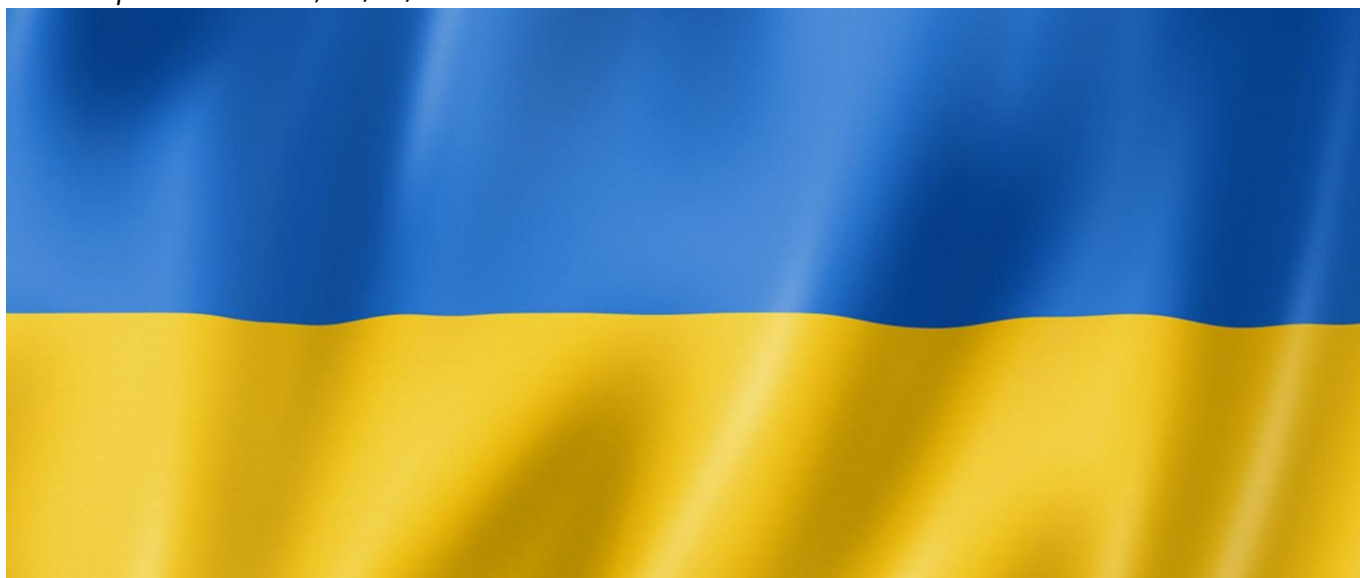




**MOPR  
SUWAŁKI**

**[POMAGAMY UKRAINIE / Ми допомагаємо Україні  
\(http://mopr.suwalki.pl/aktualnosc/aktualnosci/923-pomagamy-ukrainie-mi-dopomagaemo-ukraini\)](http://mopr.suwalki.pl/aktualnosc/aktualnosci/923-pomagamy-ukrainie-mi-dopomagaemo-ukraini)**

*Dodane przez adm - śr., 02/03/2022 - 12:26*



**Kategoria**

- [Aktualności \(http://mopr.suwalki.pl/aktualnosci/aktualnosci\)](http://mopr.suwalki.pl/aktualnosci/aktualnosci)



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

## Поради для громадян України, які бажають працевлаштуватися в Польщі

- Громадянин України може розпочати роботу в Польщі без дозволу на роботу. Роботодавець повинен тільки не пам'ятати, щоб підтвердити цей факт протягом 14 днів на сайті [praca.gov.pl](https://praca.gov.pl).
- Через наплив великої кількості громадян України до Польщі, можливо, знайдуться люди чи фірми, які захочуть скористатися скрутним становищем та незнанням польської мови і законів – наприклад, вимагаючи неіснуючих зборів чи документів.

**Пам'ятайте, що всі послуги  
повітових бюро праці є безкоштовні**

### Важливі поради:

- Шукаючи роботу в Польщі, найкраще використовувати перевірені і надійні послуги та пропозиції роботи. Доступ до таких перевірених пропозицій роботи надають повітові бюро праці (<https://oferty.praca.gov.pl>).
- Якщо у вас є смартфон, ви можете встановити програму ePraca.
- Цінні поради щодо того, як шукати роботодавця за кордоном і не піддавати себе непотрібному ризику, можна знайти на веб-сайті мережі EURES – <https://eures.praca.gov.pl/zal/2020-bezpieczne.pdf>
- Список сертифікованих польських агенцій з працевлаштування доступний на веб-сайті: [www.stor.praca.gov.pl](http://www.stor.praca.gov.pl) у закладці Реєстр суб'єктів, які ведуть агенції з працевлаштування. Додаткову інформацію також можна отримати за телефоном у Воєводських бюро праці.
- Якщо ви працюєте через агентство, треба пам'ятати про підписання договору з агентством зайнятості, в яких будуть зазначені умови роботи, винагорода, пільги тощо.



Ministerstwo Rodziny  
i Polityki Społecznej

**Державна інспекція праці** – надає безкоштовні юридичні консультації щодо положень, що регулюють законність найму та права працівників. Інформація також доступна українською та російською мовами. Більше інформації можна знайти на <https://www.gov.pl/web/pip/nieodplatne-porady-prawne> та за номерами телефонів:

- **22 111 35 88** – рекомендований номер телефону для іноземців, які працюють у воєводствах: Мазовецьке, Лодзінське, Великопольське, Свентокшиське, Люблінське та Любуське;
- **89 333 17 41** – рекомендований номер телефону для іноземців, які працюють у воєводствах: Вармінсько-Мазурське, Підляське, Кувявсько-Поморське, Поморське та Західно-Поморське;
- **22 111 35 29** – рекомендований номер телефону для іноземців, які працюють у воєводствах: Підкарпатське, Малопольське, Сілезьке, Опольське та Нижньосілезьке.

## Пам'ятайте:

При прийомі на роботу роботодавець зобов'язаний укласти з вами письмовий трудовий договір, в якому будуть вказані умови роботи та оплати праці. Переконувати людину працювати без трудового договору – проти польського законодавства!

**! Не погоджуйтеся працювати без підписання письмового договору.** Без підписаного договору ви працюєте нелегально, і вас позбавляють законних прав які виникають з легального працевлаштування.

**! Перш ніж підписати трудовий договір,** ознайомтеся з положеннями, що містяться в ньому, або попросіть когось пояснити та допомогти вам зрозуміти його положення

**! Якщо роботодавець буде поводитися з вами неналежним чином,** наприклад, якщо роботодавець застосував до вас фізичний або психічний примус, повідомте про це до Національної інспекції праці.

**Якщо ви стали жертвою будь-якого іншого злочину – негайно звертайтеся до поліції.**

# **WYKAZ niezbędnych adresów wsparcia i pomocy w Suwałkach**

**Obywatelom Ukrainy, których pobyt w Polsce jest legalny**

## **MIEJSKI OŚRODEK POMOCY RODZINIE w Suwałkach,**

**ul. Filipowska 20. Tel. 87 5628970** (sekretariat)

### **DZIAŁ ŚWIADCZEŃ RODZINNYCH - tel. 87 562 89 72**

**zasiłki rodzinne** [druki do pobrania](#)

<http://mopr.suwalki.pl/strona/interesanci/512-druki-do-pobrania>

- do 5. roku życia - 95 zł

- od 6 do 18. r. życia - 124 zł

od 19 -21 r. życia - 135 zł ( w przypadku kontynuowania nauki)

#### **dodatki do zasiłków z tytułu:**

- urodzenie dziecka - 1.000 zł jednorazowo

- opieki nad dzieckiem w okresie korzystania z urlopu wychowawczego 400 zł m-nie

- samotnego wychowywania dziecka - 193 zł/ mnie

- wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej - 95 zł m-nie

- kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego 90 zł m-nie na dziecko do 5. r. życia;  
110 zł m-nie na dziecko powyżej 5 r. życia

- rozpoczęcia roku szkolnego 100 zł jednorazowo

**Jednorazowa zapomoga z tytułu urodzenia dziecka** - 1000 zł jednorazowo

**Zasiłek pielęgnacyjny** (w przypadku orzeczonej niepełnosprawności) - 215,84 zł m-nie

**Świadczenie pielęgnacyjne** - 2119 zł m-nie

### **DZIAŁ POMOCY INSTYTUCJONALNEJ - tel. 87 562 89 70**

- pomoc osobom niepełnosprawnym ze środków PFRON wg zasad określonych w programach zatwierdzonych przez Radę Nadzorczą PFRON kierowanych do obywateli Ukrainy z niepełnosprawnością

### **DZIAŁ PIECZY ZASTĘPCZEJ - tel. 87 5652895**

- opieka zastępcza dla dzieci pozbawionych opieki rodzicielskiej

## **DZIAŁ POMOCY KRYZYSOWEJ - tel. 87 565 28 91**

Poradnictwo specjalistyczne:

- psycholog - poniedziałek - piątek 11:30 do 15:30

wtorek 16-20, środa, czwartek 7:30 do 15:30

- prawnik - wtorki i czwartki - 15:30 do 17:30

## **DZIAŁ POMOCY ŚRODOWISKOWEJ - tel. 87 562 89 92**

- jednorazowe świadczenie pieniężne na utrzymanie (żywność, odzież obuwie, środki higieny osobistej, opłaty mieszkaniowe- 300 zł na osobę w rodzinie [druk do pobrania](http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/Owiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca_UA-IV.pdf) ([http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/Owiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca\\_UA-IV.pdf](http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/Owiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca_UA-IV.pdf) )

- zasiłek okresowy - w wysokości różnicy między kryterium dochodowym, a posiadanym dochodem

- zasiłek celowy - w szczególnie uzasadnionych przypadkach dla osób niepełnosprawnych i starszych

- gorący posiłek

-całodzienne wyżywienie w przedszkolu

- pomoc żywnościowa w ramach Europejskiego Funduszu Pomocy Najbardziej Potrzebującym ( MOPR zaświadczenie, wydawanie żywności - parafie)

Pomoc społeczna przyznawana na podstawie wniosku [druk do pobrania](http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/O%25C5%259Bwiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca_UA%252021%252003.pdf) ([http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/O%25C5%259Bwiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca\\_UA%252021%252003.pdf](http://mopr.suwalki.pl/sites/default/files/O%25C5%259Bwiadczenie%2520dla%2520cudzoziemca_UA%252021%252003.pdf))

## **NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA I MEDIACYJNA**

Udzielanie porad prawnych o przysługujących prawach i obowiązkach, pomoc w sporządzaniu pism urzędowych, wniosków do sądu.

Porada udzielana jest, po wcześniejszym telefonicznym ustaleniu pod tel. **87 562 82 22** terminu wizyty, w:

**Punkcie przy ul. Kościuszki 71**

**Punkcie przy ul. Filipowskiej 20B**

**ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH w Suwałkach, ul. 1-go Maja 33**

**Kontakt: (22) 5601600**

- Świadczenia wychowawcze 500+

- Dobry Start 300+

## **URZĄD MIEJSKI w Suwałkach, WYDZIAŁ SPRAW OBYWATELSKICH,**

**ul. MICKIEWICZA 1, tel. 87 5628123, 5628020 - ewidencja ludności**

- **nadanie nr PESEL.** Na podstawie pisemnego, złożonego osobiście i podpisanego czytelnym podpisem wniosku.

## **URZĄD MIEJSKI w Suwałkach, WYDZIAŁ OŚWIATY I WYCHOWANIA,**

**ul. Sejneńska 13, tel. 087 5635722**

- **kapitał opiekuńczy**

## **OPIEKA MEDYCZNA**

### **I. Podstawowa Opieka Zdrowotna w Suwałkach (lekarze rodzinni):**

1. Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej „POLI – MED.” Sp. p. ul. Pułaskiego 26
2. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ESKULAP” Lekarzy Nowacki i Partnerzy ul. Waryńskiego 27
3. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Poradnia Medycyny Rodzinnej S.C. ul. Młynarskiego 9
4. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „PRYMUS” Sp. z o.o. ul. Waryńskiego 27
5. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia POZdrowie ul. Mickiewicza 11/6
6. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Rodzinna ul. E. Plater 7 /03
7. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Rodzinna i Medycyny Pracy lek. med. Joanny Adamskiej ul. Ks. Jerzego Popiełuszki 1
8. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „PULS” Spółka Partnerska Lekarzy ul. Waryńskiego 27
9. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej VITA-MED Sp.p. ul. Putry 9
10. Praktyka Lekarzy Rodzinnych „NA KLONOWEJ” ul. Klonowa 40 /4U

### **II. Szpitale:**

1. Szpital Wojewódzki im. dr Ludwika Rydygiera ul. Szpitalna 60. Tel. 87 562 94 90 (rejestracja ogólna)
2. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej OŚRODEK REHABILITACJI ul. Waryńskiego 22a, tel. 87 566 22 33
3. Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny ZOZ ul. Szpitalna 62, tel. 87 562 64 00

## **POLICJA - 997**

Komenda Miejska Policji w Suwałkach, ul. Pułaskiego

## **POGOTOWIE RATUNKOWE - 999**

## **POWIATOWY URZĄD PRACY**

**ul. Kościuszki 71 A**

- rejestracja bezrobotnych i poszukujących pracy

Telefony:

Rejestracja bezrobotnych i poszukujących pracy - **87 565 26 64**

Pośrednictwo - **87 565 26 69, 875652680, 87 565 26 65, 87 565 26 66,**

**87 565 26 82, 87 565 26 79**

Doradca zawodowy - **87 565 26 77, 87 565 26 78**

Infolinia dla bezrobotnych, poszukujących pracy i pracodawców: **19524** (opłata jak za połączenie lokalne)

Pracownicy Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Suwałkach aktywnie włączyli się w pomoc obywatelom Ukrainy. Na rzecz matek z dziećmi przebywającym w hostelu „Na Wigrach” przekazano artykuły higieniczne pierwszej potrzeby. Pomagali w przygotowaniu transportu darów, które obywatelom Ukrainy przekazali mieszkańcy Suwałk. Jak zaznaczają, nie jest to jednorazowa pomoc.



---

### **Source URL:**

<http://mopr.suwalki.pl/aktualnosc/aktualnosci/923-pomagamy-ukrainie-mi-dopomagaemo-ukraini>