

### **Punktualność**

Dużą wagę przykładają się w Polsce do punktualności. Spóźnianie się, szczególnie w sprawach służbowych, jest postrzegane jako niestosowne, a nawet jako przykład złego wychowania. Jeżeli ktoś przyjdzie na umówione spotkanie w jakimś urzędzie lub szpitalu spóźniony może nie zostać przyjęty i ponownie będzie musiał się umówić. W pracy za spóźnianie się można otrzymać upomnienie, a także mniejsze wynagrodzenie. Za ciągłe spóźnianie się można zostać zwolnionym.



Święta **Bożego Narodzenia** (24 - 26 grudnia) zajmują w polskiej tradycji miejsce szczególne. Są najpiękniejszym i najbardziej rodzinnym świętem w roku, z którym wiąże się najwięcej obrzędów i wierzeń. Towarzyszą im magiczna atmosfera oraz kultywowana od pokoleń tradycja. W prawie każdym polskim domu w tym wyjątkowym czasie nie może zabraknąć choinki, opłatka, wspólnie śpiewanych kolęd oraz prezentów.

## KUCHNIA POLSKA

Kuchnia polska obfituje w potrawy mięsne przyrządzane na wiele sposobów. Szczególnie znane są takie dania, jak: bigos, kotlet schabowy, pierogi czy gołąbki. Polska kuchnia słynie z dobrego chleba i pysznych wędlin.

Podstawowe składniki wykorzystywane w tradycyjnej polskiej kuchni to: ziemniaki, kiszona kapusta, buraki, ogórki, zboża, grzyby, różne gatunki mięs.

Kuchnia polska zaczerpnęła również wiele potraw od sąsiednich narodów; korzystamy też z wielu przepisów, np. kuchni żydowskiej. Menu polskie stale jest wzbogacane o nowe smaki, niekiedy nawet egzotyczne. Poza restauracjami serwującymi polskie specjały jest wiele restauracji specjalizujących się w kuchni krajów azjatyckich, potrawach włoskich, francuskich czy amerykańskich.



## KOMUNIKACJA

### Operatorzy komórkowi

Poniżej znajdują się adresy stron internetowych popularnych sieci telefonii komórkowej. Znajdziesz tam szczegółowe informacje o aktualnych cenach usług i obowiązujących taryfach.

- T-Mobile Polska [www.t-mobile.pl](http://www.t-mobile.pl)
- Orange Polska [www.orange.pl](http://www.orange.pl)
- Plus [www.plus.pl](http://www.plus.pl)
- Play [www.play.pl](http://www.play.pl)

Inne to:

- Lycamobile [www.lycamobile.pl/](http://www.lycamobile.pl/)
- *Klucz Telekomunikacja Sp. z o.o.* [www.klucz.net](http://www.klucz.net)
- Nju Mobile [www.njumobile.pl](http://www.njumobile.pl)
- Red Bull Mobile [www.redbullmobile.pl/](http://www.redbullmobile.pl/)
- *Heyah* [www.heyah.pl/](http://www.heyah.pl/)
- Virgin Mobile Polska Sp. z o.o. [www.virginmobile.pl](http://www.virginmobile.pl)

Kupując kartę SIM z polskim numerem telefonu musisz zawsze okazać dokument tożsamości. Masz do wyboru opcję na kartę pre-paid, opcję abonentową oraz opcję mix.

### Internet

W wielu miejscach w miastach (kawiarnie, centra handlowe, dworce, kina, itp.) oraz we wszystkich ośrodkach dla cudzoziemców w wyznaczonych pomieszczeniach dostępny jest bezpłatny Internet **wi-fi**. Należy zapytać pracowników miejsc, w których przebywasz czy jest taka możliwość oraz ewentualnie o hasło dostępu.



## TRANSPORT

**Transport publiczny** w Polsce zorganizowany jest za pomocą takich środków przewozu jak:

- autobusy oraz busey (w niektórych miastach funkcjonują autobusy oraz busey prywatne)
  - zawsze zwróć uwagę, czy przystanek, na którym chcesz wsiąść nie jest przystankiem „na żądanie”. Jeśli jest, będziesz musiał wcisnąć odpowiedni przycisk lub w inny sposób poinformować kierowcę, że chcesz wsiąść. Jeśli wsiadasz na przystanku „na żądanie” – zamachaj do kierowcy nadjeżdżającego autobusu;





- kolej;
- tramwaje, trolejbusy;
- metro (tylko w Warszawie);
- samoloty – największe miasta Polski posiadają lotniska i sieć połączeń lotniczych między sobą.

W Warszawie są dwie linie metra, które łączą się na stacji Świętokrzyska. Pierwsza linia jedzie z Kabat (na południu) do Młocin (na północy). Druga linia, wciąż w budowie, rozciąga się z zachodu na wschód miasta. Obecnie otwarta jest na trasie Bemowo – Bródno, ale docelowo ma połączyć Karolin (dawniej Mory) i osiedle Bródno. Planowana jest budowa trzeciej linii, która ma łączyć Stadion Narodowy z Gocławiem.

### **Na przejazdy wszystkimi środkami transportu należy kupić bilet.**

Biletów nie muszą kupować osoby posiadające ustawowe prawo do bezpłatnych przejazdów, tj. dzieci do 4 roku życia oraz osoby z orzeczoną I grupą niepełnosprawności. Zakres zwolnień z opłat i zniżek zależy od poszczególnych firm przewoźniczych, dlatego kupując bilet najlepiej zapytać w kasie czy przysługuje Ci zniżka, na przykład w Warszawie dzieci od urodzenia do 30 września w roku, w którym kończą 7 lat i osoby, które ukończyły 70 lat mogą podróżować komunikacją publiczną bezpłatnie, dzieci od 7 do 21 lat na podstawie ważnej legitymacji szkolnej są uprawnione do 50% zniżki – tak samo jak studenci na podstawie legitymacji studenckiej do 26 roku życia.

Na przejazdy środkami komunikacji miejskiej w większości miast dostępne są bilety jednorazowe oraz czasowe. Ponadto można spotkać bilety dzienne, tygodniowe, miesięczne czy kwartalne.

Bilety można kupić w kioskach z gazetami, w niektórych sklepach ogólnospożywczych, a niekiedy również u kierowców, ale w takim przypadku należy mieć wyliczoną kwotę.

W niektórych dużych miastach, bilety można kupić w automatach, które są na przystankach, w metrze, a czasami też w autobusach i tramwajach. W automatach zazwyczaj jest możliwa tylko



jedną formą płatności – tylko kartą lub tylko gotówką, często tylko monetami. Automaty wydają resztę, więc nie trzeba mieć wyliczonej kwoty pieniędzy. Ponadto bilety komunikacji można kupić w aplikacjach mobilnych tj.: „Jak dojadę”, „Skycash”, „Mobilet”, „Mpay”, czy „zBiletem” – niektóre z ww. aplikacji dostępne są również w innych niż polski językach.

Bilety kolejowe międzymiastowe można kupić w kasach na dworcu lub w pociągu u konduktora, jednak wtedy naliczana jest dodatkowa opłata i bilety są droższe. Bilety na międzymiastowe połączenia autobusowe można kupić u kierowcy oraz w kasach. Czasami bilety można również kupić przez Internet.

**Pamiętaj, że nie wystarczy nabycie biletu, należy go jeszcze skasować w kasowniku, który znajduje się w pojeździe lub w aplikacji mobilnej na smartfonie. Posiadanie ważnego skasowanego biletu podlega kontroli. Za przejazdy bez biletów lub z nieważnymi biletami wystawiane są wysokie mandaty, które należy uregulować. W Warszawie mandat za jazdę bez ważnego biletu wynosi ponad 250 PLN.**

## Transport indywidualny

### Prawo jazdy

Jeżeli posiadasz **ważne** krajowe prawo jazdy wydane z granicą, to po upływie 6 miesięcy pobytu w Polsce powinieneś je wymienić.

Żeby wymienić prawo jazdy wydane w krajach **niebędących**:

- sygnatariuszem Konwencji o ruchu drogowym, podpisanej w Genewie dnia 19 września 1949 r. (dot. międzynarodowych praw jazdy),
- sygnatariuszem Konwencji o ruchu drogowym, podpisanej w Wiedniu dnia 8 listopada 1968 r. (dot. krajowych oraz międzynarodowych praw jazdy),
- państwem członkowskim Unii Europejskiej, Konfederacji Szwajcarskiej lub państwem członkowskim Europejskiego Porozumienia o Wolnym Handlu (EFTA) – stronie umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym,

### **konieczne jest zdanie egzaminu teoretycznego w Polsce!**

Przy wymianie zagranicznego prawa jazdy zatrzymywany jest oryginał wymienianego dokumentu. Za wymianę prawa jazdy pobierana jest opłata w wysokości ok. 100,50 PLN i trwa do 30 dni. Więcej szczegółów odnośnie procedury wymiany prawa jazdy oraz wymaganych dokumentów uzyskasz w Wydziałach Komunikacji Urzędów Miast lub Starostw Powiatowych.

### **Jeżeli jesteś kierowcą samochodu pamiętaj, że musisz mieć ze sobą:**

- ważny dokument tożsamości;
- prawo jazdy dostosowane do rodzaju pojazdu, który prowadzisz;
- dowód rejestracyjny z ważnym przeglądem technicznym;
- ubezpieczenie samochodu OC.



Jeżeli nie posiadasz tych dokumentów Policja może zatrzymać dokumenty Twojego samochodu i pojazd odholować na parking strzeżony.

W przypadku, kiedy powyższe dokumenty były wydane w Polsce oraz jesteś właścicielem samochodu, który prowadzisz - nie masz obowiązku posiadania ich podczas kontroli, gdyż wszystkie dane znajdują się w systemie informatycznym Policji. Należy jednak posiadać przy sobie dokument tożsamości celem jej weryfikacji. Podczas oczekiwania na decyzję w sprawie ochrony międzynarodowej zawsze powinieneś mieć przy sobie TZTC (Tymczasowe Zaświadczenie Tożsamości Cudzoziemca) – dokument potwierdzający legalność pobytu na terytorium Polski.

### **Ponadto:**

- kierowca oraz pasażerowie muszą jeździć z zapiętymi pasami bezpieczeństwa;
- dzieci nie przekraczające 150 cm wzrostu muszą jeździć w specjalnych, atestowanych fotelikach;
- przez cały rok należy jeździć z włączonymi światłami mijania;
- prędkość jazdy należy dostosować do obowiązujących ograniczeń wskazanych na przydrożnych znakach.



## UWAGA!

W Polsce nie można jeździć pod wpływem alkoholu. W Polsce (stan na czerwiec 2022 r.) dopuszczalna zawartość alkoholu wynosi odpowiednio w wydychanym powietrzu do 0,10 mg/dm<sup>3</sup>, (0,2 promila we krwi).

Zakaz prowadzenia po alkoholu jest surowo przestrzegany. Surowość kar za nieprzestrzeganie zależy od zawartości alkoholu w organizmie sprawcy, rodzaju prowadzonego pojazdu i miejsca prowadzenia pojazdu. W zależności od tego, prowadzenie pojazdu pod wpływem alkoholu może stanowić (stan na czerwiec 2022 r.):

- czyn zabroniony jako wykroczenie (zawartość alkoholu we krwi od 0,2 do 0,5 promila), który jest karany 30 dniowym aresztem, grzywną do 5 000,00 zł, utratą uprawnień od 6 miesięcy do 3 lat, albo
- czyn zabroniony jako przestępstwo (zawartość alkoholu we krwi powyżej 0,5 promila), który jest karany grzywną do 60 000,00 zł, karą ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do lat 2, zakazem prowadzenia pojazdów do 15 lat.



W Polsce często przeprowadzane są kontrole drogowe przez uprawnione do tego organy!

Przy drogach umieszczonych jest również wiele fotoradarów, które kontrolują prędkość kierowców.

Porządku na drogach pilnuje Policja, Straż Miejska oraz Główny Inspektorat Transportu Drogowego.

W przypadku niestosowania się do przepisów grożą wysokie kary pieniężne, utrata prawa jazdy oraz dowodu rejestracyjnego, a nawet kara pozbawienia wolności!!

Miej świadomość, że nie zostaną Ci zwrócone koszty mandatów nałożonych za łamanie przepisów, w tym za brak biletu lub jazdę z nieważnym biletem.

## Taksówki

Jeżeli chcesz możesz również korzystać z ofert firm taksówkarskich. **W Polsce koszty przejazdów taksówkami są dużo droższe** niż transportem publicznym. Jeżeli jednak zdecydujesz się na korzystanie z firm taksówkarskich **warto pamiętać, że:**

- na pojeździe powinien być napis TAXI;
- na szybie samochodu powinna być informacja o cenie za 1 km przejazdu;
- cena za 1 km przejazdu różni się w zależności od lokalizacji, korporacji taksówkarskiej oraz taryfy, a w Warszawie wynosi od 1,60 aż do 9 zł za 1 km;
- jeżeli zamówisz taksówkę przez telefon, to opłata będzie niższa, niż jeżeli weźmiesz taksówkę z postoju;
- możesz zapytać kierowcę o szacunkowy koszt Twojego przejazdu;





- lepiej unikać pojazdów, na których jest napis „przewóz osób” – nie są to oficjalnie działające firmy;
- na dworcach/lotniskach bezpieczniej jest skorzystać z tych taksówek, które stają na wyznaczonym postoju dla taxi i należy uważać na osoby, które podchodzą do osób na hali przylotów na lotnisku i oferują przejazd taksówką, która jest zaparkowana w innym miejscu, niż wyznaczony postój dla taksówek.

Pamiętaj, że wiele korporacji taksówkarskich pobiera tzw. opłatę początkową za kurs. Wysokość opłaty za przejazd uzależniona jest od lokalizacji, dnia, godziny i taryfy przejazdu. Zapytaj kierowcę o cennik i szacunkowy koszt przejazdu!

**Ponadto w Internecie możesz znaleźć więcej dostępnych informacji oraz porównywarki cen taxi, które szacunkowo pomogą Ci zaplanować przejazd oraz wybrać najtańszą firmę taksówkarską.**

## NUMER PESEL (czyli Powszechny Elektroniczny System Ewidencji Ludności)

Numer PESEL to jedenastocyfrowy symbol numeryczny, który pozwala na łatwą identyfikację osoby, która go posiada. Numer PESEL zawiera datę urodzenia, numer porządkowy, oznaczenie płci oraz liczbę kontrolną.

Mimo że posiadanie numeru PESEL przez cudzoziemca w teorii nie jest obowiązkowe, niektóre instytucje mogą wymagać jego podania.

W takiej sytuacji możesz uzyskać numer PESEL na 2 sposoby:

1. Jeżeli mieszkasz w Polsce, możesz się zameldować – wówczas numer PESEL zostanie przyznany automatycznie,

**W Polsce machanie na taksówki nie jest popularne. Jeśli szukasz wolnego pojazdu, możesz poszukać w okolicy postoju „TAXI”. Obecnie coraz bardziej popularne stają się aplikacje na telefon, dzięki którym można zamówić samochód i na bieżąco kontrolować jego trasę (np. iTaxi, myTaxi, CAB4YOU, itp.)**

Podobnym i często tańszym, środkiem transportu są usługi przewozowe oferowane przez firmy Bolt i Uber. Pobierz aplikację na smartfon, aby znaleźć kierowcę, który jest najbliżej. Po przyjęciu zamówienia przez kierowcę otrzymasz szczegółowe informacje, np. szacowany czas oczekiwania oraz informacje o samochodzie. W aplikacji możesz wybrać metodę płatności: kartą debetową lub kredytową, kontem Android Pay, poprzez PayPal lub za pomocą gotówki.

2. Jeżeli nie możesz się zameldować, a jakkolwiek urząd wymaga od Ciebie numeru PESEL, możesz złożyć wniosek, wskazując podstawę prawną, która obliuguje Cię do posiadania numeru PESEL (np. art. 17c ust. 1 i 2 ustawy o systemie informacji w ochronie zdrowia).

Co ważne, uzyskanie numeru PESEL jest nieodpłatne.

Numer PESEL wymagany jest również przez szkoły przed rozpoczęciem przez dzieci obowiązkowej edukacji szkolnej. W tym przypadku podaj podstawę prawną, którą wskaże Ci szkoła.

W celu uzyskania pomocy i wsparcia w wypełnianiu wniosku, możesz zgłosić się do pracowników w ośrodkach dla cudzoziemców lub w Zespole Obsługi Cudzoziemców w Warszawie przy ul. Taborowej 33.

## BANKOWOŚĆ

Niestety, cudzoziemcom trudniej jest założyć konto w banku niż obywatelom Polski. Każdy bank ustala swoje własne zasady obowiązujące cudzoziemców wnioskujących o konto. Zazwyczaj cudzoziemcy nie mają możliwości założenia konta przez Internet i wymagane są od nich dokumenty potwierdzające tożsamość (minimum – paszport i karta pobytu).

Dokładne informacje dotyczące, warunków założenia konta oraz oferty znajdziesz na stronach internetowych banków.



## ► PROCEDURA O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

### SCHEMAT PRZEBIEGU PROCEDURY O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

Postępowanie o udzielenie ochrony międzynarodowej wszczyna się na wniosek składany osobiście. Wnioskiem możesz objąć swoje małoletnie dzieci oraz małżonkę lub małżonka, pod warunkiem że wyrazi na to pisemną zgodę. Wniosek składasz za pośrednictwem Komendanta Oddziału Straży Granicznej na granicy lub lotnisku. Jeśli znajdujesz się już w Polsce, możesz złożyć wniosek w wybranej przez Ciebie placówce lub oddziale Straży Granicznej.

Po przyjęciu wniosku Straż Graniczna zatrzyma Twój dokument podróży (paszport) i wyda pierwsze Tymczasowe Zaświadczenie Tożsamości Cudzoziemca (TZTC).

Straż Graniczna przekazuje Twój wniosek wraz z dokumentem podróży niezwłocznie – nie później niż w ciągu 48 godzin od chwili jego złożenia – Szefowi Urzędu do Spraw Cudzoziemców

Decyzja w Twojej sprawie powinna zostać wydana w ciągu 6 miesięcy, a jeżeli została skierowana do trybu przyspieszonego w terminie miesiąca. Jeżeli jednak Twoja sprawa jest skomplikowana postępowanie może zostać przedłużone.

W trakcie rozpatrywania Twojego wniosku masz możliwość osobistego złożenia zeznań podczas tzw. wywiadu statusowego, jak również przedłożenia dowodów potwierdzających, że masz powody ubiegać się o udzielenie ochrony międzynarodowej. Twoją sprawę może reprezentować pełnomocnik, możesz również swobodnie kontaktować się z przedstawicielem Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych do Spraw Uchodźców oraz z organizacjami, które świadczą pomoc prawną.

Postępowanie o udzielenie ochrony międzynarodowej kończy się wydaniem przez Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców jednej z następujących decyzji.

1. Decyzja o nadaniu statusu uchodźcy.

2. Decyzja o odmowie nadania statusu uchodźcy i udzieleniu ochrony uzupełniającej.

3. Decyzja o odmowie nadania statusu uchodźcy i odmowie udzielenia ochrony uzupełniającej.

4. Decyzja o umorzeniu postępowania.

5. Decyzja o uznaniu wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej za niedopuszczalny.

Od decyzji Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców, przysługuje Ci prawo do wniesienia odwołania do Rady do Spraw Uchodźców. Odwołanie wnosi się za pośrednictwem Szefa Urzędu w terminie 14 dni od dnia doręczenia decyzji. Wskazany termin ulegnie skróceniu do 7 dni gdy wniosek zostanie rozpatrzony w ramach trybu przyspieszonego.

Na decyzję Rady do Spraw Uchodźców możesz wnieść w terminie 30 dni od dnia doręczenia decyzji skargę do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego za pośrednictwem Rady do Spraw Uchodźców (Al. Ujazdowskie 1/3, 00-583 Warszawa).

## PRZESŁUCHANIE I WYDANIE DECYZJI

Bardzo ważnym momentem w postępowaniu uchodźczym jest przesłuchanie statusowe. Przesłuchanie ma na celu wyjaśnienie faktów istotnych dla rozstrzygnięcia Twojej sprawy. Po przesłuchaniu otrzymasz kopię protokołu przesłuchania.

Nie zostaniesz przesłuchany, jeżeli:

- wydanie decyzji o nadaniu statusu uchodźcy jest możliwe na podstawie zebranego materiału dowodowego,
- w okresie trwania postępowania nie jesteś zdolny do uczestniczenia w przesłuchaniu lub nie jesteś w stanie w nim uczestniczyć z powodu stanu zdrowia lub ze względów psychologicznych.

1. Z wnioskodawcą, który złożył wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej, przeprowadzana jest rozmowa (przesłuchanie) bez udziału innych osób, na których obecność wnioskodawca nie wyraził zgody. W przesłuchaniu może wziąć udział pełnomocnik wnioskodawcy. Rozmowę przeprowadza odpowiednio przeszkolony pracownik Departamentu Postępowań Uchodźczych Urzędu do Spraw Cudzoziemców, któremu w razie potrzeby towarzyszy tłumacz języka zadeklarowanego przez cudzoziemca w jego wniosku lub psycholog.
2. Wiedz, że ubiegając się o udzielenie ochrony międzynarodowej, znajdujesz się pod szczególną ochroną. **Wszystkie informacje przekazane przez Ciebie w trakcie postępowania, także w czasie wywiadu statusowego, są poufne i są szczególnie chronione przez polskie prawo. Urząd do Spraw Cudzoziemców nie przekazuje tych informacji władzom i instytucjom publicznym, a także innym domniemanym podmiotom dopuszczającym się prześladowań lub wyrządzającym poważną krzywdę na terenie Twojego kraju.**

3. Masz obowiązek podać podczas przesłuchania wszystkie informacje, które będą potrzebne do rozpatrzenia Twojego wniosku. Udzielanie szczegółowych odpowiedzi na zadawane pytania jest dla Ciebie korzystne. Masz również obowiązek przekazać posiadane dowody (np. dokumenty, zaświadczenia, płyty CD itd.), które potwierdzają informacje podane przez Ciebie we wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej.

4. Informacje, które podasz podczas przesłuchania, oraz udostępnione dowody są bardzo ważne dla Twojej sprawy. Są one w pełni brane pod uwagę, przy wydawaniu



decyzji. **Zatajenie informacji i dowodów albo przedstawienie nieprawdziwych informacji i dowodów jest dla Ciebie niekorzystne oraz może skutkować wydaniem decyzji negatywnej w Twojej sprawie.**

5. Jeżeli po przesłuchaniu pojawią się nowe, ważne okoliczności w sprawie albo nowe dowody, **powinieneś jak najszybciej skontaktować się z Departamentem Postępowań Uchodźczych.** Możesz również złożyć wniosek o przeprowadzenie dodatkowego przesłuchania lub pisemnie poprosić o przesłuchanie świadka w Twojej sprawie – powinieneś wtedy podać jego imię i nazwisko, adres zamieszkania oraz wskazać, jaką okoliczność miałby potwierdzić.

Nowe informacje, dowody oraz wnioski można przekazać pisemnie

- na adres pocztowy: ul. Taborowa 33, 02-699 Warszawa lub
  - dostarczyć osobiście do Biura Podawczego UDSC (ul. Taborowa 33, 02-699 Warszawa).
6. Po rozpatrzeniu wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej zostanie Ci wydana decyzja. Jest ona wydawana na piśmie i doręczona na adres, który podasz jako aktualne miejsce swojego pobytu za pośrednictwem operatora pocztowego lub upoważnionego pracownika Urzędu.
- Pamiętaj o obowiązku informowania Urzędu o każdorazowej zmianie adresu do korespondencji.** Po otrzymaniu decyzji masz obowiązek zastosować się do niej. Każda decyzją zawiera informacje, w zrozumiałym dla Ciebie języku, wyjaśniające wynik postępowania oraz informacje o możliwości złożenia odwołania.

## UMORZENIE POSTĘPOWANIA O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

Następuje w sytuacji gdy:

- złożysz oświadczenie o cofnięciu wniosku,
- nie zgłosisz się do ośrodka recepcyjnego w terminie 2 dni od dnia złożenia wniosku lub po zwolnieniu ze strzeżonego ośrodka lub aresztu dla cudzoziemców, jeżeli nie wskażesz we wniosku innego adresu, pod którym będziesz przebywał;
- opuścisz ośrodek dla cudzoziemców na okres dłuższy niż 7 dni bez usprawiedliwionej przyczyny;
- opuścisz terytorium Rzeczypospolitej Polskiej;
- nie stawisz się na przesłuchanie i nie wykażesz w terminie 7 dni od dnia wyznaczonego na przesłuchanie, że niedopełnienie tego obowiązku było spowodowane okolicznościami, za które nie ponosisz odpowiedzialności;
- zwolniono Cię ze strzeżonego ośrodka lub aresztu w celu wydalenia i bez zezwolenia Szefa Urzędu opuścisz nakazane drogą jego decyzji określone miejsce lub miejscowość pobytu oraz nie będziesz zgłaszać się w określonych odstępach czasu do organu wskazanego w decyzji;

Szef Urzędu wyda Ci decyzję o umorzeniu postępowania, jeżeli umorzenie sprawy nie jest sprzeczne z interesem społecznym. Na Twój wniosek złożony w terminie 9 miesięcy od dnia wydania decyzji o umorzeniu postępowania, decyzja o umorzeniu wygaśnie i postępowanie będzie podjęte na nowo (czynności podjęte w toku postępowania umorzonego pozostaną w mocy).



## NIEDOPUSZCZALNOŚĆ WNIOSKU O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

Wniosek może zostać uznany za niedopuszczalny jeżeli:

- posiadasz ochronę międzynarodową w innym państwie członkowskim;
- będziesz mógł zostać przyjęty przez państwo niebędące państwem członkowskim UE, jeżeli jest ono uważane w odniesieniu do Ciebie za kraj pierwszego azylu;
- jest kolejnym wnioskiem o udzielenie ochrony międzynarodowej i nie zaistniały, ani nie zostały przedstawione przez wnioskodawcę nowe dowody, ani okoliczności faktyczne lub prawne, znacząco zwiększające prawdopodobieństwo udzielenia ochrony międzynarodowej;
- wyrazisz zgodę na złożenie w Twoim imieniu przez małżonka wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej, po czym złożysz odrębny wniosek, gdy nie zachodzą okoliczności uzasadniające złożenie takiego wniosku przez Ciebie.

## SKUTKI OTRZYMANIA DECYZJI NEGATYWNEJ W SPRAWIE UDZIELENIA OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

Jeżeli otrzymałeś decyzję:

- o odmowie nadania statusu uchodźcy i odmowie udzielenia ochrony uzupełniającej;
- o uznaniu wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej za niedopuszczalny;
- o umorzeniu postępowania w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej;
- o pozbawieniu statusu uchodźcy lub ochrony uzupełniającej.

**Jesteś zobowiązany do opuszczenia terytorium RP w terminie 30 dni od dnia**, w którym decyzja stała się ostateczna.



## TZW. POSTĘPOWANIA DUBLIŃSKIE

Każdy cudzoziemiec w wieku powyżej 14 roku życia, który składa wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej zgodnie z przepisami prawa krajowego oraz przepisami rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 603/2013z dnia 26 czerwca 2013 r. (tzw. rozporządzenie Eurodac) **podlega daktyloskopowaniu, tj. pobieraniu odcisków linii papilarnych.**

Odciski linii papilarnych przesyłane są do jednostki centralnej w Luksemburgu celem ich rejestracji oraz sprawdzenia, czy nie ubiegałeś się uprzednio o udzielenie ochrony międzynarodowej lub czy uprzednio nie przebywałeś w jednym z państw członkowskich.

Poddanie się daktyloskopowaniu jest warunkiem koniecznym do wszczęcia postępowania w sprawie o udzielenie ochrony międzynarodowej.

Jeżeli złożyłeś swój pierwszy wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej w Polsce, zgodnie z przepisami rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 604/2013 z dnia 26 czerwca 2013 r. (tzw. Rozporządzenia Dublin III), państwem odpowiedzialnym za rozpatrzenie Twojego wniosku jest Polska, ponieważ jest to pierwszy kraj będący członkiem regulacji dublińskiej, na którego terytorium wjechałeś.

Oznacza to, że w przypadku opuszczenia przez Ciebie terytorium Polski i złożenia wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej w innym państwie członkowskim zostaniesz z powrotem odesłany do Polski, jako państwa właściwego do rozpatrzenia Twojego wniosku.

W przypadku istnienia okoliczności uzasadniających wystąpienie przez Polskę do innego państwa członkowskiego z wnioskiem o przejęcie odpowiedzialności lub ponowne przejęcie cudzoziemca, wystosowany zostaje odpowiedni wniosek. Okolicznościami takimi są m.in. figurowanie w systemie Eurodac, posiadanie wizy lub dokumentu pobytowego wydanego przez inne państwo członkowskie, posiadanie członków rodziny lub krewnych na terytorium innych państw członkowskich.

Jeżeli okolicznością taką jest posiadanie członków rodziny lub krewnych na terytorium innych państw członkowskich, w Twoim interesie leży poinformowanie funkcjonariusza Straży Granicznej w trakcie przyjmowania wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej i przekazanie odpowiednich dokumentów lub dostarczenie ich niezwłocznie do Wydziału Postępowań Dublińskich Departamentu Postępowań Uchodźczych Urzędu do Spraw Cudzoziemców, co umożliwi wszczęcie tzw. procedury łączenia rodzin.

**Pamiętaj, że składając w Polsce wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej jesteś zobowiązany do przebywania na terytorium Polski do zakończenia postępowania decyzją ostateczną.**

## BEZPŁATNA INFORMACJA I POMOC PRAWNA

### Nieodpłatna informacja prawna

Jeżeli złożyłeś wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej w Polsce lub jeżeli toczy się postępowanie w sprawie pozbawienia Cię statusu uchodźcy lub ochrony uzupełniającej, **przysługuje Ci nieodpłatna informacja prawna** w postępowaniu w pierwszej instancji. Nieodpłatna informacja prawna polega na poinformowaniu Cię o obowiązujących przepisach prawnych z zakresu udzielania ochrony międzynarodowej w Polsce, pozbawiania statusu uchodźcy lub ochrony uzupełniającej.

**Nieodpłatnej informacji prawnej udzieli Ci pracownicy Departamentu Postępowania Uchodźczych w Warszawie**  
ul. Taborowa 33 i Białej Podlaskiej,  
ul. Dokudowska 19.

### Nieodpłatna pomoc prawna

W postępowaniach odwoławczych przysługuje Ci nieodpłatna pomoc prawna obejmująca sporządzenie odwołania od decyzji Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców oraz zastępstwo prawne. W celu skorzystania z nieodpłatnej pomocy prawnej zgłoś się do adwokata lub radcy prawnego, bądź uprawnionej organizacji pozarządowej.

Więcej informacji oraz listy adwokatów, radców prawnych i uprawnionych organizacji pozarządowych znajdziesz na stronie <https://www.gov.pl/web/udsc/bezplatna-pomoc-prawna>

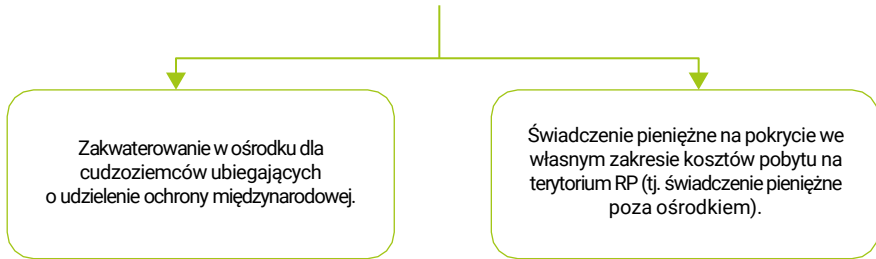
Warto również pamiętać, że wszelkie niezbędne informacje dotyczące przepisów regulujących udzielanie pomocy dla cudzoziemców są dostępne na tablicach ogłoszeń/informacyjnych na terenie ośrodków, w językach zrozumiałych dla mieszkańców. Są to w szczególności: regulamin pobytu w ośrodku, informacje dotyczące procedury o udzielenie ochrony międzynarodowej, spis organizacji świadczących nieodpłatną pomoc prawną oraz inne formy pomocy dla cudzoziemców.





## ► POMOC SOCJALNA

### FORMY POMOCY SOCJALNEJ DLA CUDZOZIEMCÓW UBIEGAJĄCYCH SIĘ O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ W POLSCE



Niezależnie czy mieszkasz w jednym z ośrodków dla cudzoziemców, czy korzystasz z pomocy poza ośrodkiem, przysługuje Ci:

Bezpłatny dostęp do opieki medycznej.

Bezpłatna nauka języka polskiego organizowana w ośrodku i podstawowe materiały niezbędne do nauki.

Zapewnienie niezbędnych pomocy dydaktycznych, a także w miarę możliwości zwrot kosztów zajęć pozalekcyjnych i rekreacyjno-sportowych dzieci.

Zwrot kosztów przejazdu w celu wzięcia udziału w postępowaniu w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej, wizyty u lekarza i w innych uzasadnionych przypadkach.

Pomoc w organizacji przeniesienia do innego państwa odpowiedzialnego za rozpatrzenie wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej (Dublin III).

Pomoc w organizacji i sfinansowaniu kosztów pogrzebu

## WYSOKOŚĆ ŚWIADCZEŃ DLA CUDZOZIEMCÓW PRZEBYWAJĄCYCH POZA OŚRODKIEM

Pomoc socjalna może być udzielana w postaci świadczenia pieniężnego na pokrycie we własnym zakresie kosztów pobytu na terytorium RP cudzoziemców, w przypadku gdy wymagają tego względy organizacyjne albo jest to niezbędne do:

- zapewnienia cudzoziemcowi bezpieczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji samotnych kobiet;

- ochrony porządku publicznego;
- ochrony i utrzymania więzi rodzinnych;
- przygotowania cudzoziemca do prowadzenia samodzielnego życia poza ośrodkiem, po otrzymaniu decyzji o nadaniu statusu uchodźcy albo decyzji o odmowie nadania statusu uchodźcy, w której udzielono ochrony uzupełniającej.



Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Spraw Wewnętrznych z dnia 11 marca 2016 r., wysokość pomocy uzależniona jest od liczby osób w rodzinie:

Ilość członków rodziny	Dzienna kwota na 1 osobę	Miesięczna kwota na 1 osobę
1 osoba	25 PLN	750 PLN
2 osoby	20 PLN	600 PLN
3 osoby	15 PLN	450 PLN
4 osoby	12,50 PLN	375 PLN

Jeżeli chcesz uzyskać tę formę pomocy należy złożyć wniosek o przyznanie świadczenia pieniężnego na pokrycie we własnym zakresie kosztów pobytu na terytorium RP do Departamentu Pomocy Socjalnej UDSC ul. Taborowa 33, 02-609 Warszawa. Wzory wniosków otrzymasz od pracownika ośrodka lub pobierz je ze strony internetowej Urzędu do Spraw Cudzoziemców: <https://www.gov.pl/web/udsc/wnioski-do-pobrania>

## WYSOKOŚĆ ŚWIADCZEŃ DLA CUDZOZIEMCÓW PRZEBYWAJĄCYCH W OŚRODKU



### Zakres pomocy w ośrodku obejmuje m.in.:

- zakwaterowanie;
- całodienne wyżywienie zbiorowe zgodnie z normami kulturowymi mieszkańców;
- stałą pomoc pieniężną w postaci tzw. „kieszonkowego” – 50 PLN miesięcznie (kwota kieszonkowego może zostać podwyższona do 100 PLN w przypadku wykonywania przez cudzoziemca dodatkowych prac na rzecz ośrodka);
- stałą pomoc pieniężną na zakup środków higieny osobistej – 20 PLN miesięcznie;
- jednorazową pomoc pieniężną na zakup odzieży i obuwia – 140 PLN;
- ekwiwalent pieniężny w zamian za wyżywienie – wysokość ekwiwalentu 11 PLN/osobę na każdy dzień.

## ZAKWATEROWANIE

Pomoc socjalna przysługuje każdemu cudzoziemcowi, który złożył wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej w Polsce z wyjątkiem sytuacji określonych w ustawie o udzieleniu ochrony międzynarodowej cudzoziemcom. W ciągu dwóch dni po złożeniu wniosku o udzielaniu ochrony cudzoziemcom należy zgłosić się w celu rejestracji do jednego z dwóch ośrodków recepcyjnych Departamentu Pomocy Socjalnej, które znajdują się w Białej Podlaskiej i Podkowie Leśnej-Dębaku.

Po zarejestrowaniu w ośrodku otrzymasz miejsce w pokoju, gdzie możesz przechowywać swoje rzeczy osobiste. Pamiętaj, aby zwracać szczególną uwagę na wszystkie rzeczy, które posiadają dla Ciebie dużą wartość.

Pierwszego dnia otrzymasz **suchy prowiant**, a od następnego będziesz otrzymywał wyżywienie

na stołówce (śniadanie, obiad i kolację). Posiłki wydawane na stołówce dostosowane są do norm religijnych i kulturowych.

W ośrodku recepcyjnym otrzymasz:

- ręcznik,
- sztućce,
- naczynia,
- komplet pościeli.

Opuszczając ośrodek recepcyjny musisz się rozliczyć z tych przedmiotów.

W ośrodkach dostępne są kuchnie z kuchenkami oraz miejscami do przygotowania posiłków. W ośrodkach są pralnie wyposażone w pralki oraz suszarnie, sale rekreacyjne i do nauki języka polskiego oraz sale modlitw.

## PRZENIESIENIE DO INNEGO OŚRODKA

Zostaniesz przeniesiony do innego ośrodka, gdy zostanie zakończona procedura filtra epidemiologicznego.

**Nie masz wpływu na wybór ośrodka, do którego zostaniesz przeniesiony.** Wyjątkiem jest sytuacja, jeżeli w innym ośrodku **aktualnie** zamieszkuje Twoja **najbliższa rodzina – rodzeństwo, współmałżonek, dzieci, rodzice.** W pozostałych

przypadkach o wyborze ośrodka decyduje Departament Pomocy Socjalnej Urzędu do Spraw Cudzoziemców.

Taka sama zasada obowiązuje odnośnie możliwości przeniesienia z jednego ośrodka pobytowego do innego. Decyzję w tej sprawie, po rozpatrzeniu wszystkich okoliczności, podejmuje Departament Pomocy Socjalnej Urzędu do Spraw Cudzoziemców. Poniżej przedstawiamy obecną lokalizację ośrodków.

Mapa Polski z lokalizacjami ośrodków dla cudzoziemców



## BADANIA

**Przed przyjęciem do ośrodka zobowiązany jesteś do poddania się badaniom medycznym** – w tym celu należy zgłosić się do punktu medycznego. Badania medyczne wykonywane są w celu sprawdzenia stanu Twojego zdrowia. Wykonywane badania obejmują następujące procedury medyczne:

- wczesne wykrywanie, diagnostyka i kierowanie na leczenie gruźlicy (prześwietlenie klatki piersiowej);
- wczesne wykrywanie, diagnostyka i kierowanie na leczenie chorób zakaźnych, wenerycznych i pasożytniczych (badanie krwi).

**Jeżeli nie poddasz się badaniom medycznym nie otrzymasz pomocy w ośrodku, a jedynie pomoc poza ośrodkiem w niepełnym wymiarze (otrzymasz 1/2 świadczeń pieniężnych).**

**Wyniki badań są poufne. Tylko Ty oraz personel medyczny macie do nich dostęp. Pracownicy ośrodka nie mają dostępu do dokumentacji medycznej.**

**Dokumentacja medyczna z badania wstępnego zostanie przekazana do punktu medycznego w ośrodku, do którego zostaniesz przeniesiony z ośrodka recepcyjnego.**

## OPIEKA MEDYCZNA

Podczas procedury o udzielenie ochrony międzynarodowej masz zapewnioną podstawową opiekę medyczną, która jest identyczna jak bezpłatna opieka medyczna dla obywateli polskich (z wyjątkiem leczenia uzdrowskiego i rehabilitacji uzdrowskiej). Leczenie, które wykracza poza podstawowy pakiet usług medycznych, każdy, zarówno Polak jak i cudzoziemiec, musi sfinansować samodzielnie.

**Podstawowa opieka zdrowotna zapewniona jest w punktach medycznych w ośrodkach i w punkcie medycznym znajdującym się w siedzibie Urzędu do Spraw Cudzoziemców ul. Taborowa 33 w Warszawie. Konsultacje i leczenie w przychodniach oraz w szpitalach, a także obowiązkowe szczepienie ochronne dzieci i młodzieży odbywa się po skierowaniu przez lekarza z ośrodka lub z punktu medycznego przy ul. Taborowa 33 w Warszawie i jest bezpłatne.**

Cudzoziemcy korzystający ze świadczeń poza ośrodkiem korzystają z opieki medycznej za pośrednictwem Koordynatora Rejestracji Pacjentów Operatora medycznego pod nr Infolinii 22 112 02 06 od poniedziałku do piątku w godz. 8:00–16:00. Koordynator ustala dogodny termin oraz placówkę, w której usługa zostanie zrealizowana.



### Bezpłatne tłumaczenie dokumentacji medycznej

Jeżeli posiadasz istotną z punktu widzenia Twojego leczenia dokumentację medyczną sporządzoną w innym języku, dostarcz ją lekarzowi. W przypadku, kiedy lekarz oceni, iż jest ona niezbędna do dalszego prowadzenia leczenia, firma świadcząca usługi medyczne zleci jej tłumaczenie we własnym zakresie.

- W przypadku, gdy czujesz się chory zgłoś się do punktu medycznego, gdzie uzyskasz odpowiednią pomoc oraz bezpłatne leki.
- Jeżeli Twój stan zdrowia wymaga konsultacji lub leczenia specjalistycznego otrzymasz skierowanie od lekarza w ośrodku lub w punkcie medycznym przy ul. Taborowej 33 w Warszawie do odpowiedniego specjalisty. **Należy udać się wyłącznie do przychodni lub szpitala, który zostanie wskazany na skierowaniu pamiętając o dniu i godzinie umówionej wizyty.**

**Tłumaczenie podczas wizyty u lekarza.**

**Urząd nie zapewnia tłumaczenia podczas wizyt u lekarzy.**

Jeżeli nie masz możliwości odbycia wizyty z kimś, kto pomoże Ci w komunikowaniu się z lekarzem poproś o pomoc personel medyczny w ośrodku lub punkcie medycznym przy ul. Taborowej 33 ewentualnie zgłoś ten fakt pod numerem infolinii Operatora medycznego.

Operator Medyczny na własny koszt zapewnia obecność tłumacza w trakcie świadczenia opieki zdrowotnej lub psychologicznej w przypadku wystąpienia trudności w komunikacji.

- Jeżeli zgłosisz się do przychodni lub szpitala bez skierowania lub do innej przychodni niż jest podana na skierowaniu **będziesz musiał pokryć koszty leczenia samodzielnie**.
- **Z receptą oraz dokumentami otrzymanymi od lekarza specjalisty zgłoś się do punktu medycznego w ośrodku lub punktu medycznego przy ul. Taborowej 33 w Warszawie.** Tam wydawane są bezpłatnie leki.
- Jeżeli mieszkasz poza ośrodkiem receptę możesz zrealizować poprzez przesłanie jej drogą mailową na adres: [cudzoziemcy@petramedica.pl](mailto:cudzoziemcy@petramedica.pl). W wiadomości należy podać następujące dane: imię, nazwisko, telefon kontaktowy, dokładny adres zamieszkania, na który zostaną wysłane leki. W przypadku, gdy sam wykupisz leki, możesz ubiegać się o zwrot kosztów. W tym celu należy przesłać Operatorowi medycznemu drogą pocztową na adres Petra Medica Sp. z o.o. ul. Grochowska 166, 04-329 Warszawa następujące dokumenty: podanie z prośbą o zwrot środków na zakup leków zawierające dane osobowe (imię, nazwisko, adres, telefon), kserokopię recepty, fakturę za zakupione leki wystawioną na dane nabywcy: Petra Medica Sp z o.o., ul. Grochowska 166, 04-329 Warszawa, NIP 113 24 63 074, kserokopię dokumentu tożsamości. Operator medyczny po otrzymaniu kompletu dokumentów dokona zwrotu kosztów za zakup leków przekazem pocztowym na podany przez Ciebie adres.
- **W przypadku opieki dentystrycznej także najpierw należy otrzymać skierowanie od lekarza w ośrodku lub punkcie medycznym przy ul. Taborowej 33 w Warszawie, a następnie udać się do wskazanej na skierowaniu przychodni.** Podobnie jak w przypadku opieki lekarskiej osoby mieszkające poza ośrodkiem wszelkie

formalności związane z wizytą załatwią za pomocą infolinii 22 112 02 06.

- Konsultacje psychologiczne nie wymagają posiadania skierowania. **Pomoc psychologiczna jest dostępna w każdym ośrodku dla cudzoziemców oraz w Zespole Obsługi Cudzoziemców w Warszawie ul. Taborowa 33.** W przypadku osób zamieszkujących poza ośrodkami miejsce i termin konsultacji ustalane są przez Koordynatora Operatora medycznego poprzez infolinię 22 112 02 06.
- Na wizyty umówione do **specjalistów** musisz przychodzić w **terminie i punktualnie. Poza wyznaczonym terminem nie zostaniesz przyjęty.**

W przypadku **nagłego zachorowania lub nagłego pogorszenia stanu zdrowia**, w dniach roboczych w godzinach 18.00-8.00 oraz całonocowo w soboty, niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy usługi medyczne są zapewniane w formie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej w ogólnie dostępnych placówkach medycznych na terenie całego kraju.

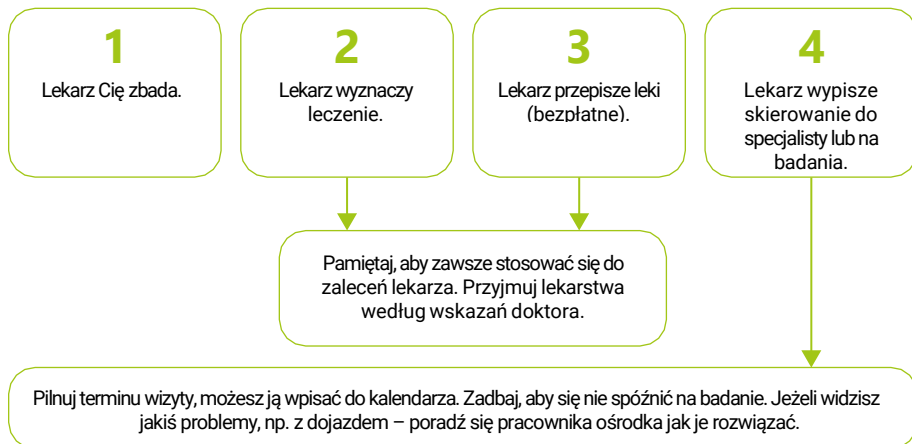
**Świadczenia nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej są bezpłatne i udzielane bez skierowania.** Wykaz poszczególnych placówek nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej według miejsca zamieszkania jest dostępny na stronie internetowej [www.petramedica.pl](http://www.petramedica.pl) oraz na stronach Wojewódzkich Oddziałów Narodowego Funduszu Zdrowia.

W przypadku **nagłego zagrożenia zdrowia i życia** wymagającego natychmiastowego podjęcia medycznych czynności ratunkowych, cudzoziemcy korzystają z ogólnie dostępnego na terenie RP **Systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego.** Aby wezwać zespół Państwowego Ratownictwa Medycznego tzw. karetkę pogotowia należy zadzwonić na numer alarmowy: **999** lub **112**.

Gdy jesteś chory i potrzebujesz konsultacji medycznej zgłoś się do lekarza, który pracuje w ośrodku lub **punkcie medycznym przy ul. Taborowa 33 w Warszawie, możesz również zadzwonić na infolinię operatora medycznego na numer tel.: 22 112 02 06.**



## Schemat badania lekarskiego



- Okres oczekiwania na wizytę u lekarza specjalisty jest w Polsce dość długi, dlatego musisz cierpliwie poczekać i koniecznie stawić się w wyznaczonym terminie.
- Dopilnuj, aby dokumentacja medyczna dotycząca Twojego zdrowia trafiła do lekarza w Twoim ośrodku. Lekarz w ośrodku lub punkcie medycznym przy ul. Taborowej 33 w Warszawie będzie nadzorował Twoje leczenie.
- Pamiętaj, że podstawowa opieka zdrowotna jest dla Ciebie i Twojej rodziny bezpłatna.
- Jeżeli korzystasz ze świadczeń poza ośrodkiem to musisz kontaktować się z Koordynatorem Rejestracji Pacjentów Operatora medycznego pod nr Infolinii 22 112 02 06 od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 – 16:00. Koordynator ustala dogodny termin oraz placówkę, w której usługa zostanie zrealizowana.

## WYŻYWIENIE



Posiłki wydawane na stołówce dostosowane są do norm religijnych i kulturowych.

W zależności od ośrodka, w celu otrzymania posiłku na stołówce wystarczy okazać identyfikator, podać numer pokoju lub trzeba wcześniej odebrać talon na żywnienie, który wydawany jest przez pracownika ośrodka od poniedziałku do piątku w wyznaczonych godzinach. W piątek wydawane są talony na piątek, sobotę oraz niedzielę. Talony musisz odbierać osobiście po okazaniu identyfikatora.

Jeżeli jesteś wegetarianinem powinieneś poinformować o tym pracownika ośrodka, a jeżeli Twój stan zdrowia wymaga specjalistycznego przygotowania posiłków powinieneś poinformować o tym lekarza w ośrodku, który wystawi zaświadczenie o rodzaju diety, której powinieneś przestrzegać, jeżeli uzna to za konieczne. Zaświadczenie należy okazać pracownikowi ośrodka w celu zamówienia odpowiedniego wyżywienia.



## EKWIWALENT

**Jeżeli przebywasz w ośrodku wraz z dzieckiem:**

- do 6 roku życia,
- które jest uczniem szkoły podstawowej, lub szkoły ponadpodstawowej,

**przysługuje Ci prawo do ekwiwalentu w zamian za wyżywienie.**

W celu otrzymania ekwiwalentu musisz w wyznaczonym terminie dostarczyć zaświadczenie potwierdzające, że Twoje dziecko zostało przyjęte do szkoły.

**Twoje dziecko ma prawo do otrzymywania ekwiwalentu pieniężnego w zamian za wyżywienie tylko, jeżeli jest uczniem szkoły.**

Ekwiwalent pieniężny może być również przyznany, jeżeli wymagają tego względy organizacyjne.

Ekwiwalent jest wypłacany zgodnie z poniższymi zasadami:

- pieniądze będziesz otrzymywać do 15 dnia każdego miesiąca;
- na każdy dzień miesiąca otrzymasz 11 PLN;
- gdy wypłacane są pieniądze, musisz mieć przy sobie TZTC i identyfikator.

Pieniądze za dzieci mogą odebrać wyłącznie rodzice.



## ZWROT KOSZTÓW ZA BILETY

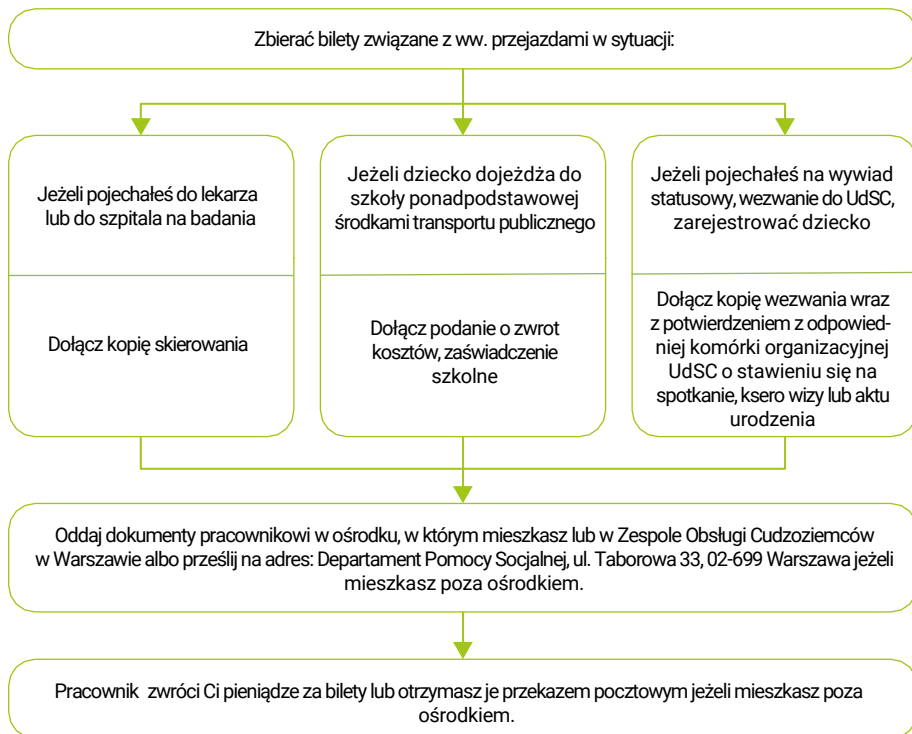
**W uzasadnionych przypadkach możesz ubiegać się o zwrot poniesionych kosztów za przejazdy środkami transportu publicznego (nie taksówkami).** Jeżeli wydałeś pieniądze na przejazd:

- w celu wzięcia udziału w postępowaniu o udzielenie ochrony międzynarodowej,
- w celu stawienia się na badania lekarskie lub szczepienia ochronne,
- w innych szczególnie uzasadnionych przypadkach,



Uczniowie szkół ponadpodstawowych również mogą ubiegać się o zwrot kosztów biletów na dojazdy do szkół środkami transportu publicznego.

W tym celu musisz:



#### Pamiętaj:

- Bilety muszą być skasowane.
- Data na bilecie musi odpowiadać dacie wezwania, skierowania, badania itp.
- Możesz podróżować środkami transportu publicznego (nie zwracamy kosztów przejazdu taksówkami).

**Ważne: przejazdy WKD (Warszawskiej Kolei Dojazdowej) na trasie Otrębusy-Warszawa są dla osób w procedurze uchodźczej darmowe. W trakcie jazdy należy posiadać ważne TZTC.**

## BEZPIECZEŃSTWO W OŚRODKACH DLA CUDZOZIEMCÓW

Urząd do Spraw Cudzoziemców podejmuje działania na rzecz zapewnienia Ci właściwego poziomu bezpieczeństwa podczas pobytu w ośrodku dla cudzoziemców. W każdym z ośrodków nad Twoim bezpieczeństwem czuwają kwalifikowani pracownicy ochrony fizycznej pracujący w systemie 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.

**W każdej sytuacji, gdy ktoś Ci grozi, stosuje wobec Ciebie przemoc lub gdy obawiasz się o swoje bezpieczeństwo możesz zwrócić się z prośbą o pomoc do:**

- Pracowników ochrony;
- Pracowników Urzędu;
- Policji – osobiście stawiając się do każdej jednostki Policji oraz telefonicznie dzwoniąc na numery alarmowe: 997 oraz 112;
- fundacji udzielających pomocy prawnej lub
- Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” – telefonicznie pod numerem 800 120 002, lub mailowo pod adresem niebieskalinia@niebieskalinia.info.



Wszelkie sytuacje związane z bezpieczeństwem w ośrodku i jego obrębie tj. stosowanie przemocy, przemoc rodzinnej i wobec dzieci, bójki, stosowanie groźb, niszczenie mienia, posiadanie przedmiotów niedozwolonych, posiadanie



i spożywanie substancji niedozwolonych (alkohol, środki psychotropowe, narkotyczne) powinny być bezwzględnie zgłaszane pracownikom ochrony lub pracownikom Urzędu.

Sposób funkcjonowania ośrodków dla cudzoziemców oraz **prawa i obowiązki mieszkańców zostały określone w regulaminie pobytu w ośrodku dla cudzoziemców oraz w ustawie o udzielaniu cudzoziemcom ochrony na terytorium RP. Każdy mieszkaniec ośrodka powinien stosować się do regulaminu oraz prób i poleceń porządkowych wydawanych przez pracowników ochrony.**

#### **Uprawnienia Pracowników Ochrony**

Pracownicy ochrony mają prawo do wydawania poleceń i prób porządkowych, legitymowania, kontroli wejścia, wyjścia oraz ruchu samochodowego w ośrodku, stosowania środków przymusu bezpośredniego, w tym siły fizycznej oraz mogą podejmować interwencje i wchodzić do pomieszczeń mieszkalnych.

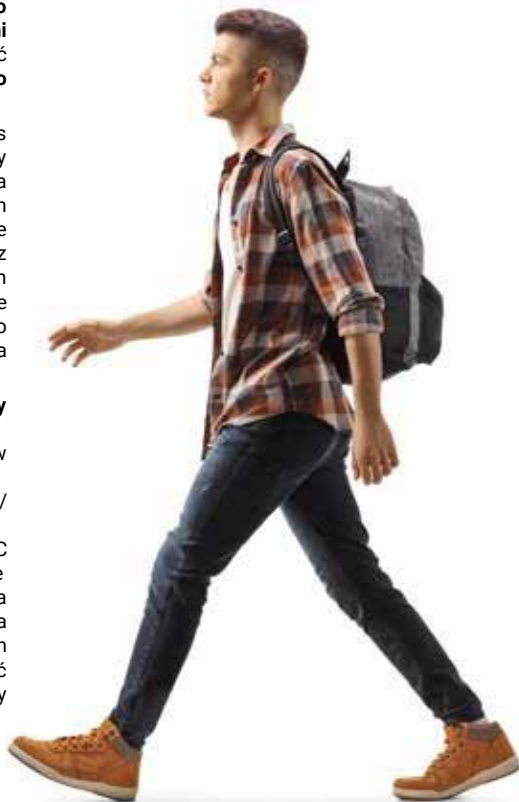
## **WYCHODZENIE Z OŚRODKA**

**Wszystkie ośrodki prowadzone przez Urząd do Spraw Cudzoziemców są ośrodkami otwartymi dla ich mieszkańców.** Możesz zatem wychodzić z ośrodka pomiędzy godziną 6.00 a 23.00. **Do ośrodka musisz wrócić przed godziną 23:00.**

W przypadku opuszczenia ośrodka na okres dłuższy niż **2 dni**, zostaniesz skreślony z listy mieszkańców ośrodka i stracisz świadczenia socjalne oraz opiekę medyczną. Jeśli po tym czasie będziesz chciał powrócić do ośrodka, nie zostaniesz do niego wpuszczony i będziesz skierowany do jednego z ośrodków recepcyjnych dla cudzoziemców, które mieszczą się w Podkowie Leśnej Dębaku oraz w Białej Podlaskiej. Dopiero po zgłoszeniu się do ośrodka recepcyjnego, Twoja pomoc socjalna będzie mogła zostać wznowiona.

**Podczas wychodzenia z ośrodka zobowiązany jesteś do:**

- pozostawienia identyfikatora u pracowników ochrony,
- pozostawienia klucza od zajmowanego pokoju/ lokalu u pracowników ochrony,
- posiadania ze sobą ważnego dokumentu TZTC (Tymczasowe Zaświadczenie Tożsamości Cudzoziemca), który potwierdza Twoją tożsamość oraz legalny pobyt na terytorium Polski. Dokument TZTC jest Twoim dokumentem tożsamości, który należy okazać na wezwanie funkcjonariusza Policji, Straży Granicznej lub innych uprawnionych organów.



## PRAWA MIESZKAŃCÓW OŚRODKA

Masz prawo do:

- korzystania z pomieszczeń i przestrzeni ogólnego przeznaczenia (plac zabaw, sala edukacyjna, sala TV, pralnia, suszarnia),
- korzystania z przedmiotów wydawanych przez pracowników ośrodka (np. książki, słowniki, sprzęt sportowy, sprzęt AGD itp. ),



- uzyskania podstawowych informacji na temat procedury uchodźczej oraz rzetelnych informacji dotyczących pomocy socjalnej,
- uzyskania informacji na temat dobrowolnych powrotów,
- otrzymywania bieżącej korespondencji w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej oraz pomocy socjalnej,
- odwiedzin bliskich i przedstawicieli organizacji pozarządowych po uzyskaniu uprzednio zgody Szefa Urzędu na wejście na teren ośrodka,
- odwiedzin cudzoziemców korzystających z pomocy socjalnej, innych niż mieszkańcy ośrodka, po uzyskaniu zgody pracownika ośrodka,
- korzystania z pomocy psychologa pracującego w ośrodku,
- udziału w zajęciach i spotkaniach organizowanych na terenie ośrodka przez pracowników oraz organizacje pozarządowe,
- składania w języku ojczystym skarg i wniosków dotyczących warunków pobytu oraz funkcjonowania ośrodka,
- podtrzymywania zwyczajów, tradycji narodowych i kulturowych oraz wykonywania praktyk religijnych.

## OBOWIĄZKI MIESZKAŃCÓW OŚRODKA

Twoje obowiązki to:

- pilnowanie własnych dzieci i nie pozostawianie ich bez opieki,
- dbanie o czystość i porządek w pomieszczeniu, w którym mieszkasz, a także w pomieszczeniach wspólnych ośrodka, w tym wynoszenie śmieci do kontenera (nieodzwolone jest pozostawianie śmieci w łazienkach lub kuchniach),
- dbanie o powierzone Ci rzeczy (pościel, naczynia etc.), które musisz zwrócić przed opuszczeniem ośrodka,
- przestrzeganie ciszy nocnej, która obowiązuje w godzinach 22.00 – 6.00.



## ZAKAZY OBOWIĄZUJĄCE NA TERENIE OŚRODKA

Nie możesz:

- palić papierosów poza miejscami do tego wyznaczonymi,
- posiadać oraz spożywać alkoholu i napojów alkoholowych, a także substancji narkotycznych i pochodnych na terenie ośrodka,
- stosować przemocy wobec członków rodziny, a także wobec innych osób zgodnie z polskim prawem grozi za to odpowiedzialność karna,
- zakłócać spokoju pozostałym mieszkańcom ośrodka,
- nagrywać i fotografować wizerunku innych osób,



- przyjmować na nocleg osób, które nie są mieszkańcami ośrodka,
- używać dodatkowych urządzeń grzewczych, które nie stanowią wyposażenia ośrodka,

- niszczyć mienia ośrodka oraz innych mieszkańców ośrodka.

## BEZPIECZEŃSTWO PRZECIWPOŻAROWE I INNE ZAGROŻENIA

Każda osoba, która na terenie budynku zauważy pożar lub inne miejscowe zagrożenia zobowiązana jest zachować spokój i nie dopuszczać do paniki oraz natychmiast zaalarmować:

- osoby znajdujące się w sąsiedztwie pożaru lub innego zagrożenia,
- kierownika ośrodka, pracowników Urzędu, pracowników ochrony,
- Państwową Straż Pożarną (tel.: 998 lub 112),
- oraz uruchomić sygnalizację pożaru poprzez wciśnięcie ręcznego przycisku ostrzegania.

**Instrukcje postępowania na wypadek pożaru są umieszczone na terenie ośrodka w okolicach**

**hydrantów wewnętrznych na klatkach schodowych. Zapoznaj się z nimi jak tylko zakwaterujesz się w pokoju mieszkalnym byś wiedział jak postępować w sytuacji zagrożenia.**

Zauważenie bagaży, pakunków, przedmiotów niewiadomego pochodzenia pozostawionych bez opieki lub rzucające się w oczy nietypowe zachowanie osób powinno zawsze być zgłaszane pracownikom ochrony oraz pracownikom Urzędu. Takich przedmiotów nie wolno dotykać, ani ich samowolnie zabierać i otwierać – powinny zostać zabezpieczone przez specjalistów.

## PRZESTĘPSTWA – CZYLI CO JEST W POLSCE ZABRONIONE

W Polsce dużą wagę przykłada się do przestrzegania przepisów prawa oraz obowiązujących zasad porządku publicznego i współżycia społecznego. **Każdej osobie przysługują równe prawa bez względu na wiek, tożsamość płciową, orientację seksualną, język, religię oraz kraj pochodzenia.** Źródłami powszechnie obowiązującego prawa w Polsce są: Konstytucja, ustawy, ratyfikowane umowy międzynarodowe, rozporządzenia oraz akty prawa miejscowego.

**W Polsce zabronione jest m.in.:**

- Stosowanie przemocy oraz groźby bezprawnej (art. 119 §1 Kodeksu karnego);
- Stosowanie przemocy rodzinnej (art. 207 Kodeksu karnego);
- Uczestniczenie w bójce lub pobiciu, w którym narażone zostało na niebezpieczeństwo życie lub zdrowie człowieka (art. 158 §1 Kodeksu karnego);
- Nawoływanie do nienawiści na tle różnic narodowościowych, rasowych czy etnicznych (art. 256 §1 Kodeksu karnego);
- Zakłócanie spokoju, porządku publicznego, spoczynku nocnego, wywoływanie zgorszenia (art. 41 Kodeksu wykroczeń);
- Przywłaszczanie sobie cudzej rzeczy ruchomej lub kradzież (art. 119 §1 Kodeksu wykroczeń);
- Nabywanie mienia wiedząc o tym, że pochodzi ono z kradzieży lub z przywłaszczenia, pomoc w jego zbyciu albo w celu osiągnięcia korzyści majątkowej przyjmowanie mienia lub pomoc w jego ukryciu (art. 122 Kodeksu wykroczeń);
- Spożywanie alkoholu w miejscach publicznych m.in.: na ulicach, placach, w parkach, środkach komunikacji publicznej na terenie szkół

i w czasie masowych zgromadzeń z wyjątkiem miejsc do tego przeznaczonych (restauracji i ogródków barowych) (art. 14 §1 Ustawy o wychowaniu w trzeźwości);

- Posiadanie narkotyków, handel nimi oraz ich udzielenie np. poprzez częstowanie lub nakłanianie do użycia (art. 58, 59, 62, 63 ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii);
- Kierowanie pojazdem przez osoby będące w stanie nietrzeźwości, w stanie po spożyciu alkoholu lub środka odurzającego działającego podobnie do alkoholu (art. 45 §1 Ustawy prawo o ruchu drogowym).

### Uprawnienia Policji

Policjant ma prawo **legitymowania osób w celu identyfikacji ich tożsamości** w przypadkach, kiedy ustalenie tożsamości jest niezbędne do wykonania czynności służbowych. W razie istnienia uzasadnionego podejrzenia popełnienia przestępstwa lub wykroczenia Policja **ma również prawo przeprowadzić kontrolę osobistą, a także przeglądać zawartość bagażu.** W miarę możliwości kontrolę osobistą powinna wykonać osoba tej samej płci. **Pamiętaj, że zawsze opuszczając ośrodek powinniście posiadać przy sobie ważny dokument tożsamości - TZTC.**

Funkcjonariusz Policji przystępując do jakichkolwiek czynności ma obowiązek podać stopień służbowy oraz imię i nazwisko. Policjanci nieumundurowani dodatkowo zobowiązani są okazać legitymację służbową w taki sposób, aby zainteresowany mógł odczytać i zanotować dane funkcjonariusza.

Policja ma prawo zatrzymać osobę podejrzaną, jeśli zachodzi uzasadnione podejrzenie, że popełniła ona przestępstwo, a jednocześnie istnieje obawa, iż dojdzie do ucieczki lub ukrycia się tej osoby albo zatarcia śladów przestępstwa, bądź też nie można ustalić tożsamości sprawcy. **Zatrzymany powinien być zwolniony niezwłocznie po ustaleniu przyczyn zatrzymania, po maksymalnie 48 godzinach.** W wypadku wystąpienia przez prokuratora do sądu z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie

zatrzymany musi być doprowadzony przed oblicze sądu w terminie do 48 godzin. Sąd ma 24 godziny na wydanie postanowienia.

Zatrzymany ma prawo do:

- niezwłocznego nawiązania kontaktu z adwokatem i bezpośredniej rozmowy z nim;
- żądania zawiadomienia o zatrzymaniu osoby przez nią wskazanej;
- złożenia zażalenia na zatrzymanie.

## PRZEMOC

**Stosowanie przemocy w Polsce stanowi złamanie prawa. Wszelkie spory i problemy należy rozstrzygać na drodze porozumienia poprzez m.in. rozmowę.**

**Przemoc seksualna oraz ze względu na płeć to przemoc skierowana przeciwko osobie ze względu na jej płeć, tożsamość płciową lub orientację seksualną** – obejmuje czyny, które wyrządzają ofierze krzywdę i powodują cierpienie fizyczne bądź psychiczne. Przemoc ze względu na płeć może mieć charakter fizyczny lub psychiczny oraz przybierać formę przemocy domowej i przemocy ze strony partnera, przemocy ekonomicznej, emocjonalnej, napaści fizycznej, wykorzystywania seksualnego i przestępstw z nienawiści. Krzywdzące praktyki i zwyczaje kulturowe tj. okaleczanie kobiecych narządów płciowych, przymusowe małżeństwa lub małżeństwa dzieci oraz handel ludźmi stanowią nietolerowane przejawy przemocy seksualnej.

### Przemoc domowa (w rodzinie)

Jednym z najczęstszych przykładów przemocy jest przemoc w rodzinie, czyli jednorazowe albo powtarzające się **umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób najbliższych (członków rodziny), w szczególności narażające te osoby na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne.** Przemoc w rodzinie jest wtedy gdy członek Twojej

rodziny wyrządza Ci krzywdę, nie szanuje Cię, nie liczy się z Twoim zdaniem, wyżywa się na Tobie.

Wyszczególnia się różne rodzaje przemocy:

- **przemoc fizyczną** – bezpośrednie działania z użyciem siły – bicie ręką lub przedmiotami, uderzenie, kopanie, duszenie, popychanie, policzkowanie;
- **przemoc psychiczną** – stosowanie gróźb, wyśmiewanie, poniżanie, upokarzanie, szantażowanie, ciągłe krytykowanie;
- **przemoc ekonomiczną** – całkowite finansowe uzależnienie ofiary od sprawcy, odbieranie pieniędzy, odmawianie zaspokojenia potrzeb rodzinny, wydzielenie jedzenia;
- **przemoc seksualną** – wymuszenie różnego rodzaju niechcianych zachowań w celu zaspokojenia potrzeb seksualnych sprawcy – gdy ktoś zmusza Cię do zachowań seksualnych, których nie chcesz (także w małżeństwie).

**Jeżeli jesteś ofiarą przemocy w tym przemocy domowej – ZADBAJ O SIEBIE, NIE OBAWIAJ SIĘ MÓWIĆ – ZGŁOŚ PRZEMOC DOMOWĄ pracownikom ośrodka, pracownikom ochrony lub funkcjonariuszom Policji – PRAWO JEST TWOIM SPRZYMIERZENCEM – masz pełne prawo do ochrony i pomocy.**



Od 30 listopada 2020 r. w Polsce zastrzeżono przepisy mające chronić osoby doświadczające przemocy w rodzinie. Jeśli wezwiesz Policję, **w sytuacji gdy bliska Ci osoba stosuje wobec Ciebie lub Twoich dzieci przemoc Policja ma prawo podczas interwencji nałożyć na sprawcę nakaz natychmiastowego opuszczenia miejsca gdzie razem mieszkacie lub zakaz zbliżania się do tego miejsca** oraz jego bezpośredniego otoczenia.

Oznacza to, że sprawca będzie musiał natychmiast opuścić Wasz pokój i ośrodek! Nie będzie miał prawa do niego wrócić przez co najmniej 14 dni. W tym czasie możesz złożyć wniosek do sądu, aby wydał postanowienie na mocy którego krzywdząca Cię osoba już na stałe nie będzie mogła zbliżać się do Waszego mieszkania i bezpośredniego otoczenia. Sąd musi o tym zdecydować najpóźniej w ciągu 30 dni. Możesz poprosić, aby na czas rozpatrzenia tej sprawy nadal obowiązywał zakaz zbliżania się sprawcy do miejsca, w którym wspólnie mieszkaliście.

#### **Ośrodek dla samotnych kobiet i matek samotnie wychowujących dzieci**

Mając na uwadze potrzeby samotnych kobiet oraz matek samotnie wychowujących dzieci Urząd do Spraw Cudzoziemców przygotował w ośrodku w Podkowie Leśnej – Dębaku wydzieloną część pełniącą funkcję miejsca interwencyjnego dla

## **OCHRONA DZIECI**

Mając na uwadze potrzebę szczególnej ochrony dzieci, Urząd do Spraw Cudzoziemców we współpracy z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę przyjął i wprowadził w życie „Politykę ochrony dzieci przed krzywdzeniem w ośrodkach dla cudzoziemców”, która została wprowadzona we wszystkich ośrodkach dla cudzoziemców – **jeżeli chcesz zapoznać się z całym dokumentem poproś pracownika ośrodka**

samotnych kobiet i kobiet samotnie wychowujących dziecko. Jest ona przeznaczona również dla ofiar m.in. przemocy domowej, które odseparowuje się od sprawcy. Dostęp mężczyzn do tej części ośrodka jest ograniczony, a dodatkowa pomoc psychologiczna i terapia pomoże Ci przezwyciężyć traumatyczne przeżycia.

Jeżeli zgłosisz przypadek przemocy domowej to jej sprawca zostanie od Ciebie odseparowany. Dodatkowo **możesz też wyrazić chęć przeniesienia się wraz z dziećmi do innego pokoju, innego ośrodka lub miejsca interwencyjnego dla samotnych kobiet i kobiet samotnie wychowujących dziecko, a także możesz wystąpić z wnioskiem o przyznanie świadczeń pieniężnych na pokrycie we własnym zakresie pobytu na terytorium RP.**

#### **Świadczenie pieniężne w przypadku konieczności zapewnienia bezpieczeństwa**

W przypadku jeżeli jest to niezbędne do zapewnienia Ci bezpieczeństwa, ochrony porządku publicznego lub ochrony i utrzymania więzi rodzinnych możliwe jest przyznanie Ci świadczenia pieniężnego na pokrycie we własnym zakresie pobytu na terytorium RP.

W takiej sytuacji opuścisz ośrodek i otrzymasz środki finansowe, które umożliwią Ci samodzielne opłacenie mieszkania i życie poza ośrodkiem z dala od zagrożenia. **Zobacz szerzej: POMOC SOCJALNA**

**o udostępnieniu lub przekazaniu dokumentu.** W dokumencie wyznaczono standardy i procedury postępowania, których celem jest :

- zwiększenie świadomości na temat wagi ochrony dzieci przed wszelkimi formami krzywdzenia;
- dostarczenie wskazówek i określenie trybu postępowania i zakresu odpowiedzialności we wszystkich działaniach dotyczących bezpieczeństwa dzieci;





- zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa poprzez działania profilaktyczne, skierowane na edukację w zakresie ochrony praw dziecka i minimalizowanie ryzyka wystąpienia krzywdzenia dziecka oraz działanie interwencyjne mające na celu podjęcie właściwych kroków w przypadku podejrzenia lub skrzywdzenia dziecka.

W Polsce szczególną rolę przywiązuje się do zapewnienia dzieciom bezpieczeństwa, właściwego wychowania oraz opieki. Rodzice posiadają władzę rodzicielską nad dzieckiem aż do ukończenia przez nie 18 lat. Małoletni pozostający pod władzą rodzicielską winny jest rodzicom posłuszeństwo, ale **władza rodzicielska powinna być wykonywana w taki sposób w jaki wymaga tego dobro dziecka i interes społeczny.**

Dobro dziecka i interes społeczny wymagają m.in.: **uzyskania przez dziecko odpowiedniego**

**wykształcenia, kwalifikacji, przygotowania do funkcjonowania w grupie, do życia w społeczeństwie.** Dziecko powinno więc m.in. uczęszczać do szkoły i prawidłowo realizować obowiązek szkolny, a rodzice powinni nadzorować realizację tego obowiązku i współpracować w tym zakresie ze szkołą. Niedopełnienie obowiązku szkolnego jest naruszeniem Kodeksu Rodzinnego i Opiekuńczego, gdyż władza rodzicielska nie jest należycie wypełniana.

Jeżeli sąd w postępowaniu uzna, że w rodzinie występuje niewłaściwa opieka nad dzieckiem i jego dobro jest zagrożone może ustanowić dla rodziny kuratora, który będzie nadzorował sposób sprawowania opieki nad dzieckiem lub może ograniczyć władzę rodzicielską, a także jej pozbawić – w takiej sytuacji dziecko znajdzie się pod opieką opiekuna lub zostanie umieszczone w specjalnej placówce np. w domu dziecka.

## ZAWARCIE MAŁŻEŃSTWA PRZEZ OSOBY NIELETNIE

Zgodnie z polskim porządkiem prawnym przepisy nie zezwalają na zawieranie i rejestrację małżeństw osób niepełnoletnich – osób, które nie ukończyły 18 lat. Małżeństwo mogą zawrzeć jedynie dwie pełnoletnie osoby przed urzędnikiem Urzędu Stanu Cywilnego lub przedstawicielem związku wyznaniowego, z którym Rzeczpospolita Polska ma zawartą umowę międzynarodową.

Jedynym wyjątkiem jest sytuacja, kiedy sąd opiekuńczy zezwoli na zawarcie małżeństwa ale:

- tylko kobiecie, która ukończyła 16 lat, a ponadto
- zachodzą ważne powody zawarcia takiego małżeństwa,
- a z okoliczności wynika, że zawarcie małżeństwa będzie zgodne z dobrem założonej rodziny.

Należy pamiętać, że sąd opiekuńczy **nie ma obowiązku** wyrażenia zgody na taki ślub, a jedynie **może** to uczynić. Małżeństwo zawarte zgodnie z np. muzułmańskim obrządkiem religijnym **nie wywołuje skutków prawnych** w świetle prawa polskiego.

Wyrażenie przez rodziców małoletniej córki zgody na wyjście za mąż np. w obrządku muzułmańskim może zostać przez polski sąd uznane za niewłaściwe wypełnienie lub niewypelnienie obowiązków rodzicielskich. W przypadku jeżeli sąd uzna, że dobro córki jest zagrożone, może ustanowić dla rodziny kuratora, który będzie nadzorował sposób sprawowania opieki nad córką lub może ograniczyć władzę rodzicielską, a także jej pozbawić – w takiej sytuacji dziecko znajdzie się pod opieką opiekuna lub zostanie umieszczone w specjalnej placówce np. w domu dziecka.

**Mężczyzna, który zgodnie z prawem zwyczajowym zawarł małżeństwo z dziewczynką, która nie ukończyła 15 lat i utrzymuje z nią kontakty seksualne popełnia przestępstwo i podlega odpowiedzialności karnej. Grozi mu pozbawienie wolności od 2 do 12 lat.**

Małoletnia, która urodzi dziecko nie będzie mogła decydować o jego losie. Jest to spowodowane faktem, że sama znajduje się pod władzą rodzicielską swoich rodziców. Mężczyzna, który nie jest zgodnie z polskim prawem mężem matki, nie jest także traktowany jako ojciec dziecka, dopóki nie uzna dziecka za własne przed kierownikiem Urzędu Stanu Cywilnego lub dopóki nie zapadnie orzeczenie sądu w tej sprawie. Dziecko urodzone z takiego związku nie ma więc nikogo, kto mógłby odpowiadać za niego w świetle prawa, dlatego sąd opiekuńczy wyznacza dla niego opiekuna. Najczęściej opiekunami zostają rodzice matki dziecka. Jeżeli sąd uzna, że zachodzi taka konieczność może umieścić dziecko w pieczy zastępczej tj. w domu dziecka (może zaistnieć sytuacja, w której dziecko zostanie odebrane niepełnoletniej matce).

Małoletni, którzy przyjechali do Polski razem z rodzicami, objęci są procedurą matki lub ojca aż do osiągnięcia pełnoletniości. Nie ma możliwości rozłączenia tych procedur i nawet po zawarciu zwyczajowego związku małżeńskiego, dziewczyna

pozostaje pod opieką swoich rodziców i pozostaje objęta procedurą rodziców i decyzją, którą otrzymają rodzice.

Jeżeli rodzice małoletniej zdecydują się opuścić terytorium Polski, a małoletnią córkę pozostawią wraz z jej „mężem”, będzie ona traktowana jak małoletnia bez opieki i zostanie umieszczona

## EDUKACJA

W Polsce na wszystkie dzieci, w tym cudzoziemskie, w wieku od 7 do 18 roku życia nałożony jest obowiązek szkolny i nauki. Dzieci w wieku lat 6 obowiązkowo muszą odbyć roczne przygotowanie przedszkolne (tzw. zerówka). Dzieci w wieku od 7 lat muszą uczęszczać do szkoły podstawowej do momentu jej ukończenia lub osiągnięcia 18 lat. Po ukończeniu szkoły podstawowej i do ukończenia 18 lat dziecko powinno realizować obowiązek nauki w szkole ponadpodstawowej. Decyzję o przyjęciu do szkoły/przedszkola podejmuje jej dyrektor. Natomiast w przypadku, gdy dziecko nie będzie realizować obowiązku szkolnego i chodzić do szkoły, wobec rodziców mogą być wyciągnięte konsekwencje prawne, takie jak:

- wszczęcie egzekucji, a w konsekwencji nałożenie grzywny;
- wyznaczenie przez sąd kuratora;
- w niektórych sytuacjach, ograniczenie lub pozbawienie rodzyku praw rodzicielskich.

**Jeśli jesteś rodzicem dziecka w wieku 6-18 lat, jesteś zobowiązany zapisać je do najbliższej szkoły. Zapytaj pracownika ośrodka jak to zrobić. Dzieciom zapewniane są podręczniki oraz przybory**

w domu dziecka. Jedyny wyjątek dotyczy sytuacji, gdy małoletnia ukończy 16 lat i za zgodą sądu opiekuńczego zawrze małżeństwo w Urzędzie Stanu Cywilnego. **Od chwili zawarcia małżeństwa zgodnie z prawem polskim dziewczyna traktowana jest jako pełnoletnia**, a więc jej sprawa zostanie wyłączona do odrębnego postępowania.

**szkolne lub bon na ich zakup. Podręczniki dla dzieci ze szkoły podstawowej otrzymasz w szkole, pamiętaj żeby o nie dbać i zwrócić, kiedy będziesz zmienił miejsce zamieszkania. O podręczniki dla uczniów szkoły ponadpodstawowej i „zerówek” zapytaj pracownika ośrodka.**

Rodzice we własnym zakresie zapewniają dzieciom ubezpieczenie w szkole, które jest dobrowolne. Podobnie jak wpłaty na komitet rodzicielski itp. Warto wpłacić nawet niewielką kwotę na ten cel – z niego pokrywane są wycieczki, organizacja imprez dla dzieci itp.

Dzieci, które chodzą do szkoły otrzymują ekwiwalent pieniężny w zamian za żywnienie. Zalecamy, żeby rodzice wykupili dla swoich dzieci obiady w szkolnej stołówce (koszt to kilkadziesiąt złotych miesięcznie, który możesz pokryć z ekwiwalentu w zamian za żywnienie).

Wskazane jest, żeby Twoje dziecko uczęszczało na zajęcia z języka polskiego w ośrodku, co pomoże mu w nauce w szkole. Dla dzieci, które niedawno przyjechały do Polski organizowane są specjalne zajęcia, które przygotowują i ułatwią rozpoczęcie edukacji oraz porozumiewanie się w języku polskim.





Wiele szkół prowadzi dodatkowe zajęcia z nauki języka polskiego oraz wyrównawcze dla dzieci cudzoziemskich. Dzieci, które potrzebują wsparcia w integracji i edukacji mogą uczęszczać do oddziału przygotowawczego. Zapytaj Dyrektora szkoły lub wychowawcę klasy, do której uczęszcza Twoje dziecko, jakie zajęcia dodatkowe są organizowane w jego szkole. Dowiedz się, czy szkoła korzysta z pomocy asystenta kulturowego, który zna Twój ojczysty język.

Jeżeli w szkole organizowane są wycieczki lub wyjścia do różnych miejsc rekreacyjnych, za które trzeba zapłacić możecie odpowiednio wcześniej zwrócić się do Dyrektora Departamentu Pomocy Socjalnej z prośbą o dodatkowe środki na ich pokrycie. Decyzja o przyznaniu dofinansowania zależeć będzie od aktualnych możliwości finansowych Urzędu.

Jeżeli opuszczasz ośrodek, bo otrzymałeś świadczenie pieniężne poza ośrodkiem lub zmieniasz ośrodek – poinformuj szkołę, do której chodzi Twoje dziecko o zmianie. Przy zapisaniu dziecka do nowej szkoły podaj nazwę poprzedniej.

## JĘZYK POLSKI

Na terenie ośrodka możesz uczestniczyć w bezpłatnych lekcjach języka polskiego. Zajęcia są organizowane w grupach. Oddzielnie lekcje są prowadzone dla dzieci chodzących do szkoły – podczas których otrzymują pomoc w odrabianiu prac domowych oraz dla dzieci, które dopiero zaczynają naukę w polskiej szkole.

Z nauki języka polskiego w ośrodku mogą korzystać także dorośli. Podczas zajęć dowiesz się jak przedstawić siebie i swoją rodzinę, a także nauczysz się słów niezbędnych: w sklepie, w aptece, w restauracji, na ulicy, u lekarza, u fryzjera, w podróży, w szkole, na policji, przy

Pamiętaj o zwrocie podręczników, które otrzymało Twoje dziecko. W przypadku zmiany miejsca zamieszkania poinformuj również pracownika ośrodka o nowym miejscu zamieszkania i do której szkoły będzie uczęszczać dziecko.

Pamiętaj, by jak najszybciej dostarczyć do ośrodka lub do Zespołu Obsługi Cudzoziemców ul. Taborowa 33 w Warszawie (osobiście, pocztą lub drogą elektroniczną na adres e-mail ośrodka lub ZOC lub adres Departamentu Pomocy Socjalnej) zaświadczenie o przyjęciu do szkoły lub o kontynuowaniu nauki (na początek każdego roku szkolnego lub jeśli zmieniasz miejsce zamieszkania, a dziecko szkołę). Bez zaświadczenia potwierdzającego naukę nie otrzymasz pomocy dydaktycznych (lub bonu na ich zakup).

Szczegółowe informacje o edukacji dzieci niebędących obywatelami Polski i pomocy jaką możesz otrzymać znajdziesz w informatorze, który otrzymałeś przy rejestracji w ośrodku dla cudzoziemców lub w intranecie <https://www.gov.pl/web/udsc/informacja-o-edukacji-dzieci-cudzoziemskich>

szukaniu pracy bądź wynajęciu oraz aranżacji mieszkania. Wzbogacisz też słownictwo i zapoznasz się ze zwyczajami i tradycjami, podziałem administracyjnym Polski oraz regionami turystycznymi. W niektórych miastach jest możliwość skorzystania z bezpłatnej nauki języka polskiego prowadzonego przez organizacje pozarządowe. Zapytaj pracownika ośrodka czy istnieje taka możliwość w Twojej miejscowości. Od pracownika ośrodka, pracownika Zespołu Obsługi Cudzoziemców ul. Taborowa 33 w Warszawie lub na infolinii Urzędu (numer 47 721 76 75) możesz też uzyskać informację, czy aktualnie dostępna jest zdalna forma nauki języka polskiego.



## NARODZINY DZIECKA

Jeżeli urodziło Ci się dziecko to:

Dowiedz się w szpitalu, gdzie wysłane jest zgłoszenie narodzin – adres Urzędu Stanu Cywilnego.  
DOSTANIESZ INFORMACJĘ NA PIŚMIE Z ADRESEM Urzędu Stanu Cywilnego.

Weź ze szpitala zgłoszenie narodzin i wszystkie dokumenty: karta leczenia szpitalnego itp.

JEŚLI TOCZY SIĘ WOBEC CIEBIE POSTĘPOWANIE O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ, w pierwszej kolejności pamiętaj o złożeniu wniosku o włączenie dziecka do swojej procedury. Pracownik ośrodka wyśle wniosek, a następnie po uzyskaniu i dostarczeniu przez Ciebie aktu urodzenia dziecka potwierdzi go za zgodność z oryginałem i prześle do Departamentu Postępowania Uchodźczych w Warszawie.

JEŚLI NIE TOCZY SIĘ JUŻ WOBEC CIEBIE POSTĘPOWANIE O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ, powinieneś złożyć wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej w imieniu dziecka w placówce Straży Granicznej znajdującej się najbliżej Twojego miejsca zamieszkania i następnie z ważnym TZTC dziecka zgłosić się do ośrodka dla cudzoziemców w Podkowie Leśnej -Dębaku lub w Białej Podlaskiej, gdzie będziesz mógł wypełnić wniosek o przyznanie dziecku świadczenia pieniężnego poza ośrodkiem.

Następnie oddaj pracownikowi ośrodka oryginał aktu zawarcia związku małżeńskiego do tłumaczenia przysięgłego na j. polski, odbierz tłumaczenie (może to potrwać kilka dni). Jeśli tego nie zrobisz, dziecko nie będzie nosiło nazwiska ojca, a jedynie nazwisko matki i w świetle prawa polskiego biologiczny ojciec nie będzie miał żadnych praw względem dziecka.

Jeśli ojciec będzie chciał uznać dziecko w późniejszym okresie, będzie musiał złożyć oświadczenie o uznaniu dziecka przed Kierownikiem Urzędu Stanu Cywilnego. Uznanie dziecka nastąpi, jeśli w terminie 3 miesięcy od dnia oświadczenia ojca dziecka, matka potwierdzi jego deklarację. Jeśli uchybi tego terminu, uznanie dziecka może nastąpić jedynie przed sądem.

Ojciec dziecka zawsze może uznać dziecko przed narodzinami przed Kierownikiem Urzędu Stanu Cywilnego. Akt zawarcia związku małżeńskiego możesz oddać na kilka dni przed porodem. PRZED PORODEM ZADBAJ O TO, BY MIEĆ WAŻNE TZTC –WYRABIANIE TRWA OK. MIESIĄC

Pojeźdź do Urzędu Stanu Cywilnego z WAŻNYM TZTC, tłumaczeniem aktu zawarcia związku małżeńskiego i zgłoszeniem narodzin. Z tymi dokumentami można wyrobić odpis skrócony aktu urodzenia.

JEŚLI PRZEBYWASZ W OŚRODKU DLA CUDZOZIEMCÓW oddaj akt urodzenia dziecka pracownikowi ośrodka, JEŚLI OTRZYMUJESZ ŚWIADCZENIE PIENIĘŻNE I MIESZKASZ POZA OŚRODKIEM, oddaj akt urodzenia dziecka pracownikowi ośrodka najbliższego Twojemu miejscu zamieszkania lub w Zespole Obsługi Cudzoziemców na ul. Taborowej 33. Następnie wypełnij wniosek o przyznanie dziecku świadczenia pieniężnego po za ośrodkiem.

Po dopełnieniu wszystkich wymienionych formalności Twoje DZIECKO UZYSKA POMOC SOCJALNĄ. Jeśli przebywasz w ośrodku dla cudzoziemców, PRZY NAJBLIŻSZEJ WYPŁACIE W OŚRODKU DOSTANIESZ EKWIWALENT I POMOC NA ZAKUP ODZIEŻY. ODDAJ PRACOWNIKOWI PRZEPUSTKĘ, BY DOPISAŁ TAM TWOJE DZIECKO.

Ekwiwalent przysługuje od pierwszego dnia miesiąca następującego po dniu rejestracji dziecka w ośrodku. Jeśli Twoje dziecko otrzymuje pomoc poza ośrodkiem, PIERWSZE ŚWIADCZENIE DLA DZIECKA OTRZYMASZ PRZEKAZEM POCZTOWYM W MIESIĄCU NASTĘPUJĄCYM PO MIESIĄCU ZAREJESTROWANIA DZIECKA.

## PRACA W OŚRODKU

Jeżeli chcesz możesz pomagać pracownikom ośrodka w pracach na rzecz ośrodka – prace porządkowe, pomoc w tłumaczeniach pomiędzy pracownikami ośrodka a cudzoziemcami lub prowadzenie zajęć kulturalno-oświatowych (np.

wsparcie dzieci uczących się zdalnie lub ich rodziców w kontakcie ze szkołą). Za udzieloną pomoc **możesz** otrzymać raz w miesiącu dodatkowe kieszonkowe w wysokości 50 złotych. Na wszystkie pytania i wątpliwości odpowie pracownik ośrodka.



## PRACA POZA OŚRODKIEM



Jeżeli chcesz pracować poza ośrodkiem i w ciągu ustawowo określonego terminu (tj. w ciągu 6 miesięcy) nie została wydana wobec Ciebie decyzja w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej w pierwszej instancji, tzn. przez Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców oraz jeżeli przyczyna niewydania w tym terminie nie leży po Twojej stronie, możesz złożyć wniosek o wydanie stosownego zaświadczenia. Zaświadczenie takie zawiera informacje, że:

- złożyłeś wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej;
- aktualnie toczy się wobec Ciebie procedura;
- decyzja w pierwszej instancji nie została wydana w ciągu ustawowego terminu;
- procedura przedłuża się nie z Twojej winy.

Zaświadczenie takie jest ważne do dnia, w którym decyzja w sprawie o udzielenie ochrony międzynarodowej stanie się ostateczna. Wraz z Tymczasowym Zaświadczeniem Tożsamości Cudzoziemca (TZTC) stanowi dla Ciebie podstawę do wykonywania pracy na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej (na zasadach i w trybie określonych w ustawie z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy).

## JAK PRZEDŁUŻYĆ TYMCZASOWE ZAŚWIADCZENIE TOŻSAMOŚCI CUDZOZIEMCA (TZTC)

Poproś pracownika w ośrodku o skierowanie do fotografa oraz karteczkę z danymi Urzędu.

Idź zrobić zdjęcie, pokaż karteczkę z danymi Urzędu i odbierz zdjęcia. Faktura za usługę powinna zostać przesłana przez fotografa bezpośrednio do pracowników ośrodka. Jeśli nie masz skierowania do konkretnego fotografa, pamiętaj o zabraniu faktury, na podstawie której będziesz mógł się ubiegać o zwrot pieniędzy.

Wypełnij z pracownikiem ośrodka wnioski o wydanie nowej TZTC

Oddaj starą TZTC oraz fakturę, a otrzymasz zwrot pieniędzy

Teraz pracownik z ośrodka wyśle Twoje dokumenty do przedłużenia pocztą

Podpisz odbiór dokumentu od pracownika

Prawidłowa fotografia, powinna mieć wymiary 35 mm x 45 mm oraz zostać podpisana imieniem i nazwiskiem wnioskodawcy. Ponadto fotografia powinna:

- być nieuszkodzona, kolorowa, o dobrej ostrości;
- być wykonana nie wcześniej niż w ciągu 6 miesięcy przed dniem złożenia wniosku;
- przedstawiać twarz od wierzchołka głowy do górnej części barków, tak aby twarz zajmowała 70-80% fotografii;
- przedstawiać wyraźne oczy, a zwłaszcza źrenice, linia oczu powinna być równoległa do górnej krawędzi fotografii;
- przedstawiać osobę na jednolitym jasnym tle, w pozycji frontalnej, patrzącą na wprost

z otwartymi oczami, nieprzesłoniętymi włosami, z naturalnym wyrazem twarzy i zamkniętymi ustami, a także powinna odwzorowywać naturalny kolor skóry;

Fotografia z nakryciem głowy (dopuszczalna jest tylko ze względów religijnych) powinna przedstawiać dobrze widoczną całą twarz (od brody do końca czoła – powinien widoczny być naturalny kolor skóry).

**W razie jakichkolwiek problemów zwróć się do pracownika ośrodka.**

Jeżeli korzystasz ze świadczeń poza ośrodkiem, wniosek o wymianę Tymczasowego Zaświadczenia Tożsamości Cudzoziemca możesz pobrać ze



strony internetowej <https://cudzoziemcy.gov.pl/pliki-do-pobrania/> i wypełnić zgodnie z instrukcją. Po wypełnieniu wniosku należy dołączyć jedno podpisane aktualne zdjęcie i przesłać na adres:

Urząd do Spraw Cudzoziemców, ul. Taborowa 33, 02-699 Warszawa. Nowy dokument zostanie Ci odesłany na adres podany we wniosku.

### **Pamiętaj!**

**Jeżeli będziesz miał jakiegokolwiek problemy w załatwieniu spraw lub pytania dotyczące pomocy socjalnej, opieki medycznej poproś o pomoc pracownika w Twoim ośrodku lub Zespole Obsługi Cudzoziemców w Warszawie ul. Taborowa 33. Jeśli nie masz takiej możliwości zadzwoń na infolinię Urzędu nr 47 721 76 75, w dni robocze w godzinach 9.00-15.00. Pod tym samym numerem możesz również otrzymać informacje w sprawach dotyczących udzielenia ochrony międzynarodowej i dokumentów dla cudzoziemców ubiegających się o ochronę. Pamiętaj, że ze względu na ochronę danych osobowych, nie otrzymasz w ten sposób informacji o stanie Twojej sprawy, a ogólne instrukcje i wskazówki.**

## **WNIOSKI I SKARGI**

W każdym momencie możesz zwrócić się z wnioskiem do Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców w istotnej dla Ciebie sprawie związanej z udzielaną Ci pomocą socjalną lub toczącą się procedurą uchodźczą za pośrednictwem pracowników ośrodka, wysłać pocztą lub złożyć osobiście w siedzibie Urzędu w Warszawie przy ul. Taborowej 33.

Masz również prawo złożyć skargę do Szefa Urzędu do Spraw Cudzoziemców w związku z nieprawidłowościami, jakie Twoim zdaniem zaistniały w związku z udzielaną Ci pomocą socjalną lub toczącym się postępowaniem uchodźczym. Skargę możesz złożyć za pośrednictwem pracowników ośrodka, wysłać pocztą lub złożyć osobiście w siedzibie Urzędu w Warszawie przy ul. Taborowej 33.

Wnioski, poza wnioskiem o udzielenie ochrony międzynarodowej oraz skargi powinny być rozpatrywane bez zbędnej zwłoki. Jednakże nie później niż w ciągu 30 dni. W wyjątkowo skomplikowanych sprawach, których rozstrzygnięcie wymaga szerokiej analizy, termin ten może zgodnie z prawem zostać wydłużony. Zostaniesz wtedy pisemnie poinformowany o planowanym terminie udzielania odpowiedzi.



## **POWRÓT DO KRAJU**

### **Komu przysługuje pomoc w dobrowolnym powrocie?**

O pomoc w dobrowolnym powrocie do kraju, do którego masz prawo wjazdu, możesz się ubiegać zarówno wtedy, gdy oczekujesz na wydanie decyzji w przedmiocie udzielenia ochrony międzynarodowej, jak i kiedy, otrzymałeś decyzję o odmowie nadania statusu uchodźcy lub decyzję o nieudzieleniu ochrony uzupełniającej.

### **Gdzie złożyć wniosek?**

Jeżeli oczekujesz na wydanie decyzji w przedmiocie udzielenia ochrony międzynarodowej do



Departamentu Pomocy Socjalnej powinieneś złożyć wniosek o udzielenie pomocy w dobrowolnym powrocie. Ponadto w Departamencie Postępowania Uchodźczych powinieneś złożyć wniosek o umorzenie tego postępowania w związku z zamiarem dobrowolnego powrotu.

Jeżeli otrzymałeś decyzję o odmowie nadania statusu uchodźcy lub udzielenia ochrony uzupełniającej, do Departamentu Pomocy Socjalnej nie składasz wniosku o udzielenie pomocy w dobrowolnym powrocie, a jedynie oświadczenie o złożeniu do Międzynarodowej Organizacji do Spraw Migracji (IOM) aplikacji o zorganizowanie przez tą organizację dobrowolnego powrotu. Oświadczenie powinieneś złożyć przed upływem terminu zobowiązania do opuszczenia Polski tj. 30 dni od otrzymania decyzji ostatecznej.

### Kto organizuje podróż?

Składając wniosek o pomoc w dobrowolnym powrocie określ preferowanego przez siebie organizatora podróży: Urząd do Spraw Cudzoziemców lub Międzynarodową Organizację do Spraw Migracji (IOM). Jeżeli decydujesz się, aby Twój powrót został zorganizowany przez IOM powinieneś również wypełnić aplikację Międzynarodowej Organizacji do Spraw Migracji.

Wybór organizatora podróży przysługuje Ci jedynie na etapie oczekiwania na decyzję o udzieleniu ochrony międzynarodowej.

Jeżeli otrzymałeś decyzję negatywną nie masz możliwości wyboru – Twój powrót organizuje IOM a sfinansuje Komendant Główny Straży Granicznej. W takim przypadku do Departamentu Pomocy Socjalnej zamiast wniosku o udzielenie pomocy w dobrowolnym powrocie składasz jedynie oświadczenie, że wypełniłeś oraz złożyłeś do IOM aplikację dotyczącą dobrowolnego powrotu, który będzie sfinansowany przez Komendanta Głównego Straży Granicznej. Złożenie takiego oświadczenia skutkuje przedłużeniem okresu udzielania pomocy socjalnej oraz opieki medycznej do dnia wyjazdu.

### Co obejmują pomoc w dobrowolnym powrocie?

Niezależnie od dokonania wyboru pomoc w dobrowolnym powrocie obejmuje:

- indywidualne doradztwo w kwestii dobrowolnego powrotu;
- zakup biletu na podróż;

- pokrycie opłat związanych z uzyskaniem dokumentu podróży, niezbędnych wiz i zezwoleń;
- udzielenie pomocy pieniężnej na wyżywienie w podróży;
- zapewnienie opieki medycznej w podróży w sytuacjach szczególnych;

Dodatkowo pomoc w dobrowolnym powrocie organizowana przez IOM obejmuje:

- asystę w wyjeździe;
- udzielenie cudzoziemcowi pomocy w tranzycie oraz
- udzielenie pomocy reintegracyjnej w formie gotówkowej i rzeczowej – w przypadku, gdy dobrowolny powrót jest organizowany w ramach projektu współfinansowanego ze środków Funduszu Azylu, Migracji i Integracji.

### UWAGA:

**W przypadku, gdy oczekujesz na dobrowolny powrót, okres udzielania pomocy socjalnej i opieki medycznej przedłuża się do dnia, w którym powinieneś opuścić terytorium Polski w ramach dobrowolnego powrotu.**

### Ile razy można skorzystać z pomocy?

Pomoc w dobrowolnym powrocie możesz otrzymać raz na 2 lata.

### Podstawa prawna i dane kontaktowe

Dobrowolne powroty organizowane są na podstawie ustawy o udzielaniu cudzoziemcom ochrony na terytorium RP, ustawy o cudzoziemcach oraz porozumienia zawartego między Ministrem Spraw Wewnętrznych i Administracji RP a Międzynarodową Organizacją do Spraw Migracji w sprawie współpracy w zakresie dobrowolnych powrotów cudzoziemców opuszczających terytorium RP z dnia 12 lipca 2005 r. Jeżeli jesteś zainteresowany uzyskaniem pomocy w dobrowolnym powrocie za pośrednictwem Urzędu więcej informacji uzyskasz u pracownika ośrodka dla cudzoziemców lub w Zespole Obsługi Cudzoziemców, jeśli zaś za pośrednictwem IOM - na stronie [www.poland.iom.int](http://www.poland.iom.int) lub pod numerami telefonu: (22) 623 81 54, (22) 623 81 88.

## ► DECYZJA W SPRAWIE O UDZIELENIE OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

### CO NALEŻY ZROBIĆ PO OTRZYMANIU DECYZJI W SPRAWIE UDZIELENIA OCHRONY MIĘDZYNARODOWEJ

W zależności od rodzaju decyzji, którą otrzymasz przysługują Ci różne uprawnienia związane z pomocą socjalną oraz dalszym pobytem w Polsce. Sprawdź jaką decyzję otrzymałeś i co powinienes zrobić w dalszej kolejności (do kiedy masz czas na załatwienie różnych formalności). Pamiętaj o pilnowaniu terminów, wpisz sobie do kalendarza co musisz załatwić i do kiedy!

**1. Decyzja przyznająca jedną z form ochrony międzynarodowej (status uchodźcy, ochrona uzupełniająca).** W przypadku otrzymania jednej z form ochrony, pomoc socjalna udzielana przez Urząd do Spraw Cudzoziemców kończy Ci się po **dwóch miesiącach od daty uprawomocnienia się decyzji** ostatecznej w sprawie o nadanie statusu uchodźcy.

Gdy otrzymałeś **status uchodźcy lub ochronę uzupełniającą** powinienes złożyć **nie później niż 60 dni od dnia otrzymania decyzji** wniosek do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, które następnie przekazuje wniosek do urzędu wojewódzkiego, o pomoc w ramach **indywidualnego programu integracyjnego**. Przyznanie pomocy jest poprzedzone wywiadem środowiskowym (w miejscu zamieszkania), to znaczy po rozpoznaniu przez pracownika socjalnego z Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie Twojej sytuacji rodzinnej, zdrowotnej, materialnej, zawodowej, znajomości języka polskiego oraz po uzgodnieniu programu integracyjnego.

Pomoc mająca na celu wspieranie procesy integracji przysługuje Ci od miesiąca kalendarzowego, w którym wystąpiłeś z wnioskiem o jej udzielenie wraz z kompletem dokumentów. Jeżeli przebywasz w ośrodku dla cudzoziemców pomoc przysługuje Ci począwszy od miesiąca kalendarzowego, w którym opuścisz ośrodek.

Pomoc udzielana jest na okres do 12 miesięcy, licząc od miesiąca złożenia wniosku. Więcej informacji uzyskasz w Powiatowych Centrach Pomocy Rodzinie właściwych dla Twojego miejsca pobytu. Informacje, gdzie znajduje się właściwe dla Ciebie Centrum uzyskasz także od pracownika ośrodka.

**2. W przypadku, gdy Twoje postępowanie w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej zostało umorzone** pomoc socjalna przysługuje Ci **przez okres 14 dni od daty doręczenia decyzji** ostatecznej.

**3. Po otrzymaniu decyzji o niedopuszczalności wniosku** pomoc socjalna **kończy się po dwóch miesiącach od daty uprawomocnienia się decyzji**.

**4. Po otrzymaniu decyzji negatywnej** pomoc socjalna **kończy się po 30 dniach od uprawomocnienia się decyzji**.

Jeżeli otrzymasz decyzję negatywną możesz złożyć wniosek o pomoc w dobrowolnym powrocie. Dostaniesz wtedy wsparcie finansowe i organizacyjne ze strony Urzędu i IOM w zakupie biletów oraz przygotowania podróży, a także możesz otrzymać pomoc w ramach reintegracji. Pomoc socjalna przysługuje do dnia wyjazdu z terytorium RP.



## WAŻNE DANE KONTAKTOWE

### Infolinie:

- Infolinia Urzędu do Spraw Cudzoziemców  
Telefon: 47 721-76-75
- Infolinia operatora medycznego (Petra Medica Sp. z o.o.)  
Telefon: 22 112-02-06  
E-mail: [kontakt@petramedica.pl](mailto:kontakt@petramedica.pl)
- Infolinia Międzynarodowej Organizacji do Spraw Migracji (IOM)  
Telefon: 22 623-81-88, 22 62-38-154
- Infolinia Straży Granicznej  
Telefon: 22 500-43-76

### Dane kontaktowe do ośrodków dla cudzoziemców i ZOC Taborowa:

- Zespół Obsługi Cudzoziemców Taborowa  
ul. Taborowa 33  
02-609 Warszawa  
Telefon: 47 72-175-42  
E-mail: [dps.taborowa@udsc.gov.pl](mailto:dps.taborowa@udsc.gov.pl)
- Ośrodek recepcyjny w Podkowie Leśnej-Dębaku  
Podkowa Leśna-Dębak  
05-805 Otrębusy  
Telefon: 22 729-80-71  
E-mail: [debak@udsc.gov.pl](mailto:debak@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Lininie  
Linin  
05-530 Góra Kalwaria  
Telefon: 22 736-16-14  
E-mail: [linin@udsc.gov.pl](mailto:linin@udsc.gov.pl)
- Ośrodek recepcyjny w Białej Podlaskiej  
ul. Dokudowska 19  
21-500 Biała Podlaska  
Telefon: 47 811-22-01  
E-mail: [biala.podlaska@udsc.gov.pl](mailto:biala.podlaska@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Bezwoli  
Bezwola 107  
21-310 Wołyń  
Telefon: 83 342-26-99  
E-mail: [bezwola@udsc.gov.pl](mailto:bezwola@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Łukowie  
al. Kościuszki 29  
21-400 Łuków  
Telefon: 25 798-25-43  
E-mail: [lukow@udsc.gov.pl](mailto:lukow@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Kolonii Horbów  
Horbów 26A  
21-512 Zalesie  
Telefon: 83 375-73-84  
E-mail: [horbow@udsc.gov.pl](mailto:horbow@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Białymstoku  
ul. Bitwy Białostockiej 7  
15-102 Białystok  
Telefon: 85 675-00-91  
E-mail: [osrodek.bialystokbud@udsc.gov.pl](mailto:osrodek.bialystokbud@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Czerwonym Borze  
Czerwony Bór 24/1  
18-400 Łomża  
Telefon: 86 215-00-28  
E-mail: [osrodek.czerwonybor@udsc.gov.pl](mailto:osrodek.czerwonybor@udsc.gov.pl)
- Ośrodek dla cudzoziemców w Grupie  
ul. Libeckiego 1  
86-134 Dragacz  
Telefon: 52 332-50-54  
E-mail: [osrodek.grupa@udsc.gov.pl](mailto:osrodek.grupa@udsc.gov.pl)

### Organizacje pozarządowe, w których otrzymasz bezpłatną pomoc:

- Stowarzyszenie Interwencji Prawnej  
ul. Siedmiogrodzka 5/51  
01-204 Warszawa  
Telefon: 22 621-51-65  
[www.interwencjaprawna.pl](http://www.interwencjaprawna.pl)
- Helsińska Fundacja Praw Człowieka  
ul. Wiejska 16  
00-490 Warszawa  
Telefon: 22 556-44-40  
[www.hfhr.pl](http://www.hfhr.pl)
- Fundacja Ocalenie  
ul. Krucza 6/14a  
00-537 Warszawa  
Telefon: 22 828-50-54  
[www.ocalenie.org.pl](http://www.ocalenie.org.pl)
- Punkt Konsultacyjny Fundacji "Ocalenie"  
w Łomży  
ul. Sadowa 8  
18-400 Łomża  
E-mail: [biuro@ocalenie.org.pl](mailto:biuro@ocalenie.org.pl)  
[www.ocalenie.org.pl](http://www.ocalenie.org.pl)

- Fundacja Nauki Języków Obcych LINGUAE MUNDI  
ul. M. Kopernika 17  
00-359 Warszawa  
Telefon: 22 625-42-53, 22 625-42-67, 22 654-22-18  
[www.linguaemundi.pl](http://www.linguaemundi.pl)
- Polskie Forum Migracyjne  
ul. Szpitalna 5/14  
00-031 Warszawa  
Telefon: 692-913-993  
[www.forummigracyjne.org](http://www.forummigracyjne.org)
- Fundacja dla Migrantów „Dobry Start”  
ul. Bracka 18/63, II piętro  
00-028 Warszawa  
Telefon: 22 658-04-87  
[www.fds.org.pl](http://www.fds.org.pl)
- Fundacja Jesuit Refugee Service – JRS Poland  
ul. Rakowiecka 61  
02-532 Warszawa  
Telefon: 605 422 608  
[www.jrs.center](http://www.jrs.center)
- Centrum Pomocy Prawnej im. Haliny Nieć  
ul. Krowoderska 11/7  
31-141 Kraków  
Telefon: 12 633-72-23, 693-390-502  
[www.pomocprawna.org](http://www.pomocprawna.org)
- Fundacja Instytut na rzecz Państwa Prawa  
ul. Chopina 14/70  
20-023 Lublin  
Telefon: 81 743-68-00  
[www.panstwoprawa.org](http://www.panstwoprawa.org)
- Fundacja Obywatelska Perspektywa  
ul. Puławska 24b/14  
02-512 Warszawa  
Telefon: 501-022-598  
[www.obywatelska.org.pl](http://www.obywatelska.org.pl)
- Fundacja Dialog  
ul. ks. A. Abramowicza 1  
15-872 Białystok  
Telefon: 85 742-40-41  
[www.fundacjadialog.pl](http://www.fundacjadialog.pl)
- Fundacja dla Wolności  
ul. Ordynacka 9  
00-364 Warszawa  
E-mail: [info@fundacjadlawolnosc.org](mailto:info@fundacjadlawolnosc.org)  
[www.fundacjadlawolnosc.org](http://www.fundacjadlawolnosc.org)
- Fundacja Emic  
ul. Klonowica 40/1  
87-100 Toruń  
Telefon: 507-412-653  
[www.emic.com.pl](http://www.emic.com.pl)
- Fundacja Emic  
ul. Gdańska 128  
85-021 Bydgoszcz  
Telefon: 501-186-730  
[www.emic.com.pl](http://www.emic.com.pl)
- Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu  
ul. Gospodarcza 2  
20-217 Lublin  
Telefon: 81 534-26-52  
[www.wolontariat.lublin.pl](http://www.wolontariat.lublin.pl)
- Stowarzyszenie dla Ziemi  
Bratnik 5  
21-132 Kamionka  
Telefon: 603-882-082  
[www.dlaziemi.org](http://www.dlaziemi.org)

#### Organizacje międzynarodowe:

- **Międzynarodowa Organizacja do Spraw Migracji (IOM)**  
ul. Wiejska 12  
00-490 Warszawa  
Telefon: 22 623 81 54, 22 623 81 88  
[www.poland.iom.int](http://www.poland.iom.int)
- **Przedstawicielstwo Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych ds. Uchodźców (UNHCR)**  
ul. Przemysłowa 30  
00-450 Warszawa  
Telefon: 22 628 69 30  
[www.unhcr.org](http://www.unhcr.org)

Szczegółowe informacje o organizacjach pozarządowych działających na rzecz cudzoziemców możesz otrzymać od pracownika ośrodka lub w Zespole Obsługi Cudzoziemców.



### Podstawowe wyrażenia

Jestem... (należy podać imię i nazwisko)  
Nazywam się... (należy podać imię i nazwisko lub nazwisko) Mam na imię... (należy podać imię)  
Miło mi cię poznać.  
Jak się nazywasz?  
Jak masz na imię?  
Jak masz na nazwisko?  
Nie mówię po polsku.  
Nie rozumiem.  
Nie wiem.  
Proszę mówić wolniej.  
Czy możesz powtórzyć?  
Czy możesz to przeliterować?  
Co słychać?  
Wszystko w porządku.  
Jak się czujesz?  
Dobrze  
Źle  
Skąd jesteś?  
Jestem z.... Teraz mieszkam w Polsce.  
Gdzie mieszkasz?  
Mieszkam w... (należy podać miasto).  
Jak dojechać do ....  
Czy możesz mi powiedzieć jak mam dojechać do...  
Jak mogę dojechać/ dojść pod ten adres... (należy pokazać adres).  
Jaki numer autobusu/tramwaju jedzie do...  
Gdzie jest...?  
Gdzie się znajduje...?  
Tam  
W prawo  
W lewo  
Prosto  
Czy możesz mi pomóc?  
Potrzebuję pomocy.

### Zwroty grzecznościowe:

dzień dobry  
do widzenia  
do zobaczenia  
dobry wieczór  
dobranoc  
cześć!  
proszę  
dziękuję  
nie ma za co  
przepraszam  
przykro mi  
(toast) na zdrowie!

### Czas

Rano  
W południe popołudniu  
Wieczorem  
W nocy

Wczoraj  
dzisiaj  
jutro  
tydzień  
miesiąc  
rok  
wiek  
godzina  
kwadrans  
minuta  
trzy dni temu  
za trzy dni

### Pytania

jak?  
co?  
jak dużo?  
kto?  
gdzie?  
kiedy?  
dlaczego?  
który?  
Ile?

### Rodzina

Żona  
Mąż  
Rodzic  
Rodzice  
Dziecko  
Dzieci  
Mama  
Tata  
Córka  
Syn  
Babcia  
Dziadek  
Brat  
Siostra  
Ciocia  
Wujek  
Kuzyn





## WARSZAWA

### Krótką informacją o Warszawie:

Warszawa jest największym polskim miastem pod względem liczby ludności i powierzchni. Jest ośrodkiem naukowym, kulturalnym, politycznym oraz gospodarczym na skalę europejską. Tutaj znajdują się siedziby Prezydenta, Sejmu i Senatu, Rady Ministrów, Narodowego Banku Polskiego oraz innych instytucji i władz centralnych.

Jeżeli chcesz się dowiedzieć czegoś więcej o tym pięknym mieście możesz odwiedzić jedno z ciekawych muzeów, które w wybrane dni można odwiedzać **ZA DARMO**:

- Centrum Sztuki Współczesnej, ul. Jazdów 2 : **CZWARTEK**, godz. 12-19
- Zachęta, pl. Małachowskiego 3 : **CZWARTEK**, godz. 12-20
- Muzeum Narodowe, Al. Jerozolimskie 3: **WTOREK**, godz. 10-18 (tylko wystawy stałe)
- Królikarnia, ul. Puławska 113a : **WTOREK**, godz. 10-18
- Instytut Wzornictwa Przemysłowego, ul. Świętojerska 5/7 : **ŚRODA**, godz. 10-19
- Zamek Królewski, pl. Zamkowy 4, **NIEDZIELA**, godz. 10.50-15
- Muzeum Karykatury, ul. Kozia 11 : **WTOREK**, godz. 10-18

- Muzeum Powstania Warszawskiego, ul. Grzybowska 79 : **PONIEDZIAŁEK** godz. 10–18
- Muzeum Pałac w Wilanowie, ul. Stanisława Kostki Potockiego 10/16, **CZWARTEK** godz. 11–15
- Muzeum Wojska Polskiego w Warszawie, ul. Al. Jerozolimskie 3: **CZWARTEK**, godz. 10–16

W Warszawie działa też Centrum Wielokulturowe przy ul. Jagiellońskiej 54. Więcej informacji znajdziesz na stronie <http://cw.org.pl/> oraz <http://www.info-migrator.pl/>.

Więcej informacji o wydarzeniach kulturalnych na terenie Warszawy i nie tylko znajdziesz na stronach internetowych:

- Warszawa w pigułce – <https://warszawawpigulce.pl/>
- Polecane wydarzenia w Warszawie – <https://waw4free.pl/>
- Portal miasta stołecznego warszawy – <http://kulturalna.warszawa.pl/>
- Warszawa – oficjalny portal turystyczny – <https://warsawtour.pl>
- Pik Warszawa – darmowe wydarzenia – <https://pik.warszawa.pl/tag/za-darmo-w-warszawie/>
- Darmowe wydarzenia i imprezy w całej Polsce – <https://www.kiwiportal.pl/wydarzenia/darmowe>



## DOJAZD DO OŚRODKA RECEPCYJNEGO PODKOWA LEŚNA – DĘBAK

Dojazd z Warszawy Śródmieście WKD do ośrodka recepcyjnego w Podkowie Leśnej-Dębaku.

1. Idź na przystanek Warszawa Śródmieście WKD, znajdź pociąg (kolejkę) kierunku Grodzisk Mazowiecki, Milanówek lub Otrębusy. Wsiądź na **8** przystanku **OTRĘBUSY**.
2. Następnie kieruj się zgodnie z poniższą mapką.
3. Cudzoziemcy **posiadający Tymczasowe Zaświadczenie Tożsamości Cudzoziemca (TZTC) mogą korzystać z bezpłatnej podróży** na wyżej wymienionej trasie. Podczas kontroli biletu należy pokazać dokument TZTC.
4. Jeśli nie masz wydanego aktualnego Tymczasowego Zaświadczenia Tożsamości Cudzoziemca **koniecznie musisz** pójść do kasy biletowej i **kupić bilet na pociąg** do stacji Otrębusy.

