



Biuletyn nowiny.inteuro.info
Бюлетень novyny.inteuro.info
Bulletin news.inteuro.info
Бюллетень novosti.inteuro.info

Nr 2/2024 сентябрь 2024

НОВОСТИ

Информация
из Свентокшиского
воеводства
для иностранцев

БОЛЬШЕ НА СТРАНИЦЕ 2-3



ПРИВЕТСТВУЕМ!

Представляем вам второй
- осенний выпуск
бюлетеня NOWINY -
циклического журнала,
охватывающего темы,
важные и интересные для
иностранцев в Польше.

Бюллетень является частью
сайта nowiny.inteuro.info,
созданного в рамках
проекта «INTEURO -
программа по
интеграции
и профессиональной
активизации иностранцев
в Свентокшиском
воеводстве»

СОВЕТЫ РАБОТА БИЗНЕС ОБРАЗОВАНИЕ

Практические знания,
интервью с экспертами,
курсы, тренинги и т. д.

БОЛЬШЕ НА СТРАНИЦАХ 4-8, 11



КУЛЬТУРА ТУРИЗМ NGO

Интересные факты о Польше и
Свентокшиском регионе,
общественная деятельность

БОЛЬШЕ НА СТРАНИЦАХ 9, 10



Бюллетень NOWINY - Редакция: Центр Интеграции Иностранцев INTEURO (Ассоциация Интеграция Европа-Восток)

25-501 Kielce, ул. Sienkiewicza 78A, тел. +48 573 338 377, info@nowiny@inteuro.info nowiny.inteuro.info Главный редактор: Людмила Юрченко
Публикация является частью проекта «INTEURO - Программа интеграции и профессиональной активизации иностранцев
в Свентокшиском воеводстве», софинансируемого Европейскими фондами для Свентокшиского, 9.3 Активная социальная
и профессиональная интеграция граждан третьих стран.



INTEURO

Что происходит на Sienkiewicza 78A в Кельце?

Ассоциация Интеграция Европа-Восток завершила организацию двадцати интеграционных курсов, на которых иностранцы познакомились с Польшей на практике.

У участников была возможность посетить живописные уголки Свентокшиского воеводства, принять участие в культурных мастер-классах и интегрироваться в местное сообщество.

Эти 5-дневные курсы были не только образовательными, но и отличным способом активно провести время летом.

Одной из самых интересных инициатив стала организация семинаров по журналистике для иностранных учеников средней школы и студентов из Кельце.

Семинар проводила наша коллега по редакции Людмила Юрченко, которая имеет многолетний журналистский опыт, приобретенный во время работы в Киеве.

Все курсы проводились в рамках проекта «INTEURO - программа интеграции и профессиональной активизации иностранцев в Свентокшиском воеводстве», софинансируемого Европейскими фондами для Свентокшиского.

В следующем году планируется организовать новые курсы под девизом «ПОЛЬША: Европа на практике».

Мы хотели бы поблагодарить наших участников за активное участие в курсах и приглашаем вас насладиться фотовоспоминаниями, которые мы разместим на нашем профиле в Facebook:

fb.com/inteuro

У вас есть вопросы? Свяжитесь с нами:

Редакция службы и бюллетеня NOWINY
Центр Интеграции Иностранцев INTEURO
(Ассоциация Интеграция Европа-Восток)
25-501 Кельце, ул. Sienkiewicza 78A, тел. +48 573
338 377 info@nowiny@inteuro.info nowiny.inteuro.info



Новости из Польши и региона Наводнение в Польше



Как можно помочь?

Недавние наводнения в Польше привели к серьезным разрушениям. Многие семьи потеряли свое имущество, а некоторые населенные пункты до сих пор борются с последствиями стихийного бедствия. В это трудное время любая помощь имеет огромное значение.

В Свентокшиском воеводстве был организован сбор самых необходимых вещей для пострадавших. Самыми необходимыми вещами были и остаются: одеяла, постельные принадлежности, одежда, чистящие средства, предметы гигиены, продукты питания длительного хранения, бутилированная вода и основные инструменты для уборки (ведра, метлы, лопаты).

В условиях, когда Польша борется с наводнением, важно привлечь общественность, в том числе иностранцев. Помимо пожертвований, которые крайне важны в первые дни после стихийного бедствия, часто требуются добровольцы для помощи в уборке, сортировке пожертвований или логистической поддержке.

В Кельце «Дворец Зелинского» закончил сбор пожертвований, но ищет рабочие руки. Помощь волонтеров сейчас неocenима, особенно в уборке пострадавших районов.

Участие в волонтерской деятельности - это ощутимая и практическая форма помощи, которая может принести облегчение пострадавшим. Тем, кто хочет помочь, мы рекомендуем связаться с организацией напрямую и написать по электронной почте: dyrektor@palacykzielinskiego.pl.

Прежде чем сделать пожертвование, следует связаться с выбранным пунктом помощи, чтобы выяснить, какие продукты наиболее необходимы в данный момент. Помимо материальных пожертвований, вы также можете внести финансовый вклад в местные благотворительные организации, которые координируют помощь пострадавшим. Ваша помощь может реально изменить жизнь людей, пострадавших от наводнения!

ПРОГРАММА

800+

С 2024 года пособие 500+ будет увеличено до 800 злотых на каждого ребенка до 18 лет. Граждане Украины, легально проживающие в Польше, могут претендовать на эти пособия наравне с польскими гражданами.

Чтобы получить 800+, необходимо подать заявление в учреждение социального страхования (ZUS) через платформу PUE ZUS. Заявление можно подать онлайн, а назначенные средства ежемесячно перечисляются на указанный банковский счет.

Для граждан Украины важно иметь документ, подтверждающий легальное проживание в Польше, например, карту пребывания или свидетельство о временной защите.

Для того чтобы граждане Украины могли подать заявление на получение пособия 800+ в Польше, они должны представить в учреждение социального страхования следующие документы:

а) документ, подтверждающий легальное проживание в Польше, например:

- карта побыту с пометкой «доступ к рынку труда», ...
- свидетельство о временной защите,
- другой документ, дающий право на легальное проживание.

б) Документы, подтверждающие личность и родство с ребенком:

- свидетельство о рождении ребенка,
- паспорт или удостоверение личности.

с) Заявление на получение пособия 800+, которое подается онлайн через платформу PUE ZUS..

Более подробную информацию и детали можно найти на сайте ZUS: ZUS 800+ для граждан Украины.

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



Как воспользоваться бесплатной поддержкой в Центре Интеграции Иностранцев INTEURO в Кельце?

ИНТЕРНЕТ

Самый быстрый способ найти нас - посетить онлайн-платформу: INTEURO.INFO Карта Хорошего Соседства

ИНФОЛИНИЯ

Мы организовали для вас телефонную линию помощи на четырех языках: польском, украинском, русском и английском.

Инфолиния: +48 573338377

Viber/WhatsApp: +48789085083

e-mail: info@inteuro.info



СТАЦИОНАРНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПУНКТ

25-501 Кельце

ул. Sienkiewicza 78A (второй этаж)



Собственный бизнес в Польше Как начать?



Незарегистрированная деятельность. Что нужно знать?

Незарегистрированная деятельность - это форма предпринимательской деятельности в Польше, которая не требует регистрации в Центральном реестре и информации о предпринимательской деятельности (CEIDG). Это идеальное решение для людей, которые хотят начать малый бизнес без особых формальностей.

Для того чтобы использовать эту форму деятельности, необходимо выполнить несколько условий:

- **Доход:** Ежемесячный доход от деятельности не может превышать 75% минимальной зарплаты (в настоящее время это 4300,00 злотых брутто).
- **Отсутствие предпринимательской деятельности** в течение последних 60 месяцев. У вас не должно быть зарегистрированного бизнеса в течение последних пяти лет.
- **Область деятельности:** деятельность не должна включать виды деятельности, требующие концессий, разрешений или лицензий.

Незарегистрированная деятельность дает возможность легально зарабатывать деньги в небольших масштабах без необходимости регистрироваться, платить взносы в фонд социального страхования или вести сложную отчетность. Необходимо лишь вести упрощенный учет доходов.

Однако следует помнить об обязанности уплачивать подоходный налог с физических лиц, если доход получен. Иностранцы в Польше могут заниматься незарегистрированной деятельностью, но они должны соответствовать определенным условиям. Во-первых, иностранец должен легально проживать в Польше, то есть иметь соответствующие документы на проживание, такие как карта побыту или виза. В случае с гражданами Украины достаточно иметь статус временной защиты. В дополнение к этим условиям иностранцы должны соблюдать те же правила, что и граждане Польши, в отношении лимита доходов и отсутствия предпринимательской деятельности в течение последних 60 месяцев.

Дополнительную информацию можно найти на правительственных сайтах: Biznes.gov.pl - dzialalnosc.nierejestrowana

Хотите узнать больше?

Воспользуйтесь бесплатной юридической консультацией в Центре Интеграции Иностранцев INTEURO в Кельце!

Zapraszamy do Punktu Informacyjnego dla Cudzoziemców w Kielcach lub do kontaktu poprzez Infolinię: +48573338377 oraz e-mail: info@inteuro.info

Rozmawiamy po polsku, ukraińsku, rosyjsku i angielsku.



СВОЙ БЛИЖЕ СВОЕГО

В результате полномасштабного вторжения России в Украину несколько миллионов украинцев уехали в Польшу. Вначале финансовая поддержка со стороны правительства была очень важна. Однако украинцы - не та нация, которая живет на дотации. Все они постепенно адаптировались и нашли свое место. Одни получили новую квалификацию, другие нашли работу, третьи открыли свой бизнес. Именно о последней группе хотелось бы поговорить подробнее.

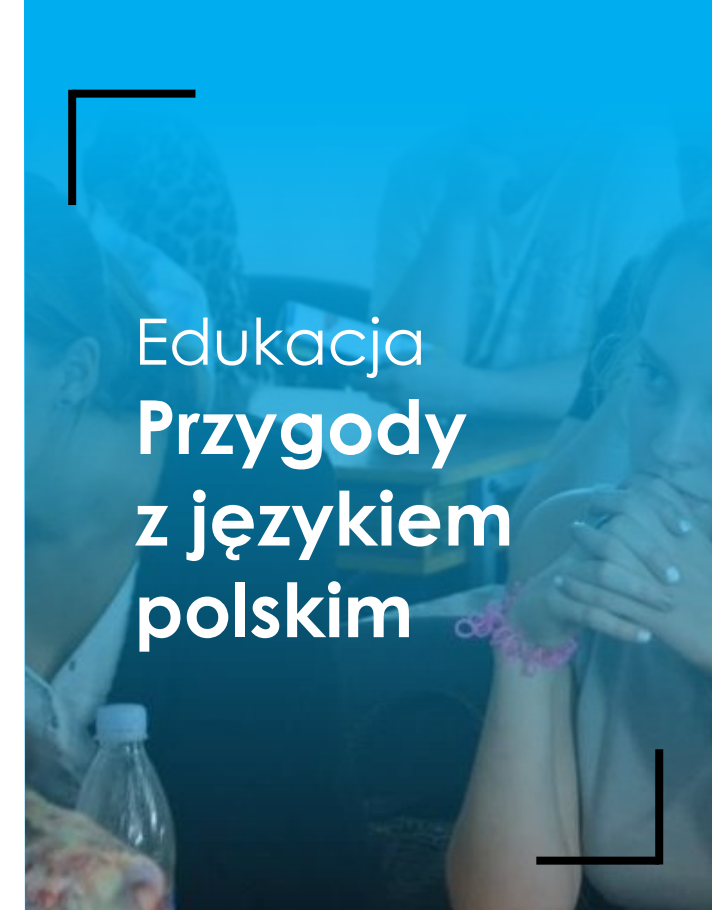
Украинцы в Кельце - не исключение, и, как и в других городах, они открывают свои небольшие предприятия. Все, наверное, слышали о «Пане Чебуреке», но для многих будет неожиданностью, что на улице Сенкевича есть еще одно «украинское» заведение общественного питания. Это ресторан Etna - ETNA Pizza & Pasta. Его владельцы - супружеская пара Ирина Срибненко и Олег Бушин, приехавшие в Польшу из Днепра. Хотя в их ресторане подают не украинскую, а итальянскую кухню, он с украинской душой. Тесто для пиццы пан Олег готовит своими руками по рецепту итальянской закваски, а для начинки используются только итальянские продукты.

В ресторане также подают вкусную пасту. Ирина шутит, что качество их пасты подтвердила голландская команда по триатлону, ведь на протяжении всего чемпионата, который проходил в Кельцах, спортсмены питались в их ресторане.

ETNA Pizza & Pasta находится недалеко от площади Артистов, так что если вы прогуливаетесь по Сенкевке, то можете заглянуть в украинскую пиццерию, чтобы плотно пообедать.

Автор: Людмила Юрченко





Edukacja Przygody z językiem polskim



Путешествие иностранца

Изучение польского языка - это как отправление в большое, полное приключений путешествие, где каждый поворот может удивить вас, а каждое слово, кажется, скрывает больше тайн, чем сама Атлантида. Понимание этой языковой одиссеи требует смелости, решимости и... большой порции юмора.

Первое испытание? Орфография! Кто бы мог подумать, что у букв может быть так много вариаций? («Ś», „Ś”, „SZ”, „Ć») - все звучат одинаково, но у каждой есть свои секреты. И когда иностранец радостно заявляет, что научился говорить «czaszka», он быстро узнает, что «szczaw» и «szczeniak» - это совсем другая история. Звуки, которые в других языках являются экзотическими раритетами, в польском встречаются часто.

А грамматика? Это уже настоящая игра в каламбуры. Случаи напоминают таинственные порталы в разные измерения. «Кого? Чего? Кому? Чему?» - это не экзистенциальные вопросы, а повседневные дилеммы для каждого изучающего польский язык. Кроме того, каждое существительное и прилагательное имеет свое окончание,

в зависимости от настроения (то есть: случая) и пола.

Затем наступает черед фразеологизмов - глазури на торте.

Такие забавные фразы, как «иметь мух в носу» или «выйти на прямую», для иностранцев звучат как мистические загадки.

А попробуйте перевести на другой язык «сделать вилку из иголки» - это все равно что объяснять теорию относительности!

Несмотря на эти трудности, изучение польского языка приносит свои плоды. Как только вы освоите основы, каждое новое предложение будет для вас как новый уровень в игре.

В заключение следует сказать, что польский - это язык, который требует от изучающего не только знания, но и терпения.

Каждая ошибка - это еще один анекдот, который можно рассказать за обеденным столом, смеясь над лингвистическими приключениями. И в конце этого путешествия каждый иностранец обнаруживает, что, хотя польский язык и сложный, он также увлекателен и полон очарования - как и Польша и ее народ.

Тем временем мы приглашаем вас принять участие в бесплатных курсах польского языка в Центре Интеграции Иностранцев «INTEURO» в Кельце!

Регистрация: <https://inteuro.info/inteuro-edukacja>

Регистрация: <https://inteuro.info/inteuro-edukacja>

Учебные ваучеры ДЛЯ ЖЕНЩИН ИЗ УКРАИНЫ!

Вы являетесь гражданкой Украины? Вы безработный? Вы ищете работу? Или хотите пройти переквалификацию?

Быстро, существенно и бесплатно воспользуйтесь поддержкой экспертов Воеводского бюро труда в Кельцах, которая предоставляется благодаря проекту "INTEURO - Программа интеграции и профессиональной активизации иностранцев в Свентокшиском воеводстве". Профессиональные консультанты ждут вас!

Что мы предлагаем?

- Мы просмотрим для вас необходимые документы
- Мы изучим предложения о работе и поможем вам подать заявки на выбранные должности
- Подготовим вас к собеседованиям
- Мы подскажем вам самый простой способ найти работу
- Мы определим ваши компетенции и профессиональные склонности
- Мы поможем вам принять решение о выборе профессии или переобучении
- Планируем вашу будущую карьеру и помогаем сориентироваться на местном рынке труда

... и, что очень важно, мы профинансируем выбранное вами обучение ваучером на сумму до 5,000.00 PLN

P.S.: Мы также компенсируем расходы на проезд в наши формы поддержки!



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY
W KIELCACH

**Не откладывайте решение! С начала года мы оказали поддержку десяткам украинских женщин!
Вы можете стать следующей!**

Свяжитесь с нами:

Воеводское Управление Труда в Кельце

ул. Witosa 86; Кельце

Телефон: 41 36 41 610, 41 36 41 638

E-mail: ciz@wup.kielce.pl

Messenger: <https://www.facebook.com/wupkielce/>

Центр Интеграции Иностранцев INTEURO

ул. Н. Сienkiewicza 78A; Кельце

Телефон: 573 338 377



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego

Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

Załącznik nr 4 do Regulaminu wsparcia

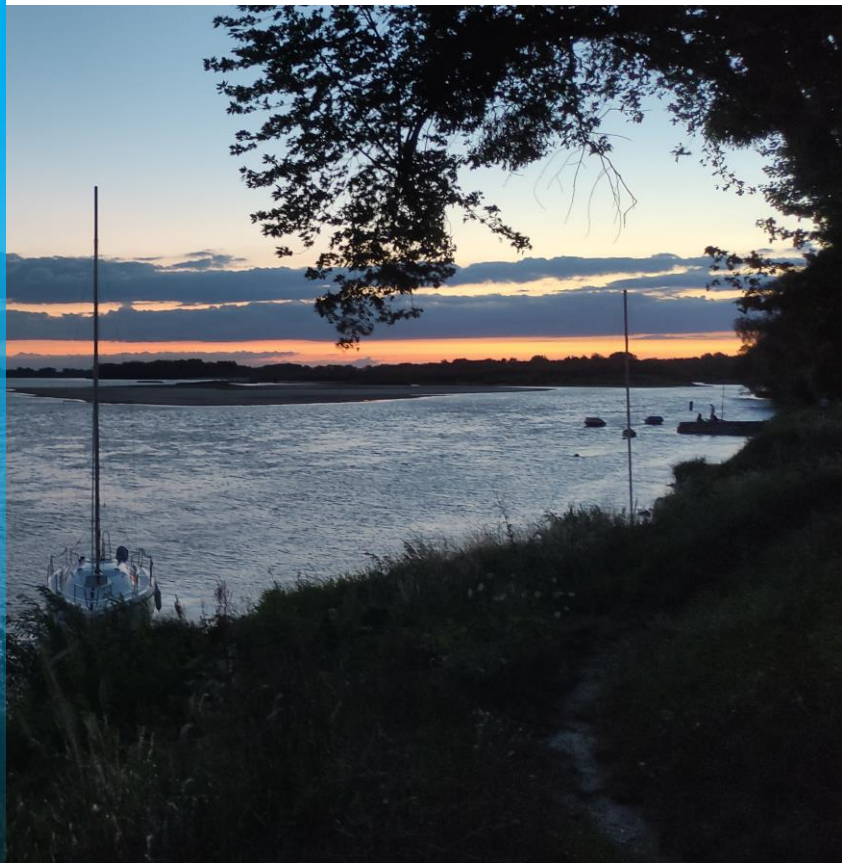
VOUCHER SZKOLENIOWY NR z dnia

w ramach Projektu pod nazwą „INTEURO - program integracji i aktywizacji zawodowej
cudzoziemców w Województwie Świętokrzyskim”
Integracja Europa-Wschód w Kielcach w

1. Voucher szkoleniowy dla Pani
zamieszkania: Uczestnik
i aktywizacji zawodowej cudzoziemców
..... PLN (słownie:)
na sfinansowanie kosztów Tytuł usługi z
2. Wartość vouchera może zostać podwyższona
projektu.
3. Voucher może zostać wykorzystany w



Свентокшиский туризм Экскурсии в Кельце!



Выходные в Кельце - где отдохнуть?

Этот вопрос заслуживает отдельной колонки, поскольку Свентокшиское воеводство предлагает множество вариантов активного отдыха. Однако многое зависит от ваших предпочтений и возможностей. Например, есть ли у вас автомобиль или нет, планируете ли вы однодневную поездку или с ночевкой, предпочитаете ли вы активный отдых или просто отдых на природе.

Итак, начнем с одного из самых часто задаваемых украинцами вопросов: где можно сделать шашлык и каковы условия? Отвечаем.

В нескольких парках города вы найдете стационарные мангалы, куда можно принести свои брикеты и пожарить сосиски, овощи или шампуры. Однако есть еще один интересный вариант для больших групп - беседки с барбекю в Общественном лесу. Он находится рядом с аквапарком «Бинковский» в районе Барвинек. Огромный лесной массив, поле, где можно играть в футбол, место для других физических игр или просто место, где могут бегать дети.

Беседки оборудованы скамейками, столами и мангалами, а главное - заготовлены дрова. И все это бесплатно. Однако, чтобы занять место, его нужно забронировать заранее, позвонив по телефону 413676583.

Так что, если на дворе еще золотая осень и нет дождя, можно попробовать воспользоваться этой возможностью. При бронировании не забудьте заранее узнать, как все это называется по-польски. Для этого вы можете посетить польскоязычную версию нашего информационного портала.

Автор: Людмила Юрченко



Свентокшиский туризм

Гора Меджянка

Гора Меджянка, расположенная всего в нескольких километрах от Кельце, - это уникальное место, которое восхищает как любителей природы, так и любителей истории. Эта не очень высокая, но живописная гора скрывает множество тайн, которые стоит открыть для себя во время поездки на выходные.

С вершины Меджянки открывается захватывающий вид на обширную долину, окружающие холмы, очаровательные деревни и замок в Хенчинах.

Это идеальное место для спокойной прогулки, пикника или наблюдения за птицами. Но Меджянка - это не только природа, но и богатая история горного дела. Бывшие карьеры и штольни, оставшиеся от добычи медной руды, привлекают любителей истории и приключений.

Тропинки через леса и поля легко доступны, а сам маршрут не требует усилий, поэтому подходит для семейных прогулок. Гора Меджянка - это место, которое стоит посетить, чтобы на время отвлечься от повседневной жизни и почувствовать себя ближе к природе.



Посмотрите фотографии из нашей поездки :)

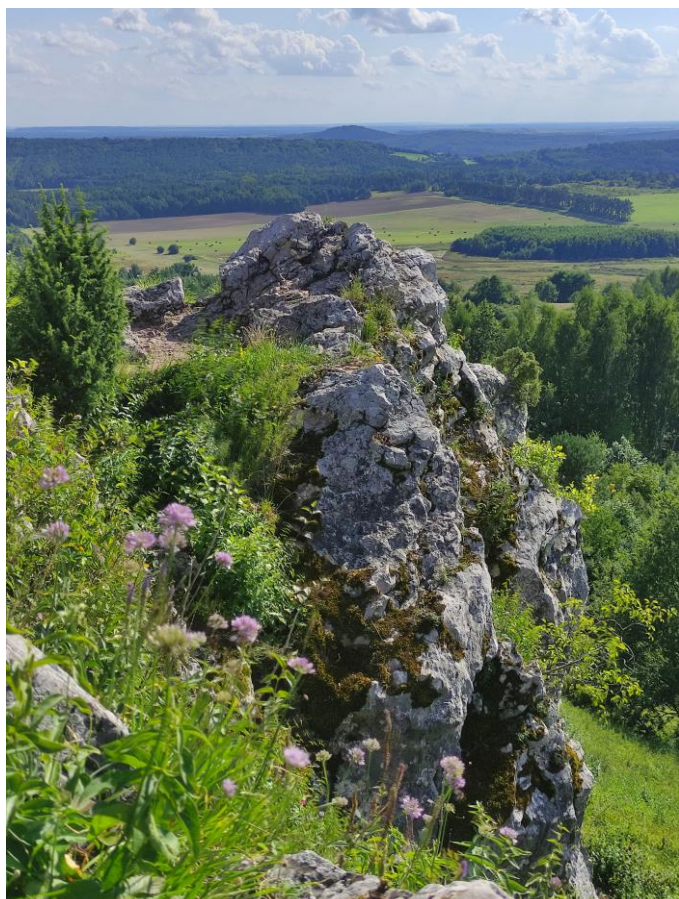
Как добраться?
на машине (парковка у Горнорудного музея в Меджянке)
автобус Kielce-Zajęczków, остановка Miedzianka, затем пешком в гору ;)


Более интересную информацию вы можете прочитать здесь:

https://swietokrzyskie.travel/informator_turystyczny/natura/gora_miedzianka

Фотографии:

Архив Ассоциации Интеграции Европа-Восток





Психологическая поддержка для иностранцев в Польше



Одиночество на чужине

Одиночество - одна из самых сложных проблем, с которыми сталкиваются экономические и военные мигранты, особенно после прибытия в новую страну. Потеря связи с родственниками, языковой барьер и незнакомая обстановка - все это усиливает чувство изоляции.

Психологи подчеркивают, что ключ к преодолению одиночества - это налаживание новых отношений и поиск поддержки в местных сообществах. Важно не бояться просить о помощи - многие поляки предлагают поддержку, как эмоциональную, так и на практике.

Найти группу поддержки или посещать местные мероприятия поможет интеграция и чувство принадлежности. И не забывайте заботиться о своем психическом здоровье - беседа с психологом может стать первым шагом к восстановлению равновесия. Помните, что одиночество - это естественная реакция, но вы не должны проходить через него в одиночку.

В Центре Интеграции Иностранцев INTEURO квалифицированный психолог из Украины Ольга Холодная проводит консультации для иностранцев.

Все это происходит в рамках специальной программы «Мой друг», запущенной в Центре.

Основные проблемы, о которых сообщают украинцы, связаны с:

- эмоциональным и физическим переживанием потери близких, имущества, прежнего образа жизни и невозможностью связаться с родственниками, оставшимися на оккупированных территориях;
- эмиграция, в частности трудности социальной, культурной и языковой адаптации в новой стране. Усиливается страх и тревога, связанные с интеграцией в новую среду, поиском работы, сменой основного вида деятельности, доступом к рынку образования и системе здравоохранения;
- поиск внутренней поддержки и ресурсов для преодоления стресса и обеспечения гармоничного функционирования, способности строить отношения и общаться.

Приглашаем вас воспользоваться бесплатной консультацией с понедельника по пятницу с 8:00 до 16:00 в центре по адресу: улица Sienkiewicza, 78A в Кельце.

Визиты можно согласовать по телефону +48 573 338 377 и по e-mail: info@inteuro.info

Подробнее о психологической поддержке на сайте <https://inteuro.info/psycholog-pomoc>



Фотографии с занятий клуба поддержки украинских женщин "О Своем" под руководством психолога Ольги Холодной.
Запись на занятия в Центр Интеграции Иностранцев INTEURO: +48573338377. Приглашаем!