



Co-funded by
the European Union

Життя у Польщі

гайд для українців





Co-funded by
the European Union

Зміст

ВСТУП	5
ПІСЛЯ ПРИБУТТЯ ДО ПОЛЬЩІ: СТАТУС, ДОКУМЕНТИ ТА ПЕРШІ КРОКИ	6
Документи	6
Гроші	7
Застереження під час подорожей	7
SIM-карта	7
ЛЕГАЛІЗАЦІЯ ТА ЮРИДИЧНА ДОПОМОГА	8
Отримання номера PESEL в Urząd Miasta	8
Права та статус тимчасового захисту	9
Документ для поїздки за кордон	11
Реєстрація місця проживання (zameldowanie)	11
Profil Zaufany (Довірений профіль)	12
Укладення шлюбу в Польщі	13
Відмова щодо легалізації: як діяти	13
Часті запитання щодо оскарження легалізації	15
ПОШУК ЖИТЛА: ЯК ЗНАЙТИ ДАХ НАД ГОЛОВОЮ ТА УНИКНУТИ ШАХРАЇВ	19
Оренда житла	19
Купівля житла	20



Co-funded by
the European Union

Екологічна ситуація в Польщі	21
ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я ТА БЕЗПЕКА В ПОЛЬЩІ	22
Медичне страхування	22
Медична допомога	24
Рецепти	26
Психологічна допомога	27
РОБОТА, ГРОШІ ТА ФІНАНСОВА НЕЗАЛЕЖНІСТЬ: ЯК ЗАРОБЛЯТИ ТА ЗАОЩАДЖУВАТИ	28
Відкриття банківського рахунку	28
Податки та соціальна підтримка	29
Право на роботу	30
Пошук роботи	30
ІНТЕГРАЦІЯ, СПІЛЬНОТА ТА ПОВСЯКДЕННЕ ЖИТТЯ: ЯК ВІДЧУТИ СЕБЕ НА МІСЦІ	32
Вивчення польської мови	32
Культурні події та заходи	33
Українські спільноти та інформаційна підтримка	33
Організації, що допомагають (НКО)	33
Покупки та побут: як влаштуватися в повсякденному житті	34
Транспорт	35
Домашні тварини	36
ДІТИ ТА ОСВІТА	38



Co-funded by
the European Union

Репродуктивні права та підтримка в Польщі	38
Пологи в Польщі: як усе проходить	38
Школа	40
Поліцеальна школа (Szkoła policealna)	41
Університет	41
ДОДАТКОВІ РЕСУРСИ ТА ПОСИЛАННЯ	43
Офіційні портали	43

Відмова від відповідальності: Європейська Комісія підтримує випуск цієї публікації. Її зміст відображає погляди авторів. Комісія не несе відповідальності за будь-яке можливе використання інформації, що міститься в ній.



Co-funded by
the European Union



Вступ

З початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну в лютому 2022 року Європейський Союз уперше з моменту ухвалення у 2001 році активував Директиву про тимчасовий захист (Temporary Protection Directive, TPD). Цей крок надав українцям негайний доступ до права на проживання, працевлаштування, базову медичну допомогу та освіту в усіх країнах ЄС без необхідності проходити тривалу процедуру отримання притулку.

Цей короткий посібник підготовлено для громадян України, які вже перебувають у Польщі або тільки планують переїзд. У ньому ви знайдете основну інформацію про легалізацію перебування, пошук житла, медичне обслуговування, навчання, працевлаштування та адаптацію до життя в Польщі.

Посилання в гайді ведуть на офіційні польські ресурси - насамперед на портал [GOV.PL](https://gov.pl) та інші державні сайти. Інформація регулярно оновлюється, щоб ви могли покладатися на актуальні та достовірні дані.



Co-funded by
the European Union



Після прибуття до Польщі: статус, документи та перші кроки

Документи

Зберігайте важливі документи у швидкому доступі: паспорт (навіть якщо термін дії закінчився), водійські права, свідоцтва про народження та шлюб, свідоцтва про закінчення школи та університету, медичну карту тощо.

Не передавайте оригінали стороннім особам - тільки в офіційних установах.

Рекомендується зробити копії всіх документів і зберегти їх у хмарному сховищі (наприклад, Google Drive або Dropbox). Також не підписуйте документи, зміст яких вам незрозумілий.

Якщо у вас є документи, оформлені не польською мовою, для їхнього використання в державних і правових питаннях потрібен присяжний переклад (*tłumaczenie przysięgłe*). Список присяжних перекладачів доступний на офіційному сайті Міністерства юстиції Польщі:

[Список присяжних перекладачів](#)

Рекомендується також зберегти скани таких документів у хмарі: номер [PESEL](#), підтвердження реєстрації за місцем проживання (*Zameldowanie*), документи, пов'язані з працевлаштуванням (наприклад, *Umowa, PIT*), підтвердження медичного страхування (*Ubezpieczenie*), а також завірени переклади за необхідності.



Co-funded by
the European Union

Гроші

Не поспішайте знімати готівку - обмін валюти може бути невигідним. Краще використовувати банківську карту: більшість українських карт (наприклад, monobank, ПриватБанк) працюють у Польщі, і конвертація відбувається автоматично за вигіднішим курсом. За потреби можна також відкрити рахунок у польському банку.

Якщо маєте готівку в гривні - уточніть умови обміну заздалегідь, наприклад, у банку РКО ВР або в обмінниках, які співпрацюють із Національним банком України.

Застереження під час подорожей

Під час поїздок Польщею або за її межами намагайтеся мандрувати не наодинці - за можливості, у супроводі друзів, родичів або перевірених волонтерів.

Перед поїздкою обов'язково повідомляйте свій маршрут та адресу тимчасового проживання близьким, друзям або волонтерам. Це допоможе в разі непередбачуваної ситуації.

Якщо ви помітили підозрілу поведінку, відчули загрозу або опинилися в тривожній ситуації, одразу звертайтеся до поліції за безкоштовним номером **112**. Також повідомляйте волонтерам або людям, яким довіряєте.

Номер **112** працює цілодобово, дзвінок безкоштовний і доступний навіть без SIM-картки.

SIM-карта

Для оформлення польських документів необхідна місцева SIM-картка. Придбати її можна в більшості магазинів і салонів зв'язку. Продавець допоможе оформити номер на ваш паспорт. Для дітей до 13 років номер оформляється на паспорт батьків.

Основні оператори - [Plus](#), [Play](#), [Orange Polska](#) і [T-Mobile](#). Тарифи з безлімітом часто виявляються вигіднішими.



Co-funded by
the European Union



Легалізація та юридична допомога

Отримання номера PESEL в Urząd Miasta

В міському управлінні (Urząd Miasta) можна отримати номер PESEL - персональний ідентифікаційний номер, що складається з 11 цифр, який присвоюється один раз на все життя. Номер PESEL необхідний для оформлення більшості документів, отримання медичної допомоги, відкриття банківського рахунку та інших офіційних процедур.

Заяву на отримання номера можна завантажити на сайті або отримати безпосередньо в центральному Urząd Miasta.

Правова підстава для видачі номера PESEL з 1 червня 2021 року міститься у статті 3, пункт 1, підпункт 1 закону про правила обліку платників податків і платників (Art. 3 ust. 1 pkt 1 ustawy o zasadach ewidencji i identyfikacji podatników i płatników (Dz. U. z 2020 r. poz. 170, z późn. zm.), w związku z art. 7 ust. 2 i w zakresie określonym w art. 9 ust. 4 ustawy o ewidencji ludności (Dz. U. z 2021 r. poz. 510).

Подробиці та форма заяви доступні на офіційному порталі [GOV.PL](https://gov.pl):

[Отримати номер PESEL](#)



Co-funded by
the European Union

Права та статус тимчасового захисту

Оновлення щодо статусу тимчасового захисту можна відстежувати на офіційних порталах:

- <https://mos.cudzoziemcy.gov.pl/>

19 лютого 2026 року Президент Республіки Польща Кароль Навроцький підписав Закон від 23 січня 2026 року про поступове скасування спеціального режиму для українців (*o wygaszeniu rozwiązań wynikających z ustawy o pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa oraz o zmianie niektórych innych ustaw* (№ друку сейму 2172)).

Польща готується до поступового переходу від надзвичайного правового режиму для українських біженців до стандартних імміграційних правил. Перехідний період триватиме до 4 березня 2027 року, і до цього часу перебування українців зі статусом UKR на території Республіки Польща є законним.

Спеціальний режим захисту, запроваджений у березні 2022 року, діятиме до початку березня 2026 року, після чого відбуватиметься поступове скасування пільг. Наприклад, карту побиту потрібно буде отримувати за загальними правилами. Раніше, якщо заявник зі статусом UKR мав нестачу документів, могли видати карту на один рік, але тепер такої можливості не буде. Потрібно готувати повний пакет документів.

Перебування зі статусом UKR (*ochrona czasowa*) є законним перебуванням і зараховується до строку легального та безперервного проживання для майбутньої карти резидента (**art. 211, 212 Ustawy o cudzoziemcach**).

Водночас українці, які перебувають у Польщі лише зі статусом UKR, не можуть подаватися на карту резидента. Спочатку потрібно отримати якийсь інший тип карти побиту або перейти на візу й втратити цей статус.

Правова підстава:

art. 213 Ustawy o cudzoziemcach (Przesłanki odmowy wszczęcia postępowania w sprawie zezwolenia na pobyt rezydenta długoterminowego UE):

1. Іноземцеві відмовляють у відкритті провадження щодо надання дозволу на перебування довгострокового резидента ЄС, якщо на день подання заяви про надання цього дозволу:



Co-funded by
the European Union

е) він перебуває на підставі дозволу на проживання з гуманітарних причин, дозволу на толероване перебування, притулку або тимчасового захисту.

Одночасно запроваджується низка адміністративних і соціальних змін. Посилюються вимоги до реєстрації: номер PESEL UKR стає основним підтвердженням законного перебування, а правила перевірки особи стають суворішими. До 31 серпня 2026 року необхідно оновити дані в реєстрі PESEL за наявності статусу UKR, причому дані закордонного паспорта мають бути актуальними.

Недотримання вимог щодо документів може призвести до втрати статусу захисту. Доступ до соціальних виплат також стане більш умовним. Деякі допомоги, включно з виплатами на дітей, дедалі більше залежатимуть від працевлаштування, сплати внесків до ZUS та відвідування дитиною місцевих навчальних закладів, при цьому органи влади регулярно перевірятимуть відповідність цим вимогам.

Право на медичну допомогу також переглядається. Екстрена та базова допомога збережеться (**art. 10 p. 16**), однак доступ до частини державних медичних послуг може бути обмежений для безробітних дорослих, тоді як діти, працюючі особи та вразливі групи зберезуть пріоритет. Житлова підтримка стане більш тимчасовою й адресною, а довгострокове колективне розміщення переважно призначатиметься для людей у особливо складних обставинах.

Деякі спрощені механізми зберезуться, включно з цифровими посвідченнями особи та спрощеними процедурами працевлаштування.

Інші посилання на закони можна уточнити в нашому боті.

Якщо ви не можете скористатися статусом тимчасового захисту, у Польщі доступні інші види документів для легального проживання:

<https://www.gov.pl/web/gov/uslugi-dla-obywatela/#cudzoziemiec-w-polsce>

Іноземець може в'їхати на територію Польщі за:

- Дійсною національною або шенгенською візою
- У рамках безвізового режиму (якщо віза не потрібна);
- Посвідкою на проживання, виданою іншою державою Шенгенської зони;
- Довгостроковою візою, виданою державою Шенгенської зони.

Приклади документів:



Co-funded by
the European Union

- ВНП / Karta pobytu czasowego (зазвичай до 3 років)
- Блакитна карта ЄС / Niebieska Karta UE (для висококваліфікованих фахівців)
- Карта допомоги / Niebieska karta (видається в разі насильства в сім'ї)
- ПМП / Karta pobytu stałego (до 10 років з можливістю продовження)
- Карта резидента ЄС / Karta rezydenta długoterminowego UE (до 5 років)
- Карта поляка / Karta Polaka (за наявності польського коріння, до 10 років)

Після подачі заяви на карту перебування виїзд за межі Польщі неможливий до отримання дозволу на тимчасове/постійне проживання в Польщі (Zezwolenie na pobyt czasowy/stały) і фізичної карти, що слугує посвідченням особи на території Польщі та країн Європи (Dowód osobisty).

Документ для поїздок за кордон

Для закордонних поїздок у деякі країни використовується паспорт.

Якщо у вас немає можливості отримати паспорт у консульстві, зверніть увагу на документ для подорожей для іноземців:

<https://www.gov.pl/web/uw-podlaski/dokument-podrozy-dla-cudzoziemca>

Реєстрація місця проживання (zameldowanie)

Zameldowanie - це офіційна реєстрація адреси проживання в Польщі. Існують два види реєстрації:

- Тимчасова (na pobyt czasowy) - на період тимчасового перебування;
- Постійна (na pobyt stały) - без обмеження терміну.

Для реєстрації необхідно звернутися особисто до місцевого органу самоврядування (urząd gminy або urząd miasta) за місцем проживання.

Документи для реєстрації:

- Заповнена заява;
- Паспорт або інший документ, що посвідчує особу;
- Документ, що підтверджує легальне перебування (віза, карта тощо);
- Підтвердження права на проживання за адресою (договір оренди, згода власника).



Co-funded by
the European Union

Реєстрація безкоштовна і проводиться одразу після подання заяви. Вона потрібна для отримання соціальних допомог, доступу до медичних послуг, оформлення водійських прав, працевлаштування, навчання тощо.

<https://www.gov.pl/web/gov/zamelduj-sie-na-pobyt-staly-dla-cudzoziemcow>

Profil Zaufany (Довірений профіль)

Більшість адміністративних питань можна вирішити онлайн через "Довірений профіль" - безкоштовний, чинний 3 роки, і унікальний для кожної людини.

<https://www.gov.pl/web/gov/zaloz-profil-zaufany>

Для створення профілю потрібні: ім'я, по батькові, дата народження та номер PESEL.

Довірений профіль захищений таким чином, що ніхто інший не може ним користуватися. Крім довіреного профілю, також є [ePUAP](#) - електронна платформа служб державного управління, за допомогою якої громадяни можуть розв'язувати офіційні питання через Інтернет.

Доступні способи створення профілю:

- Через банк: більшість польських банків дозволяють активувати профіль через інтернет-банкінг, підтверджуючи операцію кодом;
- Онлайн: заповнити заявку і підтвердити її особисто в одному з пунктів підтвердження (наприклад, податкова, філія NFZ або ZUS).

Маючи довірений профіль, можна:

- Подавати заяви на пільги та допомоги;
- Оформляти та повідомляти про втрату ID-картки;
- Отримувати довідки про сімейний стан;
- Реєструвати тимчасове та постійне проживання;
- Перевіряти штрафи;
- Реєструвати народження дитини;
- Записуватися на прийом до держустанов;
- Керувати комерційною діяльністю;
- Додавати себе до списку виборців.



Co-funded by
the European Union

Укладення шлюбу в Польщі

Для реєстрації шлюбу з іноземцем у Польщі потрібні такі документи:

- Свідоцтво про народження з присяжним перекладом.
- Довідка про шлюбну правоздатність (wydanie zaświadczenia z konsulatu) - підтверджує, що ви можете вступати в шлюб. Зазвичай готується близько місяця; альтернативою може бути рішення польського суду про відсутність необхідності цієї довідки.
- Свідоцтва про шлюб або розлучення, якщо шлюби були раніше.

Детальний опис процесу реєстрації можна знайти в спеціалізованих джерелах, наприклад на ресурсі Kancelaria Migrant:

<https://kancelaria-migrant.pl/blog-i-porady/slub-z-cudzoziemcem.html>

Відмова щодо легалізації: як діяти

Якщо отримано відмову в легалізації, рекомендується якнайшвидше звернутися по юридичну допомогу - бажано до юриста, який володіє польською мовою.

1. Подання протесту (odwołanie)

Протест подається протягом 14 днів з моменту отримання відмови. Його необхідно надіслати у вигляді паперового рекомендованого листа з підписом і повідомленням про вручення (list polecony za potwierdzeniem odbioru), поштою - email не підходить. Відправлення рекомендованим листом із повідомленням дуже важливе, оскільки це дає змогу вам довести факт і дату подачі протесту, що критично для дотримання терміну.

Лист адресується воєводі, але надсилається через шефа UDSC у Варшаві (Відділ у справах іноземців):

Szef Urzędu do Spraw Cudzoziemców
ul. Taborowa 33
02-699 Warszawa



Co-funded by
the European Union

Зміст протесту:

ODWOŁANIE

Ja niżej podpisany ... niniejszym składam odwołanie ... od decyzji Wojewody ... z dnia ... (znak sprawy: ...)

Бажано одразу додати аргументи та додаткові документи - наприклад, банківські виписки, довідки від роботодавців, довідку про несудимість. Це можна зробити пізніше, але не пізніше закінчення розгляду справи.

Оскільки не завжди відомо, скільки часу займе процедура, краще підготувати й надіслати все одразу - разом із протестом або одразу після його подання.

Якщо документи оформлені іноземною мовою, необхідно додати їхній присяжний переклад.

2. У процесі розгляду протесту

- Ви **можете** перебувати в Польщі законно до винесення рішення - навіть у разі формальної відмови та ризику депортації.
- Черга розгляду - від 90 днів за законом, на практиці - від 6 місяців до 3 років. Можна надсилати нагадування воєводі.

За законом існує форма відмови, яка набуває чинності негайно і загрожує депортацією в країну походження. На практиці такі випадки вкрай рідкісні. Це скоріше теоретична можливість за законом.

3. Протест відхилено

- Можна подати скаргу до Wojewódzki Sąd Administracyjny у Варшаві протягом 30 днів від дати рішення UDSC.
- Паралельно можна просити суд призупинити дію відмови - і поки справу не вирішено, ви залишаєтеся легальними. Термін розгляду - від 6 місяців до 1,5 року.
- Якщо цей рівень відхиляє - залишається остання інстанція, Naczelny Sąd Administracyjny, розгляд триває 1,5-2 роки.



Co-funded by
the European Union

Часті запитання щодо оскарження легалізації

Чи має сенс податися ще раз за іншою підставою?

Можливо, але без нових аргументів відмову можуть повторити.

Чи можна працювати в процесі судового розгляду?

Для легального працевлаштування ваш роботодавець має оформити дозвіл на роботу (zezwolenie na pracę) або подати заяву про намір працевлаштування (oświadczenie o powierzeniu wykonywania pracy) - залежно від вашого статусу.

Якщо є позитивне рішення суду, чи потрібно повторно подавати заяву?

Ні, подавати нову заяву не потрібно. Суд скасовує попереднє рішення (наприклад, відмову воєводи або шефа UDSC), і орган зобов'язаний заново розглянути справу. Однак це **не гарантує автоматичного позитивного рішення**. На практиці можливе повторне негативне рішення - його також можна оскаржити в установленому порядку.

Якщо після відмови виїхав із Польщі, чи може бути заборонений повторний в'їзд?

Так, це можливо. Якщо ви покинули країну після відмови в легалізації, вас можуть внести до реєстру **небажаних осіб** (lista cudzoziemców niepożądanych) або до Шенгенської інформаційної системи (SIS), що призведе до **заборони на повторний в'їзд** у Польщу та/або інші країни Шенгенської зони на певний термін (зазвичай від 6 місяців до 5 років).

Щоб уникнути подібних наслідків, **бажано залишатися в Польщі на час оскарження відмови**, якщо ви маєте законні підстави перебувати в країні (наприклад, термін оскарження не закінчився або розпочато судовий розгляд).

Що робити, якщо відмову в легалізації отримав один із членів сім'ї?

Якщо відмова стосується тільки одного з членів сім'ї, це **не означає автоматичної депортації всієї родини**. Польське законодавство і практика судів враховують



Co-funded by
the European Union

право на **сімейне життя**, яке захищене як національним правом, так і міжнародними угодами (наприклад, Європейською конвенцією з прав людини).

- Якщо відмову отримав **основний заявник** (наприклад, годувальник сім'ї), а в інших членів сім'ї є позитивні рішення - це вагомий аргумент у суді. Суд може визнати, що розлучення сім'ї порушує ваші права, і скасувати відмову.

- Якщо ви перебуваєте у шлюбі з **громадянином Польщі**, депортація практично неможлива. Така підстава вважається пріоритетною під час розгляду заяв про легалізацію. Однак важливо враховувати, що **закон може змінитися**, особливо у сфері міграційної політики.

Рекомендації:

- Обов'язково вказуйте наявність сім'ї в Польщі під час подання скарги.
- Прикладіть документи, що підтверджують спільне проживання, спорідненість, шлюб тощо.
- За можливості зверніться по юридичну допомогу - у таких випадках суди часто стають на бік сім'ї.

Що робити, якщо пройдено всі судові інстанції в Польщі?

Якщо ви вичерпали всі доступні засоби оскарження в Польщі й отримали остаточне негативне рішення, у вас усе ще залишається можливість подати скаргу в міжнародні інстанції у Страсбурзі (ЄСПЛ) і Люксембурзі (СЕС).

1. Європейський суд з прав людини (ЄСПЛ, Страсбург)

Ви можете подати скаргу, якщо вважаєте, що Польща порушила ваші фундаментальні права (наприклад, право на захист від довільної депортації, право на сімейне життя тощо), закріплені в **Європейській конвенції з прав людини**.

- Скаргу потрібно подати **протягом 4 місяців** з моменту набрання чинності останнім рішенням у Польщі.
- Скаргу потрібно подати особисто і за встановленою формою.



Co-funded by
the European Union

- ЄСПЛ не скасовує рішень польських судів, але може визнати порушення, і Польща буде зобов'язана виправити ситуацію або виплатити компенсацію.

Офіційний сайт із формою скарги: <https://www.echr.coe.int/>

2. Суд Європейського союзу (СЕС, Люксембург)

Цей суд розглядає питання **відповідності польського законодавства праву ЄС**, але подання індивідуальних скарг туди неможливе напряму.

В окремих випадках можна порушувати такі питання через польський суд, який може направити запит до Люксембургу (*prejudycjalne pytanie*). Це потребує юридичної підтримки та досвіду.

Важливо: Подання скарги до Страсбурга **не призупиняє автоматично дії рішень польської влади**. За потреби можна одночасно просити про застосування тимчасових заходів (*interim measures*), щоб зупинити, наприклад, депортацію до розгляду справи.

3 яких причин можна зараз отримати відмову в легалізації?

У 2024-2025 роках найчастіше відмови пов'язані з **неповною або недостовірною інформацією**, зазначеною в анкеті або досьє. Особливо звертають увагу на:

Неправильно вказані переміщення

Навіть якщо ви в'їхали до Польщі **через іншу країну ЄС**, важливо точно вказати **всі відвідані країни**, включно з транзитними, а також **дати в'їзду і виїзду**.

Навіть дрібні розбіжності можуть бути розцінені як **приховування інформації** - і стати підставою для відмови.

 **Порада:** заздалегідь збирайте підтвердження: квитки, штампи в паспорті, бронь готелів, дані про поїздки.

Наявність попередніх відмов або депортації

Якщо раніше ви вже отримували відмову або порушували умови перебування (наприклад, прострочили візу), це також може вплинути на нове рішення.



Co-funded by
the European Union

Висновок спецслужб (Opinia ABW)

Якщо Агентство внутрішньої безпеки (ABW) вважатиме, що ваше перебування **загрожує громадській безпеці**, це призведе до автоматичної відмови, навіть за умови повного пакета документів. Скасування можливе тільки через суд.



Co-funded by
the European Union



Пошук житла: як знайти дах над головою та уникнути шахраїв

Ось кілька корисних сайтів із великим вибором варіантів житла в Польщі

<https://www.otodom.pl>

<https://gratka.pl>

<https://bezposrednio.net.pl>

<https://www.olx.pl>

<https://www.nieruchomosci-online.pl>

<https://www.domiporta.pl>

<https://www.morizon.pl>

Оренда житла

Оплата показу квартири

Іноді агенти просять оплатити показ квартири. Зазвичай ця сума невелика і не пов'язана з комісією за послуги рієлтора. Краще уточнювати цей момент заздалегідь.

Комісія рієлтора

Зазвичай стягується під час укладення договору оренди та становить суму, що дорівнює одному місяцю оренди. Це плата за допомогу в пошуку житла, переговорах з орендодавцем і оформленні договору.



Co-funded by
the European Union

Депозит

Стандартний депозит - від одного до трьох місяців оренди. Обов'язково просіть, щоб договір включав можливість замельдування (у Польщі це аналог прописки), це стане в пригоді для заміни водійських прав та оформлення інших документів. Якщо у вас є діти шкільного віку, краще вписати їх у договір оренди - це допоможе під час влаштування до місцевої державної школи. Школи зобов'язані зараховувати дітей, зареєстрованих за адресою, що належить до їхнього округу.

Не варто дивуватися, якщо при виїзді частина депозиту не буде повернута - часто орендодавці використовують його на прибирання або дрібний ремонт після вашого проживання.

Оплата

Рекомендується проводити всі платежі онлайн - так у вас залишиться підтвердження оплати, яке може стати в пригоді в разі суперечок.

Де знайти безкоштовне житло

Тимчасове та екстрене житло: pomagamukrainie.gov.pl

Групи підтримки у Facebook: Accommodation, Help & Shelter for Ukraine:
<https://www.facebook.com/groups/699929631375624/>

Host A Sister (Тільки для жінок): <https://www.facebook.com/groups/hostasister/>

Купівля житла

Українці в Польщі теоретично можуть оформити кредит на житло, однак на практиці це практично неможливо через велику кількість суворих умов. Банки вимагають наявності карти побиту (найчастіше постійного або довготермінового резидента ЄС), підтвердженого стабільного офіційного доходу, чинного трудового контракту, значного початкового внеску - зазвичай від 10 до 20 відсотків вартості житла - і хорошої кредитної історії. Без виконання всіх цих вимог отримати іпотеку практично неможливо.

Незважаючи на складнощі з іпотекою, якщо ви все ж плануєте купувати житло на етапі будівництва, обов'язково перевірте девелопера. Для цього можна скористатися Національним судовим реєстром ([Krajowy Rejestr Sądowy](https://krajowyrejestr.sadowy.gov.pl/)), якщо



Co-funded by
the European Union

девелопер - юридична особа, або CEIDG, якщо співпрацю пропонує індивідуальний підприємець.

Зверніть увагу на такі моменти:

1. Хто уповноважений підписувати договір - перевірте метод представництва.
2. Чи не відкрито щодо компанії процедуру ліквідації.
3. Дати надання фінансової звітності - несвоєчасне її надання може свідчити про недобросовісність компанії.

Також можна перевірити компанію через Національний реєстр боржників ([Krajowy Rejestr Zadłużonych](#)) і реєстр платників VAT, щоб переконатися в її надійності.

Додаткову інформацію та поради щодо перевірки девелопера можна знайти тут:

<https://bezviz.info/life/3202-proverka-developera>

<https://poland-consult.com/polezno-znat/zhile/proverka-developera.html>

Важливо розуміти, що купівля житла або оформлення іпотеки не дають права на легалізацію в Польщі. Отримання тимчасової або постійної посвідки на проживання відбувається на інших підставах і не пов'язане безпосередньо з фактом володіння нерухомістю.

Екологічна ситуація в Польщі

У деяких польських містах взимку може з'являтися смог, особливо в районах із будинками на вугільному опаленні. Щоб заздалегідь оцінити, наскільки чисте повітря в обраному районі, можна використовувати такі додатки:

- [IQAir](#)
- [Kanarek \(Android\)](#)
- [AirVisual \(Android\)](#)

З їхньою допомогою можна в реальному часі відстежувати рівень забруднення повітря та обирати місце для життя не лише затишне, а й безпечне для здоров'я.



Co-funded by
the European Union



Охорона здоров'я та безпека в Польщі

Медичне страхування

У Польщі медичне страхування є обов'язковим і необхідне, зокрема, для легалізації перебування в країні.

Як застрахуватися в Польщі, додаткова інформація: <https://poland-consult.com/polezno-znat/zdorove/zus-i-nfz.html>
<https://mapujpomoc.pl/uk/iak-pratsiuie-natsionalnyy-fond-okhorony-z/>
<https://sip.lex.pl/akty-prawne/dzu-dziennik-ustaw/pomoc-obywatelom-ukrainy-w-zwiazku-z-konfliktem-zbrojnym-na-19216115/art-37>

Види страхування здоров'я в Польщі:

1. Державне страхування NFZ (відрахування будуть стягуватися примусово з отриманого доходу)

Сума внесків залежить від виду діяльності та доходу. Для працівників за трудовим договором розмір внесків становить приблизно 9% від заробітної плати до вирахування податків, з яких близько 7,75% йдуть на страхування здоров'я (NFZ). Для підприємців мінімальний щомісячний внесок у 2025 році становить близько 480 злотих (приблизно 105 євро). Для осіб без доходу або тих, хто добровільно страхується, внески фіксовані і зазвичай вищі.

[Офіційний сайт NFZ](#)

Обов'язкове страхування поширюється на:



Co-funded by
the European Union

- офіційно працевлаштованих;
- зареєстрованих безробітних;
- підприємців;
- студентів з ЄС/ЄЕЗ;
- біженців і тих, хто отримав тимчасовий захист;
- членів сім'ї застрахованого (включно з дітьми до 18/26 років, чоловіком/дружиною, літніми батьками та ін.).

Реєстрація здійснюється через:

- роботодавця - для працівників;
- ZUS - для підприємців;
- навчальний заклад - для студентів;
- органи соцзабезпечення - для решти

2. Добровільне страхування

Для тих, хто не може оформити обов'язкове. Дає ті самі права. Для його оформлення необхідно укласти договір зі своїм регіональним відділенням NFZ. Для цього потрібно надати такі документи:

- заяву (форма ZUA),
- паспорт або інший документ,
- підтвердження легального перебування.

3. приватне страхування

Можна купити у великих медичних мереж:

- [Luxmed](#)
- [Medicover](#)

Часто вигідніше купувати **річний пакет**: індивідуальний, сімейний, для вагітних, пенсіонерів тощо.

Додатково про страхування



Co-funded by
the European Union

Якщо ви перебуваєте на території Польщі тимчасово, ви можете отримати медичну допомогу за договором страхування, укладеним для отримання візи. У цьому разі необхідно пред'явити страховий поліс, а медичний заклад, який надав вам послуги, самостійно зв'яжеться зі страховою компанією.

Якщо у вас є **Європейська карта медичного страхування (EKUZ)**, ви маєте право на екстрену медичну допомогу в країнах ЄС. Оформити EKUZ можна через *Profil Zaufany* на сайті [GOV.pl](https://gov.pl).

<https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/nasze-zdrowie-w-ue/>

Повністю безоплатно медичну допомогу іноземцям без страховки надають **тільки** в разі заразних захворювань, включно з COVID-19.

Детальніше: nfz.gov.pl

Медична допомога

Швидка допомога

Номери: **999** або **112** (загальний екстрений).

Викликається тільки в разі загрози життю. В інших випадках - потрібно звертатися до:

- **SOR (Szpitalny Oddział Ratunkowy)** - лікарняне відділення невідкладної допомоги. Звернення до SOR не потребує попереднього запису - ви просто приїжджаєте до відділення і проходите первинну оцінку стану. Допомога надається одразу, але залежно від ступеня терміновості: пацієнти з важкими станами обслуговуються насамперед. Варто врахувати, що з незначною травмою в місті ви можете провести кілька годин у черзі. Тому радимо взяти з собою хоча б зарядку для телефону, необхідні ліки та документи. У більшості відділень є вендингові автомати з напоями та снеками. Для дітей є окремі SOR, варто уточнити, чи надають у конкретному місці допомогу дітям.
- **Nocna i świąteczna opieka zdrowotna** - це служба нічної та святкової невідкладної медичної допомоги в Польщі. Вона працює в неробочий час звичайних поліклінік - вночі, у вихідні та святкові дні, коли звичайні амбулаторії закриті. Найчастіше з 18 вечора до 6 ранку, але краще перевірити час роботи хоча б за картками.



Co-funded by
the European Union

Основне призначення - допомогти за гострих станів, які не загрожують життю (наприклад, висока температура, болі, застуда, легкі травми), але потребують термінового звернення до лікаря, коли звичайна поліклініка не працює. У нічній опіці можна отримати консультацію, огляд, призначення лікування або направлення на госпіталізацію. У разі серйозних або загрозливих для життя станів усе одно викликають швидку допомогу.

- **Pogotowie Stomatologiczne** - це екстрена стоматологічна допомога в Польщі. Вона призначена для невідкладного лікування зубів і ротової порожнини поза звичайним графіком роботи стоматологічних кабінетів, наприклад, у разі сильного болю, травм зубів, запалень та інших гострих станів. Найчастіше такі служби працюють у нічний час, вихідні та святкові дні.

Щоб швидко знайти адреси всіх цих медустанов, найпростіше скористатися онлайн-картами, наприклад Google Maps, ввівши повну офіційну назву служби. Так само на [Pacjent.gov.pl](https://pacjent.gov.pl) і на сайті NFZ можна швидко знайти адреси та контакти медзакладів за спеціалізацією та регіоном.

Вибір лікаря і запис

Якщо ви хочете отримати допомогу за NFZ (державне страхування), шукайте лікарні та поліклініки поблизу з позначкою **NFZ**. У великих містах очікування прийому у вузьких фахівців може зайняти кілька місяців. Однак після першого візиту зазвичай швидше призначаються додаткові обстеження.

У Польщі також поширені **телепоради** - онлайн-консультації з лікарями.

Якщо у вас є страховка NFZ:

- Реєстрація та запис: pacjent.gov.pl
- Обрати лікаря або медичний заклад можна за допомогою рекомендацій у місцевих групах або через сайт znanylekaz.pl
- Уточнюйте, чи приймає заклад за NFZ.



Co-funded by
the European Union

Офіційна інформація:

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/finansowanie-leczenia-cudzoziemcow-w-polsce>

<https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/nasze-zdrowie-w-ue/leczenie-obywateli-panstw-ueefta-w-polsce/>

Додаткова інформація : <https://uainkrakow.pl/ekuz-yak-otrymaty-yevropeisku-kartu-medychnoho-strakhuvannia/>

Приватна медицина

Можливою опцією є використання приватної медицини. У Польщі є як розгалужені мережі клінік, так і окремі приватні заклади. Якщо ви вирішили користуватися приватною медициною і потребуєте регулярних профілактичних спостережень, вигідніше придбати пакет медичних послуг на рік чи інший термін. Медичні пакети бувають різного формату: індивідуальні, для компаній, для сім'ї, матері, дітей, пенсіонерів тощо.

Найпопулярніші приватні страховки - у Luxmed (<https://www.luxmed.pl/>) і Medicover (<https://www.medicover.pl/en/>).

Рецепти

У Польщі є рецептурні та безрецептурні препарати. Безрецептурні препарати можна купити в аптеці без рецепта лікаря. Зазвичай це знеболювальні - наприклад, парацетамол, ібупрофен у малих дозах, жарознижувальні, засоби від застуди та кашлю, вітаміни та харчові добавки, деякі зовнішні мазі та креми. Рецептурні ліки можна отримати за е-рецептом, який виписує лікар. Стандартний термін дії е-рецепта - 30 днів, якщо не вказано інакше. Антибіотики потрібно реалізувати протягом 7 днів. Імунологічні препарати діють до 120 днів. Якщо ви приймаєте ліки на постійній основі, лікар може виписати рецепт на строк до 365 днів із зазначенням дати закінчення.



Co-funded by
the European Union

Можна отримати або продовжити рецепти онлайн через численні сервіси, наприклад:

- e-recepta.net
- erecept.pl (укр. мова)
- receptomat.pl

Психологічна допомога

Безкоштовні консультації для мігрантів: forummigracyjne.org



Co-funded by
the European Union



Робота, гроші та фінансова незалежність: як заробляти та заощаджувати

Відкриття банківського рахунку

Щоб відкрити рахунок у польському банку, як правило, знадобляться:

- Паспорт або інший документ, що засвідчує особу
- Карта з посвідкою на проживання, віза
- Документ про працевлаштування в Польщі
- Підтвердження адреси (наприклад, договір оренди)
- Номер PESEL
- Польський номер телефону та e-mail
- Заповнена анкета (оформляється на місці)

Для відкриття рахунку потрібно прийти в будь-яке відділення обраного банку і звернутися до персоналу з проханням допомогти у відкритті рахунку. Вам потрібно буде заповнити анкету і вказати адресу, на яку банк надішле картку. Зазвичай вона приходить протягом 7-14 робочих днів, потім її можна активувати онлайн або телефоном.

Порівняння банків:

<https://www.najlepszekonto.pl/rachunek-bankowy-dla-obcokrajowca>



Co-funded by
the European Union

Корисна інформація про систему швидких платежів Blik, яка поширена в Польщі:
<https://www.ukrainianinpoland.pl/uk/what-is-the-blik-code-and-how-to-use-it-uk/>

Податки та соціальна підтримка

Податкове резидентство

Згідно з польським законодавством, ви вважаєтеся податковим резидентом, якщо:

- Маєте центр особистих або економічних інтересів (центр життєвих інтересів) на території Польщі. Це означає, що в Польщі проживає ваша сім'я, або тут ведеться активна діяльність, або є нерухомість, майно, бізнес тощо.
- Проживаєте на території Польщі понад 183 дні в податковому році. Ці дні не обов'язково мають бути підряд, зараховуються всі дати, навіть неповні дні.

Податковий портал: <https://www.podatki.gov.pl/>

Подробиці про податки для податкових резидентів: <https://www.sestry.eu/statti/na-rozdorizhzhzhi-yak-ukrayinci-mayut-splachuvati-podatki-yakshcho-prozhivayut-u-polshchi>

Допомоги:

Українським біженцям при в'їзді виплачується одноразова адаптаційна допомога в 300 злотих.

Допомоги на дітей - такі як **800+, 400+, "Сімейний капітал"** та інші - надають у разі дотримання певних умов. Наприклад, виплати 800+ і 300+ можуть отримати українські біженці на дітей шкільного віку **тільки в разі очного навчання в польській школі**. Якщо дитина навчається дистанційно в українській школі, це **не дає права на отримання цієї допомоги**.

Водночас виплати доступні **на дітей дошкільного віку**, а також **на тих, хто вже закінчив 8 класів**, навіть без відвідування школи в Польщі.

Більшість допомог не оподатковуються (згідно з art. 21 Ustawy o PIT), і якщо це ваш єдиний дохід, платити податки не потрібно.

Допомоги ZUS: <https://www.zus.pl/>

<https://www.gov.pl/web/udsc-ru/-3>

<https://www.zus.pl/-/wsparcie-finansowe-dla-obywateli-ukrainy-ktorzy-maja-pod-opieka-dziecko>



Co-funded by
the European Union

Право на роботу

За спецзаконом, усі громадяни України, які перебувають у Польщі законно і мають PESEL, можуть працювати без дозволу.

Якщо ви маєте **карту побиту з тимчасового захисту (CUKR)**, повідомте про це роботодавця. Він зобов'язаний повідомити районний центр зайнятості (powiatowy urząd pracy) про ваше працевлаштування протягом 7 (раніше 14) днів. Заробітна плата не може бути нижчою за встановлений мінімум.

Існує кілька типів документів, що дозволяють працевлаштування:

- **Zaświadczenie** (довідка, що дозволяє сезонні роботи)
- **Oświadczenie** (декларація наміру працевлаштувати іноземця)
- **Zezwolenie na pracę** (дозвіл від воєводи)
- **Karta pobytu z prawem do pracy** (єдине рішення про перебування і роботу)

Інформація:

<https://www.gov.pl/web/cyfryzacja/rynek-pracy-utrata-i-poszukiwanie-pracy>

https://poland-consult.com/praca/razreshenie-na-rabotu#google_vignette

<https://poland-consult.com/praca/bez-razresheniya.html>

<https://poland-consult.com/eu/pl/uchodzczy/specustawa-izmeneniya.html>

Пошук роботи

Ринок праці в Польщі залишається досить відкритим, особливо у сферах, де відчувається нестача кадрів - будівництві, логістиці, сфері догляду, громадському харчуванні та ІТ. Знання польської мови не завжди обов'язкове, особливо для фізичної роботи або в міжнародних компаніях, але навіть базові навички дають більше шансів на працевлаштування.

Загальні сайти:

<https://www.pracuj.pl/>

<https://razem.work/>

<https://www.olx.pl/praca/>



Co-funded by
the European Union

[https://www.praca.pl/
t.me/warsawwork](https://www.praca.pl/t.me/warsawwork)

Для IT-фахівців:

<https://nofluffjobs.com/pl>
<https://bulldogjob.pl/>
<https://4programmers.net/Praca>
<https://teamquest.pl/praca-w-it>

Велика кількість вакансій проходить через: <https://pl.linkedin.com/>

Події та нетворкінг в IT: <https://www.meetup.com>



Co-funded by
the European Union



Інтеграція, спільнота та повсякденне життя: як відчувати себе на місці

Вивчення польської мови

Для успішної інтеграції важливо хоча б на базовому рівні володіти польською мовою. Нижче - корисні ресурси та платформи для самостійного або структурованого вивчення:

- **Офіційні матеріали для вивчення мови (від польського держпорталу)**
[gov.pl: матеріали для вивчення польської мови для дорослих](https://gov.pl/materiale-dla-wyuczajacych-polski)
- **Безкоштовний онлайн-курс для початківців**
[Po polsku po Polsce](https://polska.eu/po-polsku-po-polsce)
- **Онлайн-репетитори**
[Preply \(пошук репетиторів за рівнем і ціною\)](https://preply.com/ukraine/polski)
- **Безкоштовні мовні курси від НКО**
[Cup of Polish](https://cupofpolish.org/) - організація, що пропонує навчання та мовну підтримку для біженців і мігрантів.
- **Освітній портал про життя в Польщі**
[Typical Poland](https://typicalpoland.com/) - інформація англійською та російською мовами.
- **Лайфхаки та поради щодо самостійного вивчення мови**
[Стаття на happytravelling.org](https://happytravelling.org/) - практичні рекомендації, підходи та корисні



Co-funded by
the European Union

фрази.

<https://easy-polish.com/ua/> - словник з перекладом, прикладами вживання.

Культурні події та заходи

Слідкуйте за афішами концертів, виставок, театрів та інших культурних подій на платформах:

- ebilet.pl
- goingapp.pl

Українські спільноти та інформаційна підтримка

- Український дім у Варшаві - культурний та інформаційний центр для українців: ukrainskidom.pl
- Poland Consult - актуальні новини, консультації: poland-consult.com
Telegram-канал: <https://t.me/polandconsult>

Організації, що допомагають (НКО)

Великі та локальні НКО, що надають підтримку в різних сферах - житло, документи, мова, психосоціальна допомога тощо:

- [International Rescue Committee \(IRC\) - Poland](#)
Міжнародна організація, допомагає з житлом, захистом, психосоціальною підтримкою.
- [Caritas Polska](#)
Широкий спектр допомоги: житло, харчування, допомога дітям і сім'ям, навчання.
- [Польський Червоний Хрест \(РСК\)](#)
Допомагає з гуманітарною допомогою, тимчасовим житлом і медикаментами.
- [Fundacja Ocalenie](#)
Допомога з житлом, юридична підтримка, польська мова, психологічна допомога.



Co-funded by
the European Union

- [Fundacja Nasz Wybór / Центр української культури](#)
Варшавська організація, що випускає українську газету, надає інформаційну підтримку, консультації.
- [IOM Poland](#) (Варшава)
- [Salam Lab](#) (Краків)
Інтеркультурний центр, що працює в Кракові, допомагає біженцям і мігрантам з адаптацією та правами людини.
- [Zustricz](#) (Краків)
- [Fundacja Ukraina](#) (Вроцлав)
Центр підтримки мігрантів у Вроцлаві. Курси мови, інтеграційні заходи, допомога з документами.
- [Homo Faber](#) (Люблін)
Організація в Любліні. Надає юридичні консультації, допомогу в працевлаштуванні та мовні курси.
- [Interkulturalni PL](#) (Краків)
Просуває мультикультурність і права мігрантів, працює в Кракові.
- [Refugee.pl - юридична допомога, адвокація](#)
Центри правової допомоги біженцям, курси, адвокація.
- [kancelaria-migrant.pl - консультації](#)

Покупки та побут: як влаштуватися в повсякденному житті

Ознайомтеся з системою швидких платежів у Польщі Blik:

<https://www.blik.com/>

Онлайн-магазини та покупки

- [allegro.pl](#) - найбільший маркетплейс
- [temu.com/pl](#) - недорогі товари
- [zalando.pl](#) - одяг
- [vinted.pl](#) - речі з рук
- [olx.pl](#) - оголошення про товари та послуги

Продукти з доставкою

- [Auchan](#)
- [Frisco](#)



Co-funded by
the European Union

- [Carrefour](#)

Їжа та доставка

- [Pyszne.pl](#)
- [Glovo](#)
- [Wolt](#)
- [UberEats](#)

Їжа зі знижкою (короткий термін придатності):

- [Too Good To Go](#)
- [Foodsi](#)

Знижки та акції

- [mojagazetka.com](#) - знижки в супермаркетах
- [pepper.pl](#) - гарячі пропозиції
- [groupon.pl](#) - дисконтні купони на товари та послуги

Послуги та майстри

- [fixly.pl](#) - пошук фахівців: сантехнік, електрик та ін.
- [booksy.com](#) - салони краси та догляд

Транспорт

Громадський транспорт

- [Jakdojade](#) - маршрути та квитки
- [Mobilet](#) - купівля квитків

Потяги та автобуси

- [Intercity \(поїзди\)](#)
- [Koleo](#)
- [FlixBus](#)



Co-funded by
the European Union

- [Lux Express](#)
- [Ecolines](#)

Електросамокати

- [Bolt](#)
- [Lime](#)
- [Dott](#)
- [Blinkee](#)

Велосипеди

- [Veturilo \(Варшава\)](#)
- [Miejski.bike](#)
- [Nextbike](#)
- [Rent from Decathlon](#)
- [RowerRent](#)

Таксі

- [Uber](#)
- [Bolt](#)

Оренда машин

- [Panek](#)
- [Traficar](#)
- [4Mobility](#)
- [Odkryj Auto \(довгострокова оренда\)](#)

Домашні тварини

Якщо ви плануєте перевозити тварин у Польщі або через кордон, ось що важливо знати:

Коли дозвіл не потрібен



Co-funded by
the European Union

Якщо ви перевозите домашніх тварин (наприклад, собак, котів, папуг) для особистих потреб, а не для комерційних цілей, дозвіл може не знадобитися. Однак важливо дотримуватися певних вимог:

- **Ідентифікація:** Тварини мають бути чіповані або мати читабельний татуаж (для тварин, маркованих до 3 липня 2011 року).
- **Довідка про здоров'я:** Потрібна ветеринарна довідка, яка підтверджує, що тварина здорова і відповідає вимогам для ввезення в Польщу.
- **Дотримання вікових обмежень:** Тварини мають бути старшими за 12 тижнів.
- **Дотримання термінів:** Після вакцинації проти сказу має минути щонайменше 21 день перед поїздкою.

Коли потрібен дозвіл

Якщо ви плануєте перевезення тварин у комерційних цілях (наприклад, на виставки, в зоопарки, на фермерські ринки), необхідно:

- **Отримати дозвіл:** Транспортування має здійснюватися перевізником, який має відповідний дозвіл.
- **Дотримуватися правил транспортування:** Транспортні засоби повинні відповідати стандартам безпеки та добробуту тварин.
- **Дотримуватися обмеження за часом:** Для тривалих перевезень необхідно передбачити перерви для відпочинку тварин.

Корисні ресурси щодо перевезення тварин:

1. [офіційна інформація про правила перевезення тварин у Польщі \(Główny Inspektorat Weterynarii\)](#)
2. [інформація про поїздки з тваринами-компаньйонами \(WIW Гданськ\)](#)
3. [Пам'ятка для мандрівників із тваринами \(wetgiw.gov.pl\)](#)

Ці ресурси допоможуть вам перевірити актуальні вимоги до документів, вакцинації та умов перевезення. Перед поїздкою обов'язково уточнюйте правила - вони можуть змінюватися залежно від напрямку та типу тварини.



Co-funded by
the European Union



Діти та освіта

Репродуктивні права та підтримка в Польщі

У Польщі діють обмеження на доступ до абортів, навіть за медичними показаннями. Ми вважаємо, що краще одразу дати корисні посилання для тих, хто шукає інформацію або допомогу з цієї теми, а потім перейти до питань ведення вагітності та підготовки до пологів. Якщо вам потрібна консультація, юридична або психологічна допомога, ви можете звернутися до таких організацій:

- [Aborcyjny Dream Team](#) - консультації та підтримка, в тому числі англійською та українською
- [Women Help Women](#) - міжнародна ініціатива з анонімними консультаціями
- [Federacja na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny](#) - польська правозахисна організація, є розділ українською мовою

Усі звернення конфіденційні, незалежно від вашого статусу в Польщі.

Пологи в Польщі: як усе проходить

У Польщі важливо стати на облік у зв'язку з вагітністю якомога раніше - бажано до 10-го тижня. Це дає доступ до повного спектра безкоштовних медичних послуг, включно з веденням вагітності, пологами та вакцинацією, якщо у вас є страховка NFZ. При великих лікарнях часто працюють школи для вагітних (Szkola rodzenia - школи для майбутніх батьків), де проводять заняття з підготовки до пологів.



Co-funded by
the European Union

Заздалегідь варто вибрати пологовий будинок і пройти реєстрацію. Зверніть увагу: відповідальність за те, щоб вчасно дістатися пологового будинку, лежить на самій породіллі - швидка може не приїхати, якщо немає показань для екстреної допомоги.

У пологовий будинок потрібно взяти:

- посвідчення особи (паспорт або карту побиту);
- карту вагітності;
- результати аналізів;
- документ, що підтверджує наявність страховки (наприклад, ZUS RMUA, якщо працюєте офіційно).

Після пологів ви отримуєте акт виписки та медичну книжку дитини.

Якщо жоден із батьків не має польського громадянства, дитина **не отримує польського громадянства за фактом народження**. Дитину реєструють у місцевому РАЦГі (Urząd Stanu Cywilnego). Іноземним батькам знадобиться повна виписка акта (Wypis zurełny), яку потім потрібно буде використовувати в консульстві своєї країни.

Якщо обоє батьків - громадяни України та немає підстав для отримання дитиною карти побиту, то новонароджений може легально перебувати в Польщі 90 днів. У цей час бажано оформити тимчасові документи в консульстві, після чого - отримати закордонний паспорт і оформити візу або карту побиту для дитини.

Корисні ресурси:

- Інформація про пологи: <https://gdzierodzie.info/>
- Детальний посібник: <https://poland-consult.com/polezno-znat/zdorove/kak-rodit-rebenka.html>
- Пам'ятка для батьків російською мовою: пологи, питання здоров'я, допомога, харчування, ясла та дитячі садки: <https://mamawpolsce.wordpress.com/publikacje/>

Рекомендується вступити в локальні Facebook-групи для мам - там обговорюють актуальні теми:



Co-funded by
the European Union

- Варшава: <https://www.facebook.com/groups/1421987308125838/>
- Краків: <https://www.facebook.com/groups/1633926246850611/>
(Шукайте схожі групи по інших містах Польщі.)

Школа

Початкова школа

Щоб записати дитину до школи, знайдіть найближчу до місця проживання - **районна школа зобов'язана прийняти дитину**, особливо якщо ви замельдовані (прописані). Без прописки прийом можливий, але на розсуд директора. Якщо школа відмовляє навіть за наявності прописки, звертайтеся в урядові установи або шукайте вільні місця в інших установах.

Перехід з однієї школи в іншу можливий. Краще мати документи про попереднє навчання, але їхня відсутність не є перешкодою - потрібно лише подати заяву, вказавши кількість повних років навчання та назву школи.

Ваші права:

- Безкоштовне навчання в державних школах для дітей від 7 до 18 років;
- Необов'язкове знання польської - дитину зобов'язані прийняти;
- Додаткові заняття польською як іноземною організуються безкоштовно;
- За потреби доступні додаткові заняття з інших предметів;
- Діти та батьки мають право на психологічну підтримку.

Корисні ресурси:

- Рейтинг шкіл: <https://waszaedukacja.pl/ranking>
- База по всіх навчальних закладах: <https://www.edubaza.pl>

Після 8 класу

Після закінчення 8 класу учні складають іспит, за результатами якого подають документи в ліцеї, технікуми та галузеві школи.

Кількість місць залежить від балів. Розрахувати бали можна за калькулятором:



Co-funded by
the European Union

<https://waszaedukacja.pl/artykuly/jak-obliczyc-punkty-do-szkoly-sredniej>

Детальніше про типи шкіл:

<https://www.transfergo.pl/ru/obuchenie-v-polshe-posle-8-klassa>

У більшості міст можна подати документи щонайбільше до 3 шкіл, але у Кракові та Варшаві - обмежень немає.

Поліцеальна школа (Szkoła policealna)

Це освітній заклад для людей від 18 років (верхнього порогу віку немає), що дає змогу здобути професійну освіту. Часто це альтернатива коледжу. Навчання може бути безкоштовним, особливо за затребуваними в регіоні спеціальностями.

Навчання польською мовою. Багато шкіл пропонують курси польської паралельно з основною програмою.

Важливо: пропуски та погана відвідуваність можуть вплинути на легалізацію, якщо підставою вашого перебування в Польщі є навчання.

Документи для вступу:

- Свідоцтво про закінчення школи з присяжним перекладом (з 2006 року - з нострифікацією);
- 2 фотографії (3,5x4,5 см);
- Копія паспорта (або карти побиту).

Реєструйтеся тільки в школах із державного реєстру: <https://rspo.gov.pl/> - це гарантія диплома держзразка, що котирується в ЄС і дає змогу працювати без opina starosty.

Детальніше: <https://migrant.biz.ua/polsha/navchannya/policealni-shkoli.html>

Університет

Під час вступу до вишу важливо заздалегідь зв'язатися з відділом по роботі з іноземцями - вони уточнять, які дії потрібні від вас для вступу.



Co-funded by
the European Union

Підставою для вступу може бути:

- Świadectwo maturalne - польський атестат зрілості;
- або атестат зрілості з іншої країни - у цьому разі потрібна нострифікація.

Нострифікація проводиться в [Kuratorium Oświaty](#).

Знадобляться:

- оригінал атестата + присяжний переклад (tłumaczenia przysięgle);
- апостиль + переклад;
- довідка зі школи про кількість годин, програму і шкалу оцінок;
- довідка з консульства про право продовжувати навчання;
- копія документа, що посвідчує особу.
- фотографія (3,5x4,5 см).

Подати заяву можна протягом усього року. Розгляд - до 1 місяця (у складних випадках - до 2 місяців). Подача - залежно від місця проживання або головного офісу університету.

Інформація щодо нострифікації:

- <https://www.kuratorium.waw.pl/pl/poradnik-klienta/inne-sprawy/uznanie-swiadectw-uzysk/5423,Uznanie-swiadectw-uzyskanych-za-granica.html>
- <https://kuratorium.krakow.pl/category/sprawy-zalatwiane-w-urzedzie/nostryfikacja/>
- <https://www.kuratorium.wroclaw.pl/category/zalatwianie-spraw/nostryfikacja-swiadectw/>



Co-funded by
the European Union



Додаткові ресурси та посилання

Офіційні портали

- Центральний портал міграційної інформації (українською та польською):
<https://www.gov.pl/web/udsc/information-for-citizens-of-ukraine>
Тут зібрана актуальна інформація щодо легалізації, освіти, роботи, медицини та інших важливих питань для іноземців, зокрема біженців з України.
- Платформа InfoOpt - актуальні дані щодо документів, освіти, права, роботи:
<https://infoopt.pl/>
Зручна тим, що статті регулярно оновлюються, мова - проста і зрозуміла.

Офіційні сайти обласних адміністрацій (воєводств) - для перевірки інформації про подачу на карту побиту, запрошення, дозволи на роботу:

1. Вармінсько-Мазурське воєводство: gov.pl/web/uw-warminsko-mazurski/obsługa-cudzoziemcow-i-zaproszenia
2. Великопольське воєводство: migrant.poznan.uw.gov.pl



Co-funded by
the European Union

3. Західно-Поморське воєводство: gov.pl/web/uw-zachodniopomorski/informacje-dla-cudzoziemcow
4. Куявсько-Поморське воєводство: cudzoziemiec.bydgoszcz.pl
5. Люблінське воєводство: cudzoziemcy.lublin.uw.gov.pl
6. Любуське воєводство: gov.pl/web/uw-lubuski/cudzoziemcy
7. Лодзинське воєводство: wsoic.lodzkie.eu
8. Малопольське воєводство: malopolska.uw.gov.pl
9. Мазовецьке воєводство: migrant.wsc.mazowieckie.pl
10. Нижньосілезьке воєводство: gov.pl/web/dolnoslaski-uw/cudzoziemcy3
11. Опольське воєводство: cudzoziemcy.e-wojewoda.pl
12. Підкарпатське воєводство: rzeszow.uw.gov.pl
13. Підляське воєводство: gov.pl/web/uw-podlaski/cudzoziemcy-legalizacja-pobytu
14. Поморське воєводство: gov.pl/web/uw-pomorski/sprawy-cudzoziemcow
15. Сілезьке воєводство: katowice.uw.gov.pl
16. Свентокшиське воєводство: kielce.uw.gov.pl

Міністерства Польщі (офіційні сайти)

1. Міністерство охорони здоров'я: gov.pl/web/zdrowie



**Co-funded by
the European Union**

2. Міністерство цифровізації: gov.pl/web/cyfryzacja
3. Міністерство освіти: gov.pl/web/edukacja
4. Міністерство фінансів: gov.pl/web/finanse
5. Міністерство фондів та регіональної політики: gov.pl/web/fundusze-regiony
6. Міністерство інфраструктури: gov.pl/web/infrastruktura
7. Міністерство клімату та навколишнього середовища: gov.pl/web/klimat
8. Міністерство культури та національної спадщини: gov.pl/web/kultura
9. Міністерство науки: gov.pl/web/nauka
10. Міністерство національної оборони: gov.pl/web/obrona-narodowa
11. Міністерство промисловості: gov.pl/web/przemysl
12. Міністерство сім'ї та соціальної політики: gov.pl/web/rodzina
13. Міністерство сільського господарства та розвитку села: gov.pl/web/rolnictwo
14. Міністерство розвитку та технологій: gov.pl/web/rozwój-technologia
15. Міністерство спорту та туризму: gov.pl/web/sport
16. Міністерство юстиції: gov.pl/web/sprawiedliwosc
17. Міністерство внутрішніх справ та адміністрації (MSWiA): gov.pl/web/mswia



Co-funded by
the European Union

18. Міністерство закордонних справ (дипломатія): gov.pl/web/dyplomacja

Додаткова інформація для іноземців у Польщі

- Форми та документи (DUW - Нижньосілезьке воєводство)
przybysz.duw.pl/dokumenty-do-pobrania
- Порівняння вартості життя за містами (неофіційний ресурс)
numbeo.com/cost-of-living
- Загальна інформація для мігрантів (неофіційний ресурс)
migrant.info.pl
- Список всіх навчальних закладів (неофіційний ресурс)
<https://www.otouczelnie.pl/>
- Російською мовою: консультації та допомога
poland-consult.com