



Fundusze Europejskie

**Добро пожаловать
в Любское
воеводство, Польша!**



Fundusze Europejskie
dla Lubuskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Lubuskie
Warte zachodu

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ БЕСПЛАТНЫЕ УСЛУГИ

Курсы польского языка

на уровнях: от A1 до B2

Допомога асистента першого контакту

по: индивидуальным вопросам, связанным с пребыванием и работой в Польше: система образования, здравоохранение, социальное обеспечение, включая социальные пособия, транспорт, налоги и другие вопросы повседневной жизни в новой стране, правила продолжения легального проживания в Польше, легальная работа и трудоустройство граждан третьих стран.

**Присяжный
перевод
документов**

**Юридическая
консультация**

**Профильное
обучение**

**Консультация
психолога**

**Интеграционные
встречи**

**Адаптационные
встречи**

**Помощь в
профориентации**

ПРИГЛАШАЕМ



Уважаемые дамы и господа,

Предлагаем вашему вниманию образовательную брошюру о правах и обязанностях иностранцев, находящихся в Польше. Эта публикация подготовлена с целью облегчения Вашей повседневной жизни в новой стране, которая, возможно, станет Вашим новым домом.

Собранная здесь информация поможет Вам разобраться в важнейших аспектах жизни в Польше - как формальных, так и правовых, социальных и обычных. Мы надеемся, что информация, которая в ней содержится, облегчит Вашу адаптацию и повседневную жизнь в нашей стране.

Если после прочтения брошюры у Вас возникнут сомнения относительно представленных положений или Вы нуждаетесь в дополнительной помощи, советуем обратиться в Центр Интеграции Иностранцев в Зеленой Гуре (CIC). В CIC вы получите бесплатную и профессиональную помощь от ассистентов первого контакта. Кроме того, в Центре можно пользоваться компьютером и Интернетом, что может быть полезным при решении официальных вопросов или поиска информации.

Помните, что знание своих прав и обязанностей имеет решающее значение для вашей полной интеграции и комфорта в новой среде.
Желаем вам успехов и удачи в Польше.

Коллектив Центра Интеграции Иностранцев Зелена Гура

**Добро
пожаловать
в Любушское
воеводство,
Польша!**



Как выбрать место для жизни, работы и проживания в Польше с семьей?

Выбор правильного места для проживания в Польше зависит от нескольких факторов: наличия работы, расходов на проживание, уровня образования и здравоохранения, безопасности и качества повседневной жизни. Для многих иностранцев также важно, чтобы легко было интегрироваться и найти свой путь в местном сообществе.

Сделайте осознанный выбор!

Прежде чем решить, где жить: составьте список своих потребностей: работа, образование детей, спокойствие, доступ к врачам. Посоветуйтесь с людьми, которые уже живут в этом районе.

Помни!

Твое пребывание в Польше должно быть легальным. Проверьте, является ли Ваше пребывание легальным:

- **Виза (тип C или D)** - действительна в течение ограниченного периода времени.
- **Безвизовый режим** - как правило, до 90 дней (например, для граждан Украины, Грузии, Албании - подробнее на сайте Пограничной службы).
- **Карта пребывания** - для лиц, имеющих временный, постоянный или долгосрочный вид на жительство в ЕС.
- **Статус UKR** - для граждан Украины, которые прибыли после 24.02.2022.

Если вы хотите остаться дольше, чем предусмотрено вашим текущим разрешением - **подайте заявление на временное проживание до окончания срока его действия.**

Документ, удостоверяющий личность - ПАСПОРТ

Каждый иностранец, находящийся в Польше, должен иметь действительный **паспорт** (или другой эквивалентный документ).

Срок действия паспорта:

- Проверьте дату окончания срока действия перед любыми официальными делами (например, легализация пребывания, банк, PESEL).
- Если срок действия вашего паспорта **истек**, немедленно обратитесь в **посольство или консульство** вашей страны в Польше и подайте заявление на получение нового документа.
- Помните: без действительного документа, удостоверяющего личность, вы не можете легально продлить свое пребывание или выполнить важные формальности.

Ваши первые шаги в Польше

1. Безопасный поиск жилья и аренда квартиры в Польше

Где искать:

- **Агентства недвижимости** - могут взимать дополнительную «комиссию агента» (обычно равна одной арендной плате).
- **Веб-сайты:** например, OLX, Otodom, Gratka, Gumtree, Morizon и другие - в основном доступны на польском языке, но некоторые объявления имеют описание на английском («ENGLISH BELOW»).
- **Facebook** - группы вроде «Аренда квартир + [название города].
- **Непосредственно от владельца** - часто самый дешевый и самый простой способ, но нужно быть осторожным.

На что следует обратить внимание:

- Подписать договор аренды, который включает:
 - реквизиты сторон договора,
 - адрес и описание квартиры,
 - размер арендной платы и дополнительных платежей (например, за электроэнергию, воду, вывоз мусора),

2. Номер PESEL

Что это такое?

PESEL - это индивидуальный идентификационный номер, необходимый для многих вещей: NFZ, социальное страхование, школа, прививки, банковские операции, доверенный профиль.

Как получить свой PESEL?

- Обратитесь в муниципалитет/ратушу.
- Возьмите с собой паспорт и вид на жительство.
- Заполните анкету (можно заполнить онлайн).
- Для тех, кто имеет статус UKP - номер PESEL со статусом UKP выдается автоматически после регистрации.

Ошибка в данных PESEL - что делать?

- Проверьте данные в реестре (например, после получения решения или его копии).
- Если данные неверные (например, ошибка в имени), подайте заявление на исправление - возьмите с собой паспорт и документ, подтверждающий правильность данных.
- Заявление подается в том же самом управлении, где вы получали PESEL, или в ближайшем к месту вашего проживания.

- размер залога - сколько и когда он будет возвращен,
- дату уплаты арендной платы,
- срок действия договора аренды и условия его расторжения.
- Проверьте, действительно ли арендодатель имеет право сдавать жилье в аренду:
 - вы можете попросить правоустанавливающий документ или номер домовой книги (проверьте в Интернете: <https://ekw.ms.gov.pl>)
 - убедитесь, что данные совпадают: имя арендодателя и договор аренды.
- Вы можете заключить договор у нотариуса (это дает вам большую защиту, но не является обязательным).

Аванс и задаток - в чем разница:

- **Аванс** - можно вернуть, если контракт не будет подписан.
- **Задаток** - в случае отказа от договора вы не возвращаете уплаченную сумму.

Избежание лишних расходов:

- Убедитесь, что в объявлении указана полная стоимость (аренда, административные сборы, коммунальные услуги).
- Избегайте нелицензированных посредников или тех, кто требуют «предоплату без договора».

Статус УКР - как его не потерять и что делать, если он потерян?

- **Как его не потерять?**
 - Не выезжать из Польши дольше, чем на 30 дней.
 - Сообщать о своем пребывании и изменении адреса.
- **Как восстановить статус?**
 - Если Вы потеряли статус УКР, Вы можете восстановить его в муниципальном управлении, подав заявление и документы, подтверждающие Ваше возвращение из Украины (например, штамп в паспорте).

Помните, что восстановить статус не всегда возможно, пожалуйста, ознакомьтесь с действующими правилами.

3. Профиль пользователя

Что это такое?

Профиль пользователя позволяет решать официальные вопросы онлайн: например, в ZUS, NFZ, налоговой инспекции, ePUAP, мобильных приложениях (например, mObywatel).

Для чего это нужно?

- Экономия времени - многое можно сделать из дома.
- Необходим для получения, например,

семейной помощи от ZUS, онлайн-регистрации, электронного рецепта, PIT.

Как его создать?

- Через интернет-банк.
- В пункте подтверждения (муниципалитет, ZUS, NFZ).
- Он доступен на **польском языке**, а в приложении также на английском и украинском.

4. Медицинское страхование

- **Государственное (NFZ)** - доступно для легально работающих лиц, студентов, лиц, застрахованных семьей, например, муж может застраховать жену и детей.
- **Добровольное в ZUS** - если вы не работаете, но хотите пользоваться NFZ, вы должны подписать договор с NFZ и платить ежемесячный взнос.
- **Частное** - покупается индивидуально в частных страховых компаниях.
- **Туристическое страхование** - рекомендуется для поездок за границу

5. Банк та відкриття рахунку

В Польше существует хорошо развитая сеть банков. Стоит выбрать тот, который будет соответствовать вашим потребностям. На что следует обратить внимание?

- Ежемесячная комиссия и комиссия за перевод.
- Поддерживает ли банк украинский/русский/английский языки?
- Возможность открыть счет онлайн.

Какие документы нужны?

- паспорт или карта пребывания
- PESEL (не всегда обязательно, но желательно)
- адрес проживания в Польше
- в некоторых банках - подтверждение статуса студента или работника.

6. Легальная работа в Польше

Для того, чтобы легально работать в Польше как иностранец, вы должны выполнить три основных условия:

1. Разрешение на работу

Вы должны иметь **разрешение на работу** или **быть освобожденным** от этой обязанности, например, когда

- Вы имеете **разрешение на постоянное проживание, долгосрочный резидент ЕС**, статус беженца, дополнительную защиту или гуманитарное разрешение.

Проверьте, требует ли ваша ситуация **получения разрешения на трудоустройство** - если вы сомневаетесь, обратитесь в районный центр занятости или Центр Интеграции Иностранцев.

2. Легальное пребывание в Польше

Ваше пребывание в Польше должно быть легальным. Это означает, что:

- у вас есть действительная виза, разрешение на временное пребывание или другой легальный вид на жительство
- вы не превысили разрешенный срок пребывания (например, если вы въехали без визы в рамках безвизового режима)
- вы вовремя уведомили власти о своем пребывании.

3. Трудовой договор или договор поручения (письменный!)

Вы должны подписать **письменный договор** перед началом работы:

- Трудовой договор - дает больше защиты (например, оплачиваемый отпуск, гарантированную минимальную заработную плату, срок предупреждения о увольнении),
- Договор поручения - также является легальной формой трудоустройства, но дает меньше прав.

!!! Никогда не работайте без подписанного договора - тогда вы имеете статус нелегально работника («на черную»), что грозит потерей вида на жительство и юридическими проблемами.

Твой **работодатель обязан:**

- подписать с тобой **письменный договор** (перед началом работы)
- внести вас в **ZUS** (учреждение социального страхования) - это гарантирует вам страховку,
- платить за вас **взносы на:**
 - **медицинское обслуживание** - вы имеете право на медицинское обслуживание в NFZ,
 - **пенсия и инвалидность** - вы формируете свою пенсию и право на назначение пособия по инвалидности.

Внимание: Нелегальная работа - это риск!

Работать «нелегально» (без договора) означает:

- отсутствие медицинского страхования - вы не имеете права на бесплатную медицинскую помощь
- отсутствие взносов - вы не имеете права на пенсию или другие выплаты
- отсутствие правовой защиты - вы не сможете вернуть свою зарплату в случае мошенничества,
- возможность потерять право на пребывание в Польше.

Никогда не соглашайтесь работать нелегально - Ваши права начинаются с подписанного договора!

7. Уход за ребенком - права и обязанности родителей/опекунов в Польше

Дети, легально проживающие в Польше, имеют право **на здравоохранение** наравне с польскими гражданами, при условии, если:

- они охвачены медицинским страхованием (например, через одного из родителей, который легально работает в Польше, социальные программы или международные соглашения)
- или они находятся в ситуации, когда им предоставляется медицинская помощь в рамках социальной или гуманитарной помощи.

Обязательства в области здравоохранения:

- Дети в возрасте 0-19 лет **подлежат обязательной вакцинации** (согласно календарю прививок, действующему в Польше). Эти прививки являются **бесплатными** и проводятся в амбулаторно-поликлинических учреждениях (POZ).
- Новоприбывшие дети должны проходить **профилактические**

осмотры (проверки состояния здоровья в соответствии с возрастом).

- Рекомендуется, чтобы ребенок сразу после прибытия в Польшу был зарегистрирован у семейного врача (педиатра).

Обязательное обучение и образование

В Польше:

- **Обязательное школьное обучение и образование** - с 7 до 18 лет (I-VIII классы начальной школы и гимназии или другая форма обучения).
- **Обязательная ежегодная дошкольная подготовка** - касается 6-летних детей.

Эта обязанность распространяется также на **детей-иностранцев**, независимо от их миграционного статуса.

Родители обязаны записать ребенка в учебное заведение и обеспечить его регулярное посещение.

Районирование и зачисление в школу

Государственные начальные школы

в Польше работают по **системе районирования**, что означает, что ребенку гарантируется место в учебном заведении, **ближайшем к месту жительства**, в соответствии с наличием свободных мест.

Для того, чтобы записать ребенка в школу, необходимо

- подать **заявление в секретариат школы** (желательно в своем районе)
- предъявить **документ, удостоверяющий личность ребенка** (например, паспорт)
- указать **адрес проживания**,
- по возможности предоставить **аттестаты или документы, подтверждающие предыдущее образование** (при наличии).

При отсутствии документов школа может провести **собеседование** или диагностическое тестирование для определения образовательного уровня ребенка.

Доступ к специальному образованию

Дети с ограниченными возможностями **имеют право на специальное образование в Польше:**

- они могут посещать специальные детские сады, школы или интегрированные классы,
- для этого **необходим диагноз и справка о необходимости специального образования**, выданная государственными психолого-педагогическими консультациями,
- помощь предоставляется **бесплатно**, а школы могут предоставлять, среди

прочего, дополнительного ассистента учителя или терапевтические занятия.

Изучение польского языка -

обязанность и поддержка

Изучение польского языка имеет решающее значение для правильной интеграции ребенка в польскую систему образования. Поэтому:

- Государственные школы обязаны **организовывать бесплатные уроки польского языка** как иностранного - **минимум 2 часа в неделю**, в течение 12 месяцев.
- Дети также могут воспользоваться **коррекционными занятиями** по другим предметам, если они имеют трудности в обучении.

Родители должны обеспечить **активное участие ребенка в уроках польского языка, поддерживать его в обучении и контактах со сверстниками**, что облегчает адаптацию и развитие.

Итог - что должны делать родители?

- **Зарегистрировать ребенка в местном медицинском учреждении, позаботиться о прививках.**
- **Записать ребенка в школу или детский сад (желательно в районе проживания).**

- **Обеспечить посещение занятий по польскому языку.**
- **В случае необходимости обратитесь в психолого-педагогическую консультацию.**
- **Поддерживать контакт со школой, посещать собрания и встречи с учителями.**

8. Правила общественной жизни в Польше!

Если вы поселились в Польше, важно знать и соблюдать основные правила общественной жизни, которые касаются всех жителей - независимо от национальности, языка или религии. Уважение, безопасность и социальное сосуществование являются основой спокойной жизни в нашей стране.

1. Соблюдение закона

- В Польше существует **равенство перед законом** - каждый, независимо от своего происхождения, должен соблюдать гражданское, уголовное, административное и семейное законодательство.
- Незнание закона **не освобождает от ответственности**. Стоит ознакомиться с важными

нормами, применяемыми к иностранцам.

- Такие правонарушения, как кража, насилие, жестокое обращение с родственниками, торговля наркотиками, нелегальная работа или вождение в состоянии алкогольного/наркотического опьянения строго наказываются.

2. Противодействие насилию

- В Польше **физическое, психологическое, сексуальное или экономическое насилие**, в том числе в семье, не допускается.
- Если вы стали свидетелем или жертвой насилия, вы имеете право и обязанность сообщить об этом в полицию или в Городской центр социальной помощи.
- Существуют **бесплатные центры помощи жертвам насилия**, доступные также для иностранцев. В случае необходимости обратитесь в Центр Интеграции Иностранцев, где вам предоставят информацию о том, как действовать дальше.

3. Борьба с зависимостью

- Алкоголь и сигареты разрешены законом, но злоупотребление ими

может привести к проблемам со здоровьем и социальным проблемам.

- Хранение наркотиков является **незаконным** - независимо от количества. Это касается и каннабиса.
- Люди, которые борются с зависимостью, могут воспользоваться **бесплатными консультациями и группами поддержки**.

4. Уважение к другим

- Уважайте других, независимо от их пола, возраста, религии, ориентации, цвета кожи, национальности или инвалидности.
- Вежливость, пунктуальность и спокойное общение высоко ценятся в межличностных отношениях.

5. Повседневная культура

- В общественных местах (офисах, школах, магазинах) желательно использовать вежливые формы: доброе утро, пожалуйста, спасибо, извиняюсь.
- Уважать очереди - не толкаться и не пропускать других.
- В общественных местах ведите себя спокойно.
- В государственных учреждениях ведите себя вежливо, даже если процедуры сложные или требуют терпения.

- В Польше запрещено курение в общественных местах (например, на автобусных остановках, в офисах, больницах).

6. Помощь и поддержка

- В экстренных случаях звоните по телефону 112 - звонок бесплатный.
- Нужна юридическая, социальная, психологическая помощь? Обратитесь в **Центр Интеграции Иностранцев**, управление социальной помощи, неправительственные организации.

В Польше, как и в любой другой стране, могут возникнуть ситуации, в которых кто-то сталкивается с **языком вражды** - то есть оскорбительными, враждебными высказываниями или поведением на основе национальности, цвета кожи, языка, религии, происхождения, сексуальной ориентации или других признаков.

Что такое язык вражды?

Язык вражды - это высказывания или действия, которые:

- **унижают**, оскорбляют или презирают достоинство других людей,
- **поощряют насилие или агрессию**,
- **распространяют ненависть** к социальным группам,
- появляются в интернете, на улице, на

работе, в школе, транспорте или в офисе.

Что делать, если вы столкнулись с языком вражды?

Не реагируйте насилием - не отвечайте агрессией на агрессию.

Защитите себя - если вы чувствуете угрозу, покиньте место происшествия.

Сохраните доказательства - сделайте фото, скриншот, запомните дату, место, внешность человека.

Сообщите о происшествии:

- в полицию - экстренный номер - телефон 112 или 997,
- в прокуратуру - язык вражды может быть преступлением,
- в **Центр Интеграции Иностранцев** - мы поддержим вас и поможем сообщить о случае.

Язык вражды в Интернете?

- Сообщите об этом администратору ресурса (например, Facebook, YouTube, TikTok).
- Сообщите об этом в **киберполицию** или **NASK CERT Polska**.
- Не распространяйте дальше - сообщите, заблокируйте, удалите.

В Польше действует закон против языка вражды. Никто не имеет права Вас оскорблять или дискриминировать. Вы имеешь право на уважение и защиту.

WAŻNO

Обратите внимание: учебная брошюра не является источником права.

Авторы приложили все усилия для того, чтобы содержание брошюры соответствовало действующему законодательству. Однако следует иметь в виду, что в публикации рассматриваются типичные ситуации и наиболее распространенные случаи, поэтому она не может быть полностью применима к индивидуальным случаям.

Количество и тип документов, которые могут потребовать административные органы в ходе процедуры легализации пребывания и труда в Польше, а также в делах, связанных со здравоохранением и образованием, могут отличаться от указанных в брошюре, в зависимости от конкретного случая.

В случае каких-либо сомнений рекомендуется:

- обратиться в соответствующий административный орган (например, в Воеводское управление, Управление по делам иностранцев)
- ознакомиться с законодательством,
- воспользоваться бесплатной помощью Центра Интеграции Иностранцев в Зеленой Гуре.



РАЗРАБОТЧИК:



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY
W ZIELONEJ GÓRZE



Wojewódzki Urząd Pracy w Zielonej Górze



wupzielonagora.praca.gov.pl

НА ПОТРЕБНОСТИ:



CENTRUM
INTEGRACJI
CUDZOZIEMCÓW ZIELONA GÓRA

КОНТАКТЫ:



УЧЕБНАЯ БРОШЮРА

БЕСПЛАТНЫЙ ЭКЗЕМПЛЯР

ГОД 2025

Публикация издана в рамках проекта: «Твоя судьба в твоих руках - социальная и профессиональная поддержка иностранцев». Проект софинансируется Европейским социальным фондом Плюс, в рамках программы «Европейские фонды для Любуского региона 2021-2027», Приоритет 6 Европейские фонды в поддержку граждан, Мероприятие 6.12 Интеграция граждан третьих стран.



Fundusze Europejskie
dla Lubuskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Lubuskie
Warte zachodu