

POMAGAM UKRAINIE

<https://pomagamukrainie.gov.pl/>

Serwis, w którym można m.in. zgłosić prośbę o pomoc materialną (są wersje językowe polska i ukraińska).

BEZGLUTENOWA POMOC DLA UKRAINY – PUNKT KONTAKTOWY

<https://celiakia.pl/bezglutenowa-pomoc-dla-ukrainy-punkt-kontaktowy-gluten-free/>

Nasze Stowarzyszenie koordynuje pomoc dla rodzin na diecie bezglutenowej z Ukrainy. Od wybuchu wojny jesteśmy w kontakcie z Ukraińskim Stowarzyszeniem Osób z Celiakią. Pomoc bezpośrednia na Ukrainie nie jest obecnie możliwa, dlatego koncentrujemy się na wsparciu osób, które przyjeżdżają do Polski.

Jeśli już gościsz osobę na diecie bezglutenowej

Prosimy też o kontakt wszystkie osoby, które przyjęły już uchodźców na diecie bezglutenowej, by kontaktowały się z nami pod tym adresem [Stowarzyszenia](#) lub pod numerami telefonów: +48 509 305 875 lub +48 571 329 308.

Przekażemy bezpłatnie wszelką potrzebną pomoc związaną z dietą bezglutenową.

SKLEP ZA JEDEN UŚMIECH – bezpłatny

<https://www.facebook.com/1305039576244526/posts/5019217391493374/?sfnsn=mo>

Uchodźcy wojenni mogą skorzystać ze sklepu przy ulicy Łagiewnickiej 54 w Krakowie.

Sklep za jeden uśmiech będzie czynny od poniedziałku do piątku - 10.00 do 18.00 a w soboty od 10.00 do 15.00. W sklepie uchodźcy mogą otrzymać bezpłatnie odzież, bielizna, buty dla dzieci i kobiet. Towar jest opisany w języku ukraińskim, ubrania i buty ułożone wg numerów i rozmiarów. W sklepie będą też dostępne między innymi: nosidełka, wózki, garnki, zabawki, sztuce. W sklepie zorganizowano również kącik dla dzieci.

UNHCR

<https://www.unhcr.org/pl/>

UNHCR w Polsce to monitorowanie dostępu osób starających się o nadanie statusu uchodźcy do terytorium Polski oraz do rzetelnych procedur azylowych. Do innych naszych zadań



należy ocena warunków przyjmowania i szukanie trwałych rozwiązań dla osób objętych ochroną międzynarodową (osób, którym nadano status uchodźcy lub ochronę uzupełniającą), osób objętych innymi formami ochrony, a także bezpaństwowców.

DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Punkt koordynacyjny dla osób niepełnosprawnych

ul. Estery 3, pn–pt 15:00–20:00

tel: +48 533 149 047

Informacja o transporcie, sprzęt medyczny oraz leki.

POMOC FINANSOWA UNHCR DLA OBYWATELI UKRAINY / ФІНАНСОВА ДОПОМОГА УВКБ ООН ГРОМАДЯНАМ УКРАЇНИ

https://help.unhcr.org/poland/pl/informacje-dla-osob-pochodzacych-z-ukrainy/#Cash_Assistance_PL

https://www.krakow.pl/otwarty_na_swiat/aktualnosci/259174,62,komunikat,pomoc_finansowa_unhcr_dla_obywateli_ukrainy.html

W czwartek, 7 kwietnia, w TAURON Arenie Kraków rozpoczął działalność punkt UNHCR – agencji ONZ ds. uchodźców. Punkt działa od poniedziałku w godz. 8.00-16.00 we foyer hali (wejście nr 1, od strony ul. Lema).

У четвер, 7 квітня, на TAURON Arena Kraków відкрили пункт УВКБ ООН – агентства ООН у справах біженців. Пункт працює з понеділка до 8.00-16.00 у фойє залу (вхід №1, з боку вул. Лема).

Jak Otrzymać Pomoc Finansową UNHCR



Program Pomocy Finansowej UNHCR w Polsce

Dla osób przybyłych z Ukrainy

Najbardziej aktualne informacje znajdziesz na help.unhcr.org/Poland



Czym jest program pomocy finansowej UNHCR w Polsce?

- Począwszy od marca, UNHCR oferuje krótkoterminową pomoc materialną dla osób przybyłych z Ukrainy w celu wsparcia ich integracji w Polsce
- Program nie jest powiązany z innymi programami wsparcia istniejącymi w Polsce, w tym z rejestracją numeru PESEL
- UNHCR **nie** prowadzi rejestracji uchodźców oraz nie nadaje statusu uchodźcy. Program ma jedynie na celu wsparcie humanitarne.

Ile wynosi wartość oferowanej pomocy finansowej?

- Miesięcznie, uprawnieni odbiorcy otrzymają 700 złotych na 1 osobę + 600 złotych na kolejną osobę w rodzinie (limit osób wynosi 4)
- Pomoc finansowa jest udzielana raz w miesiącu, przez okres minimum 3 miesięcy, licząc od dnia pierwszej wypłaty gotówki

Kto kwalifikuje się do programu?

- Ty i twoja rodzina kwalifikujecie się do programu jeżeli opuściliście Ukrainę i przybyście do Polski w dniu 24 lutego 2022 lub później. Wystarczy, że jeden członek rodziny przekroczył granicę 24 lutego lub później
- Dzieciom powinien towarzyszyć wyznaczony opiekun/opiekun prawny

W jaki sposób mogę się zarejestrować?

- Obecnie wizyty umawiane są z wyprzedzeniem przez SMS
- Odwiedź help.unhcr.org/Poland aby dowiedzieć się jak umówić wizytę
- Inne Punkty Rejestracyjne będą wkrótce otwarte w innych miastach w Polsce

Co powinienem wziąć ze sobą na wizytę?

- Powinieneś wziąć ze sobą paszport, dowód osobisty lub inny dokument tożsamości
- Powinieneś również wziąć ze sobą dokument, który potwierdza datę przekroczenia granicy
- Wszyscy dorośli w rodzinie muszą posiadać polskie numery telefonów. Różne osoby i rodziny **nie mogą** użyć tego samego numeru telefonu.



Więcej informacji znajdziesz na help.unhcr.org/Poland

Punkt UNHCR - niezbędny:

Jak otrzymać pomoc finansową UNHCR?

Biuro Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych ds. Uchodźców (UNHCR) udziela pomocy pieniężnej osobom, **które uciekły z Ukrainy i przybyły do Polski w dniu 24 lutego 2022 r. lub później**. Jeżeli uciekłeś z Ukrainy i chciałbyś otrzymać pomoc finansową, podaj swój polski numer telefonu oraz liczbę członków rodziny w Polsce.

- **Przed przesłaniem: przeczytaj informacje na stronie help.unhcr.org/poland**, aby dowiedzieć się więcej o programie i czego się spodziewać.
- Po kliknięciu „Prześlij” („Submit”) **formularz zostanie automatycznie odświeżony**. Nie martw się – oznacza to, że pomyślnie wysłałeś swoje informacje.
- Gdy pojawi się wolny termin, **na Twój telefon komórkowy zostanie wysłany SMS z zaproszeniem na wizytę do jednego z centrów**.



- **Proszę pamiętać, że otrzymasz wiadomość tekstową tylko wtedy, gdy pojawi się dostępne spotkanie. Ze względu na dużą liczbę chętnych, wiadomość SMS może zostać wysłana po kilku dniach.**

Zgłoś się!

Czym jest program pomocy finansowej UNHCR w Polsce?

- Począwszy od marca, UNHCR oferuje krótkoterminową pomoc materialną dla osób przybyłych z Ukrainy w celu wsparcia ich integracji w Polsce
- Program nie jest powiązany z innymi programami wsparcia istniejącymi w Polsce, w tym z rejestracją numeru PESEL
- UNHCR nie prowadzi rejestracji uchodźców oraz nie nadaje statusu uchodźcy. Program ma jedynie na celu wsparcie humanitarne.

Ile wynosi wartość oferowanej pomocy finansowej?

- Miesięcznie, uprawnieni odbiorcy otrzymają 700 złotych na pierwszą osobę + 600 złotych na kolejną osobę w rodzinie (limit osób wynosi 4)
- Pomoc finansowa jest udzielana raz w miesiącu, przez okres minimum 3 miesięcy.

Kto kwalifikuje się do programu?

- Ty i twoja rodzina kwalifikujecie się do programu, jeżeli opuściliście Ukrainę i przybyliście do Polski w dniu 24 lutego 2022 r. lub później (nie musisz być obywatelem Ukrainy, aby skorzystać, o ile możesz udowodnić, że posiadałeś legalny pobyt na Ukrainie). Wystarczy, że jeden członek rodziny przekroczył granicę 24 lutego lub później.
- Dzieciom powinien towarzyszyć wyznaczony opiekun/opiekun prawny.

W jaki sposób mogę się zarejestrować?

- Obecnie wizyty umawiane są z wyprzedzeniem przez SMS.

Gdzie znajdują się centra rejestracji gotówki UNHCR? Kiedy są otwarte?

- W Warszawie działa jedno Centrum Przyjęć Gotówkowych: **Kamionkowska 11, 03-805 Warszawa**. Otwarte od niedzieli do piątku w godzinach **8.00-16.00**, jest zamknięte w sobotę.
- W Krakowie działa Centrum Przyjęć Gotówkowych: TAURON Arena Kraków, ul. Lema 7, 31-571 Kraków
- Musisz umówić się na wizytę przed przyjazdem do centrum.

Co powinienem przynieść na spotkanie rekrutacyjne?

- Należy zabrać ze sobą paszport, dowód osobisty lub inny dokument, który może potwierdzić Twoją tożsamość



- Należy również zabrać ze sobą każdy dokument potwierdzający datę wjazdu do Polski
- Wszystkie osoby dorosłe w rodzinie muszą posiadać polski numer telefonu komórkowego. Nie możesz dzielić numerów telefonów między różnymi osobami dorosłymi lub rodzinami.

Jak otrzymać pomoc finansową UNHCR?

- **Otrzymaj informację o umówionej wizycie** w punkcie rejestracji prowadzonym przez UNHCR. **Wszyscy uprawnieni członkowie rodziny muszą osobiście przybyć do punktu rejestracji.**
- Zarejestruj się do programu pomocy finansowej podając informacje i składając odciski palców. Pomoże to ochronić twoje dane i uniknąć oszustw. Dane użyte będą tylko w celu otrzymania pomocy finansowej. **UNHCR nie rejestruje cię jako uchodźcy.**
- Natychmiast po rejestracji: unikalne hasło będzie umieszczone na dowodzie twojej rejestracji. **Nie pokazuj nikomu swojego hasła!**
- Minimum jeden dzień po zarejestrowaniu: otrzymasz SMS z unikatowym numerem BLIK i informacją o kwocie pomocy. Jeżeli zarejestrujesz się w **piątek**, otrzymasz SMS najwcześniej w **poniedziałek**.
- W ciągu **siedmiu dni**: wypłać pieniądze z **większości bankomatów w Polsce** (Santander Bank, PKO BP, Millenium, BNP Paribas, mBank, ING, SGB, Euronet, Planet Cash). Możesz użyć kodu BLIK **tylko raz** w ciągu **siedmiu dni** od jego otrzymania. Musisz wypłacić **całą** kwotę.
- **Po upływie jednego miesiąca**: Otrzymasz SMS z nowym kodem BLIK. Umożliwi Ci to kolejną wypłatę takiej samej kwoty pieniędzy. Użyj nowego kodu BLIK i swojego pierwotnego hasła. Otrzymasz nowy kod BLIK każdego kolejnego miesiąca, minimum przez trzy miesiące.
- Jeżeli zmienisz telefon, zgubisz swoje hasło lub kod BLIK: wróć do centrum rejestracyjnego UNHCR
- W przypadku problemów technicznych z bankomatem lub kodem BLIK, zadzwoń: **61 856 52 66 (9.00–17.00)**.

Dlaczego muszę złożyć odciski palców, aby otrzymać pomoc finansową od UNHCR?

- Kiedy przybędziesz do Centrum Rejestracyjnego UNHCR, zostaniesz poproszony o **złożenie odcisków palców** w celu rejestracji w programie pomocy finansowej
- Rejestracja odcisków palców pomoże chronić **twój unikalny dostęp do pomocy finansowej i uniknąć oszustw**. Dzieje się tak dlatego, że bardzo trudno jest podrobić twoje odciski palców i podać się za ciebie innej osobie.



- UNHCR nie pobiera twoich odcisków palców w celu rejestracji jako uchodźcy ani określenia statusu uchodźcy. Służą to **jedynie** uzyskaniu pomocy humanitarnej.
- Wszystkie twoje informacje, w tym odciski palców, będą przechowywane w bezpiecznej bazie danych UNHCR. **Twoje odciski palców nie będą nikomu udostępnione.**

FUNDACJA WOLNO NAM

[https://www.facebook.com/FundacjaWolnoNam/posts/pfbid0QGYbykWQMM5KqUaXWGo mwwvDLcbpnfWcw11YFbXHzpq7jx7BLj2zbSFGRGHXWMPel?_cft_\[0\]=AZXWKic6d7Khgv9DEN7J270Nr07qfynFvXMBPcWlvjSnI2RI9psils8a3An563_kNhg7N6reRiebEyAo86XWM9U8g6t1EKC4uUD7vRTEM1NAJL4YMh-j7AKF7d1fJQwe-igJXnbLitwxVoZFt0W_RITSPdh7WIZVu4P4tRNQ9Z4MXp-8wT9O6Ke2A6o1a0eVPSo&_tn_=%2CO%2CP-R](https://www.facebook.com/FundacjaWolnoNam/posts/pfbid0QGYbykWQMM5KqUaXWGo mwwvDLcbpnfWcw11YFbXHzpq7jx7BLj2zbSFGRGHXWMPel?_cft_[0]=AZXWKic6d7Khgv9DEN7J270Nr07qfynFvXMBPcWlvjSnI2RI9psils8a3An563_kNhg7N6reRiebEyAo86XWM9U8g6t1EKC4uUD7vRTEM1NAJL4YMh-j7AKF7d1fJQwe-igJXnbLitwxVoZFt0W_RITSPdh7WIZVu4P4tRNQ9Z4MXp-8wT9O6Ke2A6o1a0eVPSo&_tn_=%2CO%2CP-R)

Od 28.03 działa telefon wsparcia, obsługiwany przez naszą fundację, we współpracy z [Fundacja Barbary Kurdej-Szatan „Z Porywu Serca”](#).

Nazwa telefonu - "Serce dla ludzi granicy" - mówi sama za siebie. Nasi konsultanci każdego dnia, w godzinach między 15 a 22, czekają na telefony od osób, które potrzebują wsparcia w związku z sytuacją związaną z granicami Polski - migracją, wojną, stanem wyjątkowym.



ZUPA DLA UKRAINY KRAKÓW

<https://www.facebook.com/groups/991742504774425/>

Oddolna inicjatywa gotowania zup i ciepłych posiłków w słoikach dla uchodźców z Ukrainy, zarówno stacjonujących już w Krakowie, odbieranych z granicy i na granicy Kraków, ul. Na Zjeździe 8. Godziny otwarcia: codziennie od 10.00 do 20.00.

POMOC DLA UKRAINY / ДОПОМОГА ДЛЯ УКРАЇНИ

https://otwarty.krakow.pl/start/257626,artykul,pomoc_dla_ukrainy.html

Portal "Otwarty Kraków" publikuje informacje o działaniach prowadzonych w naszym mieście przez instytucje i podmioty samorządowe, pozarządowe, placówki kulturalne, grupy inicjatywne i inne, których celem jest organizacja pomocy i wsparcia dla Ukraińców mieszkających w Krakowie, i tych, którzy do nas każdego dnia przybywają oraz Ukraińców, którzy pozostali w swoim kraju dotkniętym wojną. Nie bądźmy obojętni na ludzką tragedię. Ukraina czeka na pomoc.

WEŹ UDZIAŁ W ZBIÓRCZE #LAPTOPYDLAUKRAINY

<https://laptopydlaukrainy.pl/>

Oddając nam sprzęt pomożesz uchodźczyniom i uchodźcom z Ukrainy. Dlatego zwracamy się do krakowskich firm: być może w Waszych szafach i magazynach leżą laptopy, myszki, ładowarki, słuchawki, których już nie używacie, a mogłyby się jeszcze przydać? Pomóżcie naszym ukraińskim sąsiadom i weźcie udział w akcji "Laptopy dla Ukrainy".

Dołącz do naszego [wydarzenia na Facebooku #LaptopyDlaUkrainy](#)

Приєднуйтесь до нашої [події у Facebook #LaptopyDlaUkrainy](#)



**MIEJSKIE CENTRUM INFORMACJI SPOŁECZNEJ UDZIELA WSPARCIA
UCHODźCOM Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI**

https://otwarty.krakow.pl/aktualnosci/259643,1992,komunikat,miejskie_centrum_informacji_spolecznej_udziela_wsparcia_uchodzcom_z_niepelnosprawnosciami.html

Miejskie Centrum Informacji Społecznej zaprasza osoby niepełnosprawne oraz rodziny z dziećmi niepełnosprawnymi na konsultacje w języku ukraińskim.

Міський центр соціальної інформації запрошує інвалідів та сімей з дітьми-інвалідами на консультації українською мовою.

Wszelkie zainteresowane osoby mogą się skontaktować pod numerem telefonu **731-349-699**, w godz. **9.00-17.00** celem umówienia wizyty w godzinach pracy tłumaczki polsko-ukraińskiej.

Siedziba Miejskiego Centrum Informacji Społecznej: al. Daszyńskiego 22

Bieżące informacje dla uchodźców można znaleźć na [Facebooku](#) oraz na naszej stronie:

www.mcis.fundacijamanufakturaemocji.pl

Усі бажаючі звертаються до нас за телефоном **731-349-699** з **9.00-17.00** для організації візиту в робочий час польсько-українського перекладача.

Наше місце: ал. Daszyńskiego 22

Актуальну інформацію для біженців можна знайти у [Facebook](#) та на нашому веб-сайті:

www.mcis.fundacijamanufakturaemocji.pl



 **Kraków**



Miejskie Centrum Informacji Społecznej zaprasza osoby niepełnosprawne oraz rodziny z dziećmi niepełnosprawnymi na konsultacje w języku ukraińskim.

Udzielamy porad dotyczących:

- procedur załatwiania orzeczenia o niepełnosprawności
- świadczeń i programów, z których mogą skorzystać osoby niepełnosprawne
- edukacji dzieci z niepełnosprawnością
- dostępności szkół specjalnych

Wszelkie zainteresowane osoby prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem telefonu **731-349-699 w godz. 9.00-17.00** celem umówienia wizyty w godzinach pracy tłumaczki polsko-ukraińskiej.

Nasza siedziba: **al. Daszyńskiego 22**

Bieżące informacje dla uchodźców można znaleźć na Facebooku oraz na naszej stronie: www.mcis.fundacjamanufakturaemocji.pl



organizacyjnie. Linia działa codziennie w godz. 9.00-21.00 pod numerem: +48 539 866 471 oraz pod adresem e-mail: ukraina@stowarzyszeniemudita.pl.

Kontakt z punktem recepcyjnym w Krakowie – telefoniczny: +48 602 248 237 oraz pod adresem e-mail: punktkrakow@stowarzyszeniemudita.pl.

**POMOC UKRAINIE – SPRAWDŹ GDZIE I W JAKIEJ FORMIE / КРАКІВ
ПРОДОВЖУЄ ДОПОМАГАТИ БІЖЕНЦЯМ – ДЕ МОЖНА ОТРИМАТИ
ДОПОМОГУ**

https://www.krakow.pl/aktualnosci/262270,26,komunikat,pomoc_ukrainie_sprawdz_gdzie_i_w_jakiej_formie.html?_ga=2.97815510.856505266.1658209814-571768444.1658122682

AKTUALIZACJA: 16.02.23

Infolinia informacyjna wojewody małopolskiego

Jeśli szukasz schronienia na terenie małopolski i potrzebujesz uzyskać informacje zadzwoń na infolinię wojewody małopolskiego, gdzie udzielane są informacje dla obywateli Ukrainy – telefon: +48 12 210 20 02.

Інформаційна гаряча лінія Малополюського воєводи

Якщо ви шукаєте притулок у Малополющі та потребуєте інформації, телефонуйте на гарячу лінію малополюського воєводи, де надають інформацію для громадян України – телефон: +48 12 210 20 02.

Pomoc dla Ukrainy – Urząd Miasta Krakowa

W razie potrzeby uzyskania informacji dotyczącej form pomocy dla uchodźców z Ukrainy można kontaktować się z pracownikami urzędu miasta pod numerem telefonu 12 616 58 06. Informacji można szukać również na portalu [Otwarty Kraków](#) oraz na [FB Otwarty Kraków](#).

Допомога для України - Муніципалітет міста Краків

Якщо вам потрібна інформація про форми допомоги біженцям з України, ви можете звернутися до працівників мерії за телефоном 12 616 58 06.

Інформацію також можна знайти на сайті [Otwarty Kraków](#), [FB Otwarty Kraków](#)

Przewodnik po Krakowie dla cudzoziemców



Pakiet powitalny dla cudzoziemców, przyjeżdżających do Krakowa jest dostępny w czterech wersjach językowych (PL/EN/UA/RU). Przewodnik dostępny [tutaj](#). Znajdują się w nim podstawowe informacje na różnorodne tematy związane z życiem w Krakowie.

Путівник по Кракову для іноземців

Вітальний пакет для іноземців, які приїжджають до Кракова, доступний у чотирьох мовних версіях (PL / EN / UA / RU). [Завантажте](#). Він містить основну інформацію на різні теми, пов'язані з життям у Кракові.

Pomoc na Dworcu Głównym PKP

Na peronie 4 dworca PKP w Krakowie całodobowo działa prowadzony przez miasto specjalny punkt recepcyjny dla obywateli Ukrainy uciekających przed wojną, który zajmuje się relokacją uchodźców. Dowiedzą się tam o możliwości zakwaterowania na terenie Krakowa i Małopolski oraz otrzymają potrzebne informacje w języku ukraińskim.

Poza stanowiskiem relokacyjnym pomiędzy peronami 3 i 4 działa punkt koordynacji wolontariatu, w którym wolontariusze również służą swoją pomocą od godziny 6.00 do 22.00.

Na Dworcu Głównym PKP przy peronie 3 można skorzystać z punktu prowadzonego przez ZHP i otrzymać podstawowe pakiety żywnościowe w godzinach z od 8.00- 20.00. Skorzystać z pomocy mogą osoby z ważnym biletem na pociąg. Natomiast na peronie 1 codziennie w godzinach 12.00–15.00 Caritas dysponuje środkami higienicznymi dla uchodźców.

Niezbędną pomoc oraz możliwość krótkiego noclegu udziela także całodobowy punkt wyropczynkowy znajdujący się w starym budynku dworca PKP.

Допомога на Головному вокзалі

На платформі 4 залізничного вокзалу в Кракові діє міський спеціальний пункт прийому громадян України, які втікають від війни, який займається розселенням біженців. Там можна дізнатися про можливість проживання в Кракові та Малопольщі, необхідну інформацію можна отримати українською мовою.

Окрім пункту допомоги з розселенням для біженців, між платформами 3 та 4 працює пункт координації волонтерства, де волонтери також надають свою допомогу на території головного вокзалу 6.00-22.00.

На головному залізничному вокзалі в Кракові біля 3 перону можна скористатися з пункту Зв'язку Харцерства Польського та отримати продуктовий набір для осіб які мають дійсний квиток на потяг. кави та бутербродів, а на платформі 1 щодня з 12.00 до 15.00 Карітас має засоби гігієни для біженців.

Необхідну допомогу та можливість короткочасного перебування надає також цілодобовий пункт відпочинку, розташований у старій будівлі залізничного вокзалу.



Nocleg

W ramach działalności Urzędu Miasta Krakowa oraz MOPS-u prowadzone są obecnie 3 punkty noclegowe, w których można zatrzymać się do momentu usamodzielnienia. Uzyskanie noclegu możliwe jest po uzyskaniu skierowania z punktu relokacyjnego na dworcu PKP. Miejsce noclegowe oferuje również fundacja Wolno Nam, która posiada dwie lokalizacje noclegowe (przy ul. Piłsudskiego 13 oraz przy ul. Puskarskiej 7G). W celu otrzymania informacji o zakwaterowaniu prosimy o kontakt pod nr telefonu +48 797 826 249 lub +48 694 419 512.

Проживання

В рамках діяльності мерії Кракова та MOPS наразі є 3 пунктів розміщення, де можна залишитися до моменту здобуття **незалежності**. Поселення можливе після отримання направлення з пункту переселення на залізничному вокзалі.

Житло також пропонує фундація Wolno Nam, яка має дві локації (на ul. Piłsudskiego 13 та na ul. Puskarska 7G). Для отримання інформації про проживання, будь ласка, зв'яжіться з нами за телефоном +48 797 826 249 або +48 694 419 512.

Pomoc mieszkaniowa

Pomoc w znalezieniu stałego miejsca pobytu oferuje punkt przy ul. Radziwiłłowskiej 3. W celu potrzeby znalezienia lokum prosimy o kontakt pod numerem +48 12 323 66 20.

Natomiast jeśli ktoś z państwa oferuje miejsca noclegowe dla uchodźców to prosimy o zgłaszanie się pod numerem +48 12 323 66 30. Punkt działa od poniedziałku do piątku w godz. 8.00–20.00 oraz w weekendy w godz. 8.00–15.00.

Допомога з житлом

Допомогу в пошуку постійного місця проживання пропонує пункт за адресою вул. Radziwiłłowska 3. Щоб знайти житло, будь ласка, зв'яжіться з нами за номером +48 12 323 66 20. Але якщо хтось із вас пропонує житло для біженців, будь ласка, зв'яжіться з нами за номером +48 12 323 66 30. Пункт працює з понеділка по п'ятницю. в годинах 8-20 та у вихідні з 8-15.

Osoby niepełnosprawne

Niezbędne wsparcie dla osób z niepełnosprawnościami oferuje stowarzyszenie Mudita, która oferuje nocleg do 7 dni przy ul. Ujastek 7 (kontakt pod numerem +48 602 248 237).

Jednocześnie można prowadzi telefon wsparcia dla osób niepełnosprawnych pod numerem +48 539 866 471.



Miejsca noclegowe przystosowane dla osób niepełnosprawnych posiada również Hala 100-lecia KS Cracovia, która znajduje się przy ulicy Focha 40. Uzyskanie noclegu możliwe jest po uzyskaniu skierowania z punktu relokacyjnego na Dworcu PKP.

W Armada Clinic ul. Topografów 11 istnieje również możliwość bezpłatnego pobytu z opieką całodobową i zajęciami usprawniającymi dla Uchodźców legitymujących się I lub II stopniem niepełnosprawności według ukraińskiego systemu orzekania. Zgłoszenia do końca lipca przyjmowane są pod numerem telefonu +48 502 233 238 lub +48 12 444 56 88.

Wsparcie dla dzieci autystycznych natomiast świadczy fundacja Autyzm Up ul. Dobrego Pasterza 118D/28, z którą można kontaktować się pod numerem telefonu +48 889 99 17.

W celu uzyskania informacji i wsparcia osoby niepełnosprawne oraz rodziny z dziećmi niepełnosprawnymi mogą kontaktować się z Miejskim Centrum Informacji Społecznej. Zachęcamy do kontaktu pod numerem telefonu 731-349-699, w godz. 9.00-17.00 celem umówienia wizyty w godzinach pracy tłumaczki polsko-ukraińskiej.

Особи з обмеженими фізичними можливостями

Необхідну підтримку людям з обмеженими можливостями пропонує об'єднання «Мудіта», яке пропонує проживання до 7 днів за адресою ул. Ujastek 7 (контакт: +48 602 248 237). Водночас ви можете запустити телефон підтримки людей з обмеженими можливостями за номером +48 539 866 471.

Місця достосоване для розміщення людей з обмеженими можливостями є також у Залі 100-річчя KS Cracovia, що на ул. Focha 40. Поселення можливе за направленням з пункту переселення на вокзалі РКР.

В Armada Clinic вул. Topografów 11, також є можливість безкоштовного перебування з цілодобовим доглядом та реабілітаційними заняттями для біженців з інвалідністю 1 або 2 ступеня згідно з українською системою отримання довідки про інвалідність. Заявки приймаються до кінця липня за телефоном +48 502 233 238 або +48 12 444 56 88.

Підтримку дітей-аутистів здійснює фонд Autyzm Up ul. Dobrego Pasterza 118D / 28, з яким можна зв'язатися за телефоном +48 12 889 99 17.

За інформацією та підтримкою інваліди та сім'ї з дітьми-інвалідами можуть звертатися до міського центру соціальної інформації. Ми пропонуємо вам зв'язатися з нами за телефоном 731 349 699, з 9.00-17.00 домовитися про візит в робочий час польсько-українського перекладача.

Romowie



Uchodźcy należący jednocześnie do społeczności romskiej znajdą pomoc udzielaną przez Stowarzyszenie Sawore oraz Stowarzyszenie Harangos. Wszelkie informacje można znaleźć pod numerem +48 792 873 927 u Pani Edyty Jaśkowiak, asystentki edukacji romskiej.

Ромське населення

Біженці, які належать до ромської спільноти, отримують допомогу від Асоціації Sawore та Асоціації Harangos. Усю інформацію можна отримати за телефоном +48 792 873 927 у пані Едіти Яськовьяк, асистента з питань освіти ромів.

Żywność, higiena, odzież

Pomoc żywnościową, a także możliwość otrzymania materiałów higienicznych, ubrań, artykułów dla dzieci, pościeli i innych przedmiotów oferuje parę miejsc w Krakowie, które można znaleźć pod adresami:

- ul. Berka Joselewicza 21/2, żywność i art. higieniczne wydawane są w czwartki w godz. 12.00–18.00
- ul Łagiewnicka 54, odzież, pościel, chemia i inne przedmioty wydawane są od poniedziałku do piątku w godz. 10.00–18.00 i w soboty w godz. 10.00–15.00
- os. Górali 8, Szafa Dobra z odzieżą, otwarta od środy do piątku w godz. 10.00–16.00
- ul. Daszyńskiego 16, żywność, środki chemiczne, leki, art. higieniczne wydawane są od poniedziałku do środy w godz. 10.00–16.00

Харчування, гігієна, одяг

Харчову допомогу, а також можливість отримання засобів гігієни, одягу, речей для дітей, постільної білизни та інших речей пропонують кілька місць у Кракові, які можна знайти за такими адресами:

- ul. Berka Joselewicza 21/2, харчування та засоби гігієнічні видаються по четвергах з 12-18
- ul Łagiewnicka 54, одяг, постільна білизна, хімія та інше видається з понеділка по п'ятницю з 10-18 та в суботу з 10-15
- os. Górali 8, Шафа Добра з одягом працює з середу по суботу з 10-16
- ul. Daszyńskiego 16, продукти харчування, побутова хімія, ліки, засоби гігієни видаються з понеділка по середу з 10-16.

Centrum Wielokulturowe – pomoc wieloplaszczynowa

Centrum Wielokulturowe przy ul. Daszyńskiego 22 czynne jest od poniedziałku do czwartku w godz. 10.00–18.00. Jest miejscem, gdzie cudzoziemcy mogą:

- otrzymać wsparcie i informacje w zakresie: życia i pracy, mieszkania i uczenia się w Krakowie



- poznać innych cudzoziemców czy mieszkańców Krakowa, nawiązać znajomości, tworzyć relacje
- kreować inicjatywy i aktywności potrzebne cudzoziemcom
- przedstawiać swoją historię, kulturę, kuchnię ale też poznawać polską kulturę, kuchnię, historię
- tworzyć szereg aktywności od edukacyjnych po kulturalne, dla obcokrajowców, w ich języku i w oparciu o konsultację z nimi.

W ramach centrum działa również punkt informacji dla obcokrajowców (tel. +48 126 865 380), otwarty jest w godz. 9.00–19.00 od poniedziałku do soboty.

W celu kompleksowej pomocy Centrum Wielokulturowe utworzyło również Punkt Informacji dla uchodźców, który znajduje się w Galerii Kazimierz (wejście od ul Rzeźniczej). Działa od poniedziałku do piątku od 9.00 do 19.00. Można w nim znaleźć pomoc psychologiczną, prawniczą, w znalezieniu pracy i nie tylko. Szczegółowy harmonogram na każdy tydzień znajduje się na [tutaj](#), informacje można również uzyskać pod numerem +48 887 201 598.

Мультикультурний центр - багатовимірна допомога

Мультикультурний центр на вул. Дашинського 22 працює з понеділка по четвер з 10-18.

Це місце, де іноземці можуть:

- отримати підтримку та інформацію про: ЖИТТЯ В КРАКОВІ, РОБОТА В КРАКОВІ, ЖИТТЯ В КРАКОВІ ТА НАВЧАННЯ В КРАКОВІ
- знайомитися з іншими іноземцями або жителями Кракова, заводити друзів, налагоджувати стосунки
- створювати ініціативи та заходи, необхідні іноземцям
- представити свою історію, культуру, кухню, а також познайомитися з польською культурою, кухнею та історією
- створити ряд заходів для іноземців від освітніх до культурних, їхньою мовою та на основі консультацій з ними.

У складі мультикультурного центру також працює інформаційний пункт для іноземців (тел. +48 126 865 380), відкритий з 9-19 з понеділка по суботу.

Для надання всебічної допомоги Мультикультурний центр створив також Інформаційний пункт для біженців, який знаходиться в Galeria Kazimierz (вхід з вулиці Rzeznicza). Працює з понеділка по п'ятницю з 9.00 до 19.00. Там ви можете отримати психологічну, юридичну допомогу, допомогу в пошуку роботи тощо. Детальний



розклад на кожен тиждень можна знайти на сайті [facebook.com/MigrantInfoPointKrk](https://www.facebook.com/MigrantInfoPointKrk), також інформацію можна отримати за телефоном +48 887 201 598.

Pomoc prawna

Oprócz punktu w Galerii Kazimierz wsparcie prawnicze prowadzone przez Centrum Pomocy Prawnej im. Haliny Nieć udziela również porad pod numerem telefonu +48 725 449 374 oraz +48 693 390 502 w godzinach 10.00–15.00.

Pomoc prawniczą można znaleźć także u radcy prawnego Adama Bulandra pod numerem +48 601 866 602. Porady udzielane są w języku angielskim i polskim w godzinach 17.00–23.00

Юридична допомога

Крім пункту в Galeria Kazimierz, юридичний супровід Centrum Pomocy Prawnej im. Halina Nieć також надає консультації за телефонами +48 725 449 374 та +48 693 390 502 з 10:00 до 15:00.

Також юридичну допомогу можна отримати у юриста Адама Буландера за номером +48 601 866 602. Консультації надаються англійською та польською мовами з 17.00 до 23.00.

Pomoc psychologiczna

Pomoc psychologiczną dla uchodźców oferuje Fundacja Wolno Nam ul. Piłsudskiego 13 pod numerem telefonu +48 800 805 105 w godzinach 18.00–21.00.

Wsparcie psychologa można otrzymać także od Fundacji Zustricz ul. Karmelicka 34/100 pod numerem telefonu +48 786 674 005 od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00–18.00.

Психологічна допомога

Психологічну допомогу для біженців пропонує Фундація «Вольно нам» вул. Пілсудського 13 за телефоном +48 800 805 105 з 18-21.

Психологічну підтримку також можна отримати у Фундації Zustricz ul. Кармелицька 34/100 за телефоном +48 786 674 005 з понеділка по п'ятницю з 9-18.

Bezpłatne centrum wsparcia dla osób z traumą wojenną

Wsparcie psychologiczne, jak i odbywające się tu zajęcia dla młodzieży, są bezpłatne. Ośrodek znajduje się na dwóch piętrach kamienicy przy ul. Podzamcze 26. Centrum zatrudnia dyplomowanego psychoterapeutę z Ukrainy, nakierowanego na pracę z dziećmi i młodzieżą. Konsultacje odbywają się w godz. od 9.00 do 20.00, są bezpłatne i można umawiać się na nie osobiście lub telefonicznie pod numerem +48 505 728 181. Równolegle w kamienicy prowadzone są lekcje języka polskiego, angielskiego i zajęcia dodatkowe, takie jak warsztaty kulinarne czy joga.

Pomoc medyczna



Zgodnie z ustawą z 12 marca 2022 r. o pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa (Dz.U. 2022, poz. 583), obywatele Ukrainy, którzy przybyli do Polski od 24 lutego 2022 r., mają prawo do korzystania ze świadczeń medycznych i refundacji leków na analogicznych zasadach, jak ubezpieczeni w Polsce. Informacje o dostępności pomocy medycznej w razie nagłego zachorowania można uzyskać poprzez:

- **Telefoniczną Informację Pacjenta:**
+48 800 190 590 – pod numerem infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia bezpłatnie i 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu można uzyskać informacje o postępowaniu w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem, o nocnej i świątecznej opiece, najbliższym SOR oraz aptece
- **Teleplatformę Pierwszego Kontakt (TPK):**
+48 800 137 200 – pod numerem TPK można otrzymać profesjonalną pomoc przez telefon. Wystarczy zadzwonić lub wypełnić formularz zgłoszenia na konsultacje w ramach TPK.

Formularz ten jest aktywny wyłącznie w godzinach działania TPK od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 8.00 następnego dnia oraz w soboty i niedziele oraz inne dni ustawowo wolne od pracy, w godzinach od 8.00 do 8.00 następnego dnia.

Formularz zgłoszenia [tutaj](#). Więcej informacji znajduje się [tutaj](#).

Медична допомога

Відповідно до Закону від 12 березня 2022 року про допомогу громадянам України у зв'язку зі збройним конфліктом на території цієї держави (Дюссер за 2022 рік, п. 583), громадяни України, які прибули до Польщі з 24 лютого 2022 року, мають право на користування медичними послугами та відшкодуванням ліків на тих же умовах, що й застраховані в Польщі.

Інформацію про можливість медичної допомоги у разі раптового захворювання можна отримати за:

- **Телефонічна інформація для пацієнта:**
+48 800 190 590 – на телефоні довіри Narodowego Funduszu Zdrowia безкоштовно цілодобово, 7 днів на тиждень можна отримати інформацію про те, як поводитися з підозрою на коронавірусну інфекцію, про нічний та святковий догляд, де найближче відділення невідкладної допомоги та аптека
- **Телеплатформа першого контакту:**



+48 800 137 200 – за поданим номером ви можете отримати професійну допомогу в телефонному режимі. Для консультації достатньо зателефонувати або заповнити форму заявки на інтернет сторінці. [Форма заявки](#). Ця форма активна лише в робочий час з понеділка по п'ятницю з 18-8 наступного дня та в суботу, неділю та інші святкові дні з 8-8 наступного дня. [Більше інформації](#).

Pomoc dla osób LBGTQIA

Jeśli potrzebujesz wsparcia jako członek społeczności LBGT+ skontaktuj się z Federacją Znaki Równości pod numerem telefonu +48 796 033 101.

Допомога людям ЛГБТ

Якщо вам потрібна допомога як члену спільноти LBGT+, зв'яжіться з Федерацією знаків рівності за телефоном +48 796 033 101.

Kultura i edukacja

Świadczenia z zakresu kultury, nauki i języka świadczy obecnie wiele instytucji. Zajęcia dla uchodźców prowadzone są m.in. przez Wojewódzką Bibliotekę Publiczną przy ul Rajskiej 1. Szersza informację na temat oferty kulturalnej znajdą państwo [tutaj](#).

Pomoc w znalezieniu miejsca edukacji dla dzieci świadczy pani Urszula Legowiec pod numerem telefonu +48 516 983 170.

Культура і освіта

Зараз багато закладів надають культурні, навчальні та мовні послуги. Заняття для біженців проводить, зокрема, Воєводська публічна бібліотека за адресою ul Rajska 1. Більше інформації про культурну пропозицію можна знайти [TUT](#).

Допомогу в пошуках місця для навчання дітей надає пані Уршуля Леговець за телефоном +48 516 983 170.

Sprawy urzędowe, numer PESEL

Obywatele Ukrainy, którzy uciekają przed wojną mają prawo do uzyskania numeru PESEL.

Od 1 lipca 2022 r. obsługa uchodźców z Ukrainy odbywa się od poniedziałku do piątku w godzinach 7.40–15.00 w 3 lokalizacjach Wydziału Spraw Administracyjnych:

- al. Powstania Warszawskiego 10 (mieszkańcy dzielnic Śródmieście i Krowodrza)
- ul. Wielicka 28A (mieszkańcy dzielnicy Podgórze)
- os. Zgody 2 (mieszkańcy dzielnicy Nowa Huta)

Obywatel Ukrainy uzyska PESEL, jeśli:

- jest obywatelem/obywatelką Ukrainy lub
- jest obywatelem/obywatelką Ukrainy i ma Kartę Polaka lub



- jest członkiem najbliższej rodziny obywatela/obywatelką Ukrainy, który/która ma Kartę Polaka lub
- jest małżonkiem/małżonką obywatela/obywatelki Ukrainy, ale nie ma obywatelstwa ukraińskiego
- oraz przybył/ła do Polski od dnia 24 lutego 2022 r. bezpośrednio z terytorium Ukrainy, w związku z działaniami wojennymi.

Do nadania numeru PESEL potrzebne jest jedno zdjęcie o wymiarach 35 x 45 mm. Jest możliwość bezpłatnego zrobienia fotografii w lokalu przy ul. Sebastiana 5 w Krakowie: poniedziałki 8.00 do 17.00, od wtorku do piątku w godzinach od 7.30 do 16.00.

Jeśli potrzebujesz załatwić inną sprawę w urzędzie, niektóre informacje w języku ukraińskim znajdziesz [tutaj](#).

Вирішення питань в муніципалітеті міста Краків, отримання номеру PESEL Громадяни України, які тікають від війни мають право на отримання номера PESEL

З 1 липня 2022 року обслуговування біженців з України відбувається з понеділка по п'ятницю з 7.40 до 15.00 у 3 локаціях Відділу Справ Адміністративних за адресами:

Алея Повстання Варшавського 10 (мешканці районів Срюдмієшче та Кроводжа), al. Powstania Warszawskiego 10 (mieszkańcy dzielnic Śródmieście i Krowodrza)

вул. Веліцка 28А (мешканці району Підгуже), ul. Wielicka 28А (mieszkańcy dzielnicy Podgórze)

оседле Згоди 2 (мешканці району Нова Хута) os. Zgody 2 (mieszkańcy dzielnicy Nowa Huta).

Громадянин України отримає PESEL, якщо:

- є громадянином України або
- є громадянином України та має Карту поляка або
- є членом найближчої родини громадянина України, який має Карту поляка або
- є дружиною громадянина України, але не має громадянства України
- та прибув до Польщі з 24 лютого 2022 року безпосередньо з території України, у зв'язку з бойовими діями.

Для присвоєння номера PESEL потрібна одна фотографія розміром 35 x 45 мм.

Безкоштовно сфотографуватися можна в приміщенні за адресою вул. Себастьяна 5 (ul. Sebastiana 5) у Кракові з понеділка по п'ятницю з 8.00 до 16.00



Якщо вам потрібно вирішити інше питання в муніципалітеті м.Краків, деяку інформацію українською також можна знайти [тут](#).

Pomoc rzeczowa

Jeśli dysponujesz odzieżą czystą i w dobrym stanie lub nową, pościelą, artykułami higienicznymi, chemią domową, żywnością trwałą to zgłoś się do jednego z magazynów, do którego można przekazywać rzeczy. Punkty zbiórek znajdują się pod adresami:

- ul. Daszyńskiego 16, żywność, środki chemiczne, leki, art. higieniczne (tel. +48 507 949 101, przyjmowanie i wydawanie darów poniedziałek-wtorek, godz. 10.00-16.00)
- os. Górali 8, Szafa Dobra: od środy do piątku, w godzinach 10.00-16.00
- ul. Berka Joselewicza 21/2, żywność i art. higieniczne (tel. +48 888 046 847)
- ul Łagiewnicka 54, odzież, obuwie, pościel, chemia (tel. +48 570 223 943), facebook.com/punktlagiewnicka54

Szczegółowe informacje co dokładnie jest obecnie potrzebne w danym punkcie znajdziesz [tutaj](#).

Допомога з речами

Якщо у вас є чистий та справний або новий одяг, постільна білизна, засоби гігієни, побутова хімія, продукти тривалого користування, просимо повідомити про це на один із складів, куди ви можете здати свої речі. Punkty збору знаходяться за адресами:

- ul. Daszyńskiego 16, продукти харчування, хімікати, ліки, товари, гігієна (тел. +48 507 949 101, Графік роботи: понеділок - вівторок 10.00 - 16.00)
- os. Górali 8, з середи по п'ятницю з 10.00 до 16.00 видаватиметься одяг
- ul. Berka Joselewicza 21/2, харчування та засоби гігієни (тел. +48 888 046 847)
- ul Łagiewnicka 54, одяг, взуття, постільна білизна, побутова хімія (тел. +48 570 223 943), facebook.com/punktlagiewnicka54

[Детальну інформацію про те, що саме потрібно на даний момент.](#)

Zupa dla Ukrainy

Zupa dla Ukrainy, to inicjatywa gotowania przez Krakowian zup i ciepłych posiłków, które można zamknąć w słoiku i zawekować. Przyjmowanie i wydawanie zupy i żywności odbywa się pod adresem ul. Jana i Jędrzeja Śniadeckich 3 w godzinach 10.00-16.00. Jeśli chcesz pomóc sprawdź informacje [tutaj](#).

Суп для України

Суп для України – це ініціатива краківчан, які готують супи та гарячі страви, які можна закрити в банку та зберегти. Банки збирають на вул. Від 8.09.2022 року прийняття і



видача супу і продуктів харчування здійснюється за адресою Ul. Jana i Jędrzeja Śniadeckich 3 з 10.00 – 16.00. Посилання на сторінку Фейсбук, [перегляньте інформаці](#).

Biuro Caritas Archidiecezji Krakowskiej

- ul. M. Ossowskiego 5, 30-656 Kraków
- poniedziałek - piątek, godz. 8.00-16.00, w soboty nieczynne
- Wydawanie pakietów pomocowych: środy, godz. 10.00-14.00.

Kontakt z Caritas Archidiecezji Krakowskiej w sprawie pomocy uchodźcom z Ukrainy: +48 780 604 584 oraz +48 575 035 647.

Kontakt mailowy sprawie przyjęcia uchodźców z Ukrainy, przekazania darów, wolontariatu, potrzeby pomocy: ukraina@diecezja.pl.

Dyżury placówek Caritas – zbiórka darów i pomoc:

Wypożyczalnia Sprzętu Medycznego, ul. Żywiecka 16, 30-427 Kraków, poniedziałek - czwartek, godz. 8.00-17.00, piątek - sobota godz. 8.00-12.00.

Офіс Карітас Краківської архідієцезії

- вул. М. Ossowskiego 5, 30-656 Краків
- Пн - Пт години 8.00-16.00, вихідний - субота
- Видача пакетів допомоги: середа, год. 10.00-14.00

Зв'язок з Карітасом Краківської архідієцезії для допомоги біженцям з України: +48 780 604 584 та +48 575 035 647.

Електронна адреса щодо прийому біженців з України, дарування подарунків, волонтерства та потреби в допомозі: ukraina@diecezja.pl.

Години роботи відділень Карітасу - збір подарунків та допомоги:

Прокат медичного обладнання, вул. Żywiecka 16, 30-427 Краків, Пн - Чт 8.00-17.00, Пт - Сб 8.00-12.00.

Jeśli wiedzą Państwo o innych działaniach i inicjatywach prowadzonych na rzecz osób uciekających przed wojną na Ukrainie bardzo prosimy o zgłaszanie ich do zespołu działającego na rzecz pomocy Ukrainie w Wydziale Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa. Pozwoli to na bardziej kompleksową pomoc obywatelom Ukrainy w tych trudnych dla nich czasach: pomocdlaukrainy@um.krakow.pl, telefon: +48 12 616 58 06

Якщо ви знаєте інформацію про інші заходи та ініціативи, які проводяться на користь людей, які тікають від війни в Україні, просимо повідомити про них групі допомоги Україні в Департаменті соціальної політики та охорони здоров'я мерії Кракова. Це



дозволить надати більш комплексну допомогу українським громадянам у цей важкий час. Електронна адреса: pomocdlaukrainy@um.krakow.pl, Телефон: +48 12 616 58 06

SZAFKA DOBRA

https://otwarty.krakow.pl/250843,artykul,centrum_wielokulturowe.html/250873,artykul,punkt_informacyjny_dla_obcokrajowcow_w_krakowie.html

**Od 5 października Szafka Dobra działa w nowym miejscu przy os. Górali 8
godziny otwarcia: środa, czwartek, piątek, godz. 10.00-16.00.**

Osoby potrzebujące z Ukrainy mogą udać się by uzyskać odzież i obuwie.

GRUPY WSPARCIA DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI ORAZ ICH RODZIN [UA]

https://otwarty.krakow.pl/aktualnosci/264514,1992,komunikat,grupy_wsparcia_dla_osob_z_niepelnosprawnościami_oraz_ich_rodzin_ua.html

Stowarzyszenie Mudita zaprasza do udziału w bezpłatnych grupach wzajemnego wsparcia online dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich rodzin. Grupy prowadzone są w języku ukraińskim.

POROZMAWIAJMY PRZY HERBACIE online



TRZY RODZAJE GRUP WZAJEMNEGO WSPARCIA:

- dla osób z niepełnosprawnością po ukraińsku,
- dla rodzin dzieci i dorosłych z niepełnosprawnością po ukraińsku,
- dla osób z Ukrainy i Polski po polsku.

CO ZYSKASZ?

- poznasz osoby z podobnymi problemami,
- wymienisz się doświadczeniami i informacjami,
- poczujesz, że nie jesteście sam/sama.

DOŁĄCZ DO NASZYCH SPOTKAŃ!

ua.grupy.wsparcia@stowarzyszeniemudita.pl

Liczba miejsc ograniczona!



Dołącz do jednej z grup:

1. Dla osób z niepełnosprawnością,
2. Dla rodziców, opiekunów i bliskich osób z niepełnosprawnością.
3. Dla osób z Ukrainy i Polaków (w języku polskim).

Ważna informacja: możesz dołączyć, nawet jeśli nie opuściłaś/-eś Ukrainy. Spotkajmy się online, niezależnie od przestrzeni, która nas dzieli!


W grupie jest tylko 10 miejsc – liczy się kolejność zgłoszeń!

Zarezerwuj miejsce już teraz – wypełnij formularz: <https://forms.gle/iE22wsNFL8PMZZa7>

Masz pytania lub wątpliwości? Napisz do: ua.grupy.wsparcia@stowarzyszeniemudita.pl

Projekt finansuje Mercy Corps.

ПОГОВОРИМО ЗА ЧАСМ ОНЛАЙН



ТРИ ГРУПИ ВЗАЄМОПІДТРИМКИ:

- для дорослих осіб з обмеженими можливостями,
- для родин дітей та дорослих з обмеженими можливостями,
- інтеграційні - проводяться польською мовою для осіб з України і поляків.


ЩО ВИ ОТРИМАЄТЕ?

- зустринете людей, які стикаються з подібними випробуваннями,
- обмінетесь досвідом та практичною інформацією,
- відчуєте, що Ви не самі.

ПРИЄДНУЙСЯ ДО ЗУСТРІЧЕЙ!

ua.grupy.wsparcia@stowarzyszeniemudita.pl

Кількість місць обмежена!





**PUNKT ŁAGIEWNICKA 54/ ПУНКТ ЛАГІЕВНІЦКА 54 ДІЯЛА І ПОТРЗЕБУЈЕ
WSPARCIA KRAKOWIAN**

<https://www.facebook.com/punktlagiewnicka54/>

**@Punkt Łagiewnicka 54 w Krakowie
przyjmuje nowe i używane:**

- tekstylia: ręczniki, bielizna pościelowa, koce, poduszki, firanki, obrusy itd.
- ubrania damskie, męskie i dziecięce na sezon jesień/zima,
- przedmioty gospodarstwa domowego, naczynia, sztucze, szklanki, garnki, małe AGD itd. ("WSZYSTKO DO DOMU"),
- każdego rodzaju zabawki,
- akcesoria dla niemowląt np. wózki, foteliki, krzeselka, wanienki, pchacze itp.,
- obuwie (wszystkie rozmiary, na sezon jesień/zima),
- prosimy także o dostarczanie chemii i kosmetyków.



Punkt Łagiewnicka 54/ Пункт
Łagiewnicka 54

NAPISZ DO NAS!

Punkt czynny od poniedziałku do piątku 10.00-
18.00, w sobotę 10.00-15.00, niedziela
nieczynne

Można wysłać do nas paczki!



Wojewódzka
Biblioteka
Publiczna
w Krakowie

INSTYTUCJA KULTURY
WOJEWÓDZTWA
MAŁOPOLSKIEGO

UKRAIŃSKA WERSJA PORTALU BEZPRZEMOCY.KRAKOW.PL

https://otwarty.krakow.pl/aktualnosci/259524,1992,komunikat,ukrainska_wersja_portalu_bez_przemocy_krakow_pl.html

Miejski portal bezprzemocy.krakow.pl jest już dostępny w wersji ukraińskiej i angielskiej. Portal odnosi do kluczowych miejsc wsparcia, z których może skorzystać każdy mieszkaniec i mieszkanka miasta.

Portal uwzględnia także informacje o tym, gdzie pomoc jest świadczona w języku ukraińskim.

Na stronie bezprzemocy.krakow.pl znaleźć można szczegółowe ścieżki postępowania w konkretnych sytuacjach:

- dla świadka
- dla osoby doświadczającej przemocy, w tym przemocy seksualnej
- ścieżkę poświęconą przemocy wobec dziecka

Strona wskazuje, czym jest przemoc – zawiera słownik kluczowych pojęć oraz wszelkie dane do kontaktu z instytucjami wspierającymi. Szeroko omówione są przykłady przemocy fizycznej, ekonomicznej, psychicznej i seksualnej.

STOWARZYSZENIE RODZICÓW I PRZYJACIÓŁ OSÓB Z ZESPOŁEM DOWNA "TĘCZA"

<https://www.facebook.com/StowarzyszenieTeczKrakow>

Stowarzyszenie stworzone z myślą o tych, którzy mają o 1 chromosom za dużo, ich rodzinach i opiekunach.

