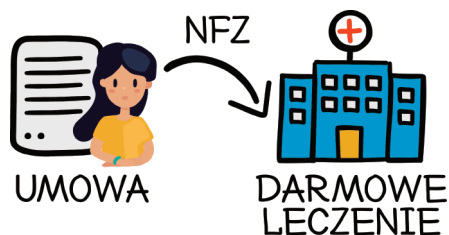




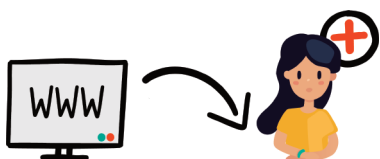
III. OPIEKA ZDROWOTNA



Jeśli jesteś zatrudniony w oparciu o umowę o pracę lub umowę zlecenie to posiadasz **UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE**, w ramach **Narodowego Funduszu Zdrowia** (w skrócie: NFZ), obejmujące nieodpłatne leczenie w przychodniach i szpitalach. Lista przychodni jest dostępna w urzędzie miasta (komórka ds. społecznych). Sprawdź koniecznie, jaka przychodnia jest najbliższ Twojego miejsca zamieszkania i zarejestruj się na wizytę do lekarza - internisty. **ZDROWIE JEST NAJWAŻNIEJSZE**, a Ty masz prawo korzystać ze swojego ubezpieczenia! Jeśli masz PESEL, przychodnia powinna „widzieć Cię” w systemie informatycznym. Idąc za pierwszym razem, warto (w razie czego), wziąć ze sobą **raport miesięczny ZUS RMUA**, który potwierdza wnoszenie składek zdrowotnych, o który poproś pracodawcę. To dla pracodawcy żaden problem, by go wydrukować.

WAŻNE!

Twoje ubezpieczenie zdrowotne obejmuje również współmałżonka/ę i dzieci, ale musisz zgłosić jego/jej/ich dane pracodawcy. **Publiczna opieka zdrowotna jest w Polsce nieodpłatna.**



Materiał powstał w ramach realizacji projektu „Wsparcie dla cudzoziemców spoza Unii Europejskiej w województwie pomorskim w latach 2018-2020” współfinansowanego z Programu Krajowego Funduszu Azylu, Migracji i Integracji. Wyłączna odpowiedzialność za wyrażone opinie spoczywa na autorze i Komisja Europejska oraz Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji nie ponoszą odpowiedzialności za sposób wykorzystania udostępnionych informacji. Projekt jest realizowany przez Pomorski Urząd Wojewódzki w Gdańsku.

IV. BEZPIECZEŃSTWO i inne sytuacje życiowe

W sytuacji zagrożenia życia i zdrowia skontaktuj się z Policją lub zadzwoń na europejski numer alarmowy **112**.



Z kolei w sytuacjach kryzysowych, problemów z pracodawcą, poszukiwania pomocy prawnej i innych spraw, skontaktuj się z organizacjami pozarządowymi, m.in.:

>>> fundacjaparasol.org

>>> cwii.org.pl

>>> caritas.gda.pl/centrum-informacyjno-doradcze-dla-cudzoziemcow

Możesz skorzystać również z ośrodków pomocy społecznej: pracownicy socjalni udzielą informacji, doradzą, pokierują we właściwe miejsca.

Więcej na stronie >>> ops.pl



Bardzo przyjaznymi miejscami są na Pomorzu **biblioteki**, które oprócz księgozbioru (zapytaj o publikacje wydane w Twoim języku) stanowią dobre miejsce informacji o lokalnych instytucjach i programach kulturalnych, kursach języka polskiego itp.

Wszelkie wskazane wyżej formy pomocy są nieodpłatne.

Wiele przydatnych informacji znajdziesz również na stronie >>> fami.uw.gda.pl

Drogi Cudzoziemcu!

Żeby spokojnie żyć i funkcjonować w Polsce, warto na początek zadbać o kilka kluczowych kwestii - takich jak:

I. Meldunek i numer PESEL - str. 2

II. Praca - str. 2-3

III. Opieka zdrowotna - str. 4

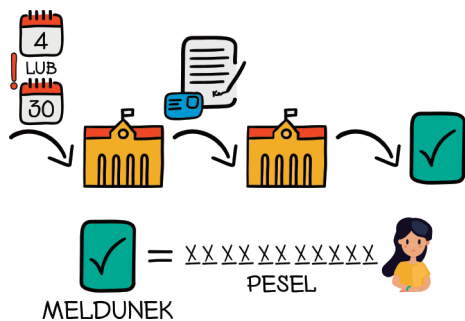
IV. Bezpieczeństwo - str. 4



- Sprawy te możesz załatwić **SAMODZIELNIE** w urzędach i placówkach, tak jak Polacy. Nie bój się odwiedzić urząd miasta, urząd pracy czy przychodnię. Procedury nie są bardzo skomplikowane, a urzędnicy są gotowi i otwarci by Tobie pomóc.
- W każdym urzędzie na Pomorzu, w punkcie obsługi mieszkańca (nazywanym też wydziałem obywatelskim, itp.), znajdziesz listę adresową ważnych instytucji oraz formularze przetłumaczone na język ukraiński, rosyjski i angielski.
- Na Pomorzu, jak w całej Polsce, za kwestie legalizacji pobytu i zatrudnienia odpowiada wojewoda. Większość innych kwestii, w tym obywatelskich, pracy, edukacji i kultury jest po stronie lokalnych samorządów.
- Dla nas wszystkich to ważne, żebyś korzystał z usług, które Ci przysługują, znał swoje prawa i obowiązki - i zaufał, że możesz sobie samodzielnie poradzić w różnych sprawach. Ze strony instytucji, dokładamy wszelkich starań, by to było możliwe!

ZAPRASZAMY!

I. MELDUNEK to pierwsza sprawa, którą powinieneś załatwić



Obowiązek zameldowania **w ciągu 30 dni** - dotyczy cudzoziemców będących obywatelami państwa członkowskiego Unii Europejskiej (w skrócie: UE), obywatelami państwa członkowskiego Europejskiego Porozumienia o Wolnym Handlu (w skrócie: EFTA) - strony umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym lub obywatelami Konfederacji Szwajcarskiej.

Cudzoziemiec niewymieniony powyżej przebywający na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej (w skrócie: RP), ma obowiązek zameldować się w miejscu pobytu stałego lub czasowego **najpóźniej 4 dnia**, licząc od dnia przybycia do tego miejsca.

By się zameldować, idź do urzędu miasta (komórka ds. obywatelskich). Wypełnij **formularz meldunkowy**, który następnie będzie musiał podpisać właściciel domu, w którym mieszkasz*. Wracając do urzędu z podpisanym wnioskiem, weź ze sobą **paszport i decyzję orzekającą o udzieleniu zezwolenia na pobyt w Polsce** (tzw. **kartę pobytu**) oraz **umowę najmu**. Jeśli przyjechałeś z rodziną, zamelduj również małżonka/ę i dzieci do 18 roku życia.

*Jeżeli dysponujesz umową najmu w takim przypadku nie jest potrzebny podpis właściciela na druku meldunkowym.

Zameldowanie zostanie dokonane na czas nie dłuższy niż termin dokumentu stwierdzającego Twój legalny pobyt na terenie RP.

Kiedy masz meldunek, AUTOMATYCZNIE otrzymujesz PESEL - numer służący do identyfikacji osoby i podstawa korzystania z jakichkolwiek usług w Polsce.

Zadbaj również o to, aby uzyskać **zaświadczenie o nadaniu PESEL****. Tak jak **zaświadczenie o meldunku**, stanowi ono załącznik do **wniosku o zezwolenie pobytowe** (tzw. **kartę pobytu**).

**Przy dokonaniu zameldowania wraz z nadaniem numeru PESEL, otrzymasz potwierdzenie nadania numeru PESEL i jest ono bezpłatne. Jeśli natomiast dokonasz tylko zameldowania i posiadasz już wcześniej nadany numer PESEL, a chcesz uzyskać zaświadczenie z numerem PESEL, wtedy podlega ono opłacie skarbowej w wysokości 17 zł.

II. PRACA

To częsty powód, dla którego cudzoziemcy spoza UE przybywają na Pomorze.

Idealnie byłoby aby praca odpowiadała zarówno Twoim aspiracjom, jak i możliwościom.

Znalezienie pracy bezpośrednio u pomorskich pracodawców jest możliwe poprzez m.in:

- **powiatowe urzędy pracy** (w skrócie: **PUP**) - więcej na >>> praca.gov.pl

Jeśli szukasz pracy a także gdy chcesz zmienić pracodawcę, udaj się do urzędu pracy (**PUP**) - to miejsce, które warto poznać! Otrzymasz tam informację zawodową oraz pośrednictwo pracy, czyli konkretne oferty pomorskich firm, bez pośredników.

Wszystkie usługi PUP są nieodpłatne.

Jeżeli jesteś obywatelem/ką Ukrainy, Rosji, Białorusi, Gruzji, Armenii, czy Mołdawii, to posiadasz uproszczony dostęp do polskiego rynku pracy. Oznacza to że pracodawca, który zamierza Ciebie zatrudnić, rejestruje **oświadczenie o powierzeniu wykonywania pracy**. Oświadczenie takie uprawnia do wykonywania pracy przez 6 miesięcy w ciągu kolejnych 12 miesięcy bez konieczności uzyskania zezwolenia na pracę. Jeśli po upływie 6 miesięcy chcesz dalej pracować w Polsce, a pracodawca chce Ciebie zatrudnić na dłuższy czas, wystąp z wnioskiem o zezwolenie na pobyt czasowy i pracę do Wojewody Pomorskiego.

Więcej na: >>> <https://uwgdansk.bip.gov.pl/oddzial-ds-cudzoziemcow/zezwienie-na-pobyt-czasowy-i-prace.html>

Chcesz prowadzić własną firmę?

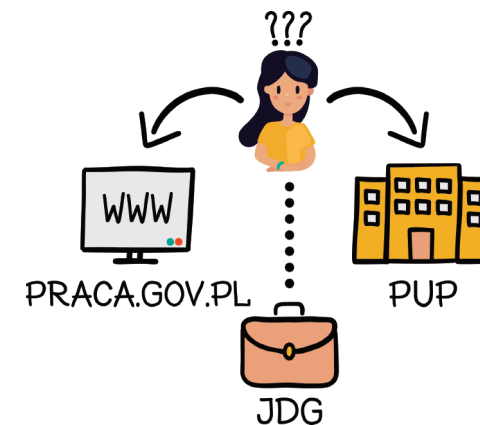
Możesz prowadzić firmę poprzez **jednoosobową działalność gospodarczą** (w skrócie: **JDG**) albo w formie **spółki**.

Aby założyć JDG, udaj się do urzędu miasta (komórka ds. obywatelskich). Dostaniesz tam wniosek o wpis do Centralnej Ewidencji Działalności Gospodarczej (**formularz CEiDG-1**).

Dostępne są wzory wypełnienia wniosków w różnych językach, więc bez trudu sobie poradzisz. Niektóre urzędy dają możliwość rezerwacji wizyty on-line. W urzędzie musisz potwierdzić swoją tożsamość.

PAMIĘTAJ!

Weź ze sobą dowód osobisty, paszport lub inny dokument potwierdzający tożsamość oraz w przypadku cudzoziemca legitymującego się statusem pobytowym - **zezwolenie pobytowe** wraz z oryginałem lub urzędowo potwierdzoną kopią **decyzji nadającej prawo pobytu na terenie Polski**.



WAŻNE!

JDG mogą prowadzić jedynie wybrane grupy cudzoziemców, m.in. osoby posiadające:

- zezwolenie na pobyt stały,
- zezwolenie na pobyt rezydenta długoterminowego Unii Europejskiej,
- zezwolenie na pobyt czasowy udzielone m.in. w celu prowadzenia badań naukowych lub udzielone w związku z połączeniem z rodziną legalnie przebywającą w Polsce lub w związku z kształceniem się na studiach,
- status uchodźcy,
- ochronę uzupełniającą,
- zgodę na pobyt ze względów humanitarnych lub zgodę na pobyt tolerowany,
- zezwolenie na pobyt czasowy udzielony w związku z zawarciem małżeństwa z obywatelem RP,
- ochronę czasową w Polsce,
- ważną Kartę Polaka,
- wizę Poland Business Harbour.

Bez względu na obywatelstwo i miejsce zamieszkania, możesz założyć spółkę z ograniczoną odpowiedzialnością (**sp. z o.o.**). Spółkę możesz zarejestrować przez system elektroniczny: >>> <https://ekrs.ms.gov.pl>