



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

№ 2/2024 вересень 2024

НОВИНИ

Інформація
зі Свентокшиського
воєводства
для іноземців

ДЕТАЛЬНІШЕ НА СТОРІНКІ 2-3



ВІТАЄМО!

До вашої уваги другий -
осінній випуск NOWINY -
циклічного видання, що
охоплює теми, які є
важливими
та цікаві для іноземців у
Польщі.

Бюлетень є частиною
сервісу nowiny.inteuro.info,
створеного в рамках
проєкту «INTEURO -
програма інтеграції
та професійної активізації
іноземців
у Свентокшиському
воєводстві»

ПОРАДИ РОБОТА БІЗНЕС ОСВІТА

Практичні знання, інтерв'ю
з експертами, курси,
навчання, тощо.

ДЕТАЛЬНІШЕ НА СТОРІНКАХ 4-8, 11



КУЛЬТУРА ТУРИЗМ NGO

Цікаві факти про Польщу та
Свентокшиський регіон,
громадська діяльність

ДЕТАЛЬНІШЕ НА СТОРІНКАХ 9, 10



Бюлетень NOWINY - Редакція: Центр Інтеграції Іноземців INTEURO (Товариство Інтеграція Європа-Схід)

25-501 Кельце вул. Sienkiewicza 78A, тел. +48 573 338 377, info@nowiny.inteuro.info nowiny.inteuro.info Головний редактор: Людмила Юрченко. Публікація в рамках проєкту «INTEURO - Програма інтеграції та професійної активізації іноземців у Свентокшиському воєводстві», співфінансованого з коштів програми Європейські фонди для Свентокшиського, 9.3 Активна соціальна та професійна інтеграція громадян третіх країн.



INTEURO

Що цікавого на Сенкевича 78А в Кельцах?

Товариство Інтеграція Європа-Схід завершило організацію двадцяти інтеграційних курсів, під час яких іноземці на практиці познайомилися з Польщею.

Учасники мали можливість відвідати мальовничі куточки Свентокшиського воєводства, взяти участь у культурних майстер-класах та інтегруватися з місцевою спільнотою.

Ці 5-денні курси були не лише освітніми, але й чудовим способом активно провести час влітку.

Однією з найцікавіших ініціатив була організація майстер-класів з журналістики для іноземних учнів середніх шкіл та студентів з Кельце. Майстер-клас проводила наша колега по редакції Людмила Юрченко, яка має багаторічний журналістський досвід, набутий під час роботи в Києві.

Усі курси відбулися в рамках проєкту «INTEURO - програма інтеграції та професійної активізації іноземців у Свентокшиському воєводстві», що співфінансується Європейськими фондами для Свентокшиського.

Наступні курси заплановані на наступний рік під гаслом «ПОЛЬЩА: Європа на практиці».

Щиро дякуємо нашим учасникам за активну участь у курсах і запрошуємо вас насолодитися фотоспогадами, які ми розмістили на нашій сторінці у Facebook: fb.com/inteuro

У вас є питання? Зв'яжіться з нами:

Редакція сервісу та бюлетеня NOWINY
Центр Інтеграції Іноземців INTEURO
(Товариство Інтеграція Європа-Схід)
25-501 Кельце, вул. Sienkiewicza 78A, тел. +48 573
338 377 info@nowiny@inteuro.info nowiny.inteuro.info



Новини з Польщі та регіону Повінь в Польщі



Як можна допомогти?

Нещодавні повені, що обрушилися на Польщу, спричинили серйозні руйнування. Багато сімей втратили своє майно, а деякі населені пункти досі борються з наслідками стихії. У цей важкий час будь-яка допомога має велике значення.

У Свентокшиському воєводстві були зібрані найнеобхідніші речі для постраждалих. Найнеобхіднішими речами були і є: ковдри, постільна білизна, одяг, миючі засоби, предмети гігієни, продукти харчування на тривалий термін, вода в пляшках та основні інструменти для прибирання (відра, мітли, лопати).

Оскільки Польща бореться з повінню, важливо залучати громадськість, в тому числі іноземців. Окрім пожертв, які мають вирішальне значення в перші дні катастрофи, часто потрібні волонтери, які допомагають у прибиранні, сортуванні допомоги або логістичній підтримці.

У Кельце «Палац Зелінського» закінчив збір благодійних пожертв, але шукає руки для роботи. Допомога волонтерів зараз неоціненна, особливо у прибиранні постраждалих районів.

Долучення до волонтерства - це відчутна і практична форма допомоги, яка може принести полегшення постраждалим. Для тих, хто бажає допомогти, ми рекомендуємо звертатися безпосередньо до установи та писати на електронну пошту dyrektor@palacyzielinskiego.pl.

Перед тим, як передати свої пожертви, бажано зв'язатися з обраним пунктом збору допомоги, щоб з'ясувати, які продукти є найбільш необхідними на даний момент. Окрім матеріальних пожертв, ви також можете зробити фінансовий внесок місцевим благодійним організаціям, які координують допомогу постраждалим. Ваша допомога може реально змінити життя постраждалих від повені!

ПРОГРАМА

800+

З 2024 року допомога 500+ буде збільшена до 800 злотих на кожну дитину віком до 18 років. Громадяни України, які легально проживають у Польщі, можуть претендувати на ці виплати нарівні з громадянами Польщі.

Для того, щоб отримати 800+, необхідно подати заяву в установу соціального страхування (ZUS) через платформу PUE ZUS. Заяву можна подати онлайн, а присуджені кошти виплачуються щомісяця на визначений банківський рахунок.

Для громадян України важливо мати документ, що підтверджує легальне перебування в Польщі, наприклад, карту побиту або свідоцтво про надання тимчасового захисту.

Для того, щоб громадяни України могли подати заяву на отримання допомоги 800+ в Польщі, вони повинні подати до установи соціального страхування наступні документи:

- а) Документ, що підтверджує легальне перебування в Польщі, наприклад
 - карта побиту з позначкою «доступ до ринку праці»
 - довідка про надання тимчасового захисту
 - інший документ, що дає право на легальне перебування.
- б) Документи, що підтверджують особу та родинні стосунки з дитиною:
 - свідоцтво про народження дитини,
 - паспорт або посвідчення особи.
- в) Заява на отримання допомоги 800+, яка подається онлайн через платформу PUE ZUS.

Більше інформації та деталей можна знайти на сайті ZUS: ZUS 800+ для громадян України. <https://www.zus.pl/>

Як скористатися безкоштовною підтримкою в Центрі Інтеграції Іноземців INTEURO в Кельцах?

ІНТЕРНЕТ

Найшвидший спосіб знайти нас - відвідати онлайн-платформу: Карта Доброго Сусідства INTEURO.INFO

ІНФОЛІНІЯ

Ми створили для вас інформаційну лінію чотирма мовами: польською, українською, російською та англійською.

Інфолінія: +48 573338377
Viber/WhatsApp: +48789085083
e-mail: info@inteuro.info

СТАЦІОНАРНИЙ ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПУНКТ
25-501 Кельце
вул. Sienkiewicza 78A (другий поверх)



Власний бізнес в Польщі З чого почати?



Незареєстрована діяльність. Що потрібно знати?

Незареєстрована діяльність - це форма господарської діяльності в Польщі, яка не вимагає реєстрації в Центральному реєстрі обліку та інформації про господарську діяльність (CEIDG). Це ідеальне рішення для людей, які хочуть розпочати малий бізнес без особливих формальностей.

Для того, щоб скористатися цією формою діяльності, необхідно виконати кілька умов:

- Дохід: щомісячний дохід від діяльності не може перевищувати 75% мінімальної заробітної плати (в даний час це 4300,00 злотих брутто).
- Відсутність діяльності протягом останніх 60 місяців: У вас не повинно бути зареєстрованого бізнесу протягом останніх п'яти років.
- Галузь: діяльність не повинна включати діяльність, яка вимагає концесій, дозволів або ліцензій.

Незареєстрована підприємницька діяльність дає можливість легально заробляти гроші в невеликих масштабах без необхідності реєстрації, сплати внесків на соціальне страхування або ведення складної бухгалтерії. Вам потрібно лише вести спрощений облік доходів. Однак слід пам'ятати про обов'язок сплачувати податок на доходи фізичних осіб у разі отримання доходу.

Іноземці в Польщі можуть здійснювати незареєстровану діяльність, але вони повинні відповідати певним умовам. По-перше, іноземець повинен легально перебувати в Польщі, а це означає, що він повинен мати відповідні документи на проживання, такі як карта перебування або віза. У випадку громадян України достатньо статусу тимчасового захисту. На додаток до цих умов, іноземці повинні дотримуватися тих же правил, що і громадяни Польщі, щодо обмеження доходу та відсутності господарської діяльності протягом останніх 60 місяців.

Більше інформації можна знайти на урядових сайтах:

[Biznes.gov.pl - dzialalnosc_nierejestrowana](https://biznes.gov.pl - dzialalnosc_nierejestrowana)

Бажаєте дізнатися більше?

Скористайся безкоштовною юридичною консультацією в Центрі Інтеграції Іноземців INTEURO в Кельцах!

Запрошуємо відвідати Інформаційний Пункт для Іноземців у Кельцах або зателефонувати на Інфолінію: +48573338377

та e-mail: info@inteuro.info

Розмовляємо польською, українською, російською і англійською.



СВІЙ ДО СВОГО


Внаслідок повномасштабного вторгнення Росії в Україну кілька мільйонів українців виїхали до Польщі. Перший час дуже важливою була фінансова підтримка від уряду. Проте, українці – не той народ, який буде жити на дотації. Всі помалу адаптувалися і знайшли своє місце. Хтось отримав новий фах, хтось знайшов роботу, а хтось – відкрив власний бізнес. Ось про останню категорію і хочеться поговорити докладніше.

Українці в Кельцах не є винятком і так само, як в інших містах відкривають свої малі бізнеси. Всі, певно, знають про "Пана чебурека", але для багатьох буде несподіванкою, що на Сенкевича є ще один «український» заклад харчування. Це ресторация Етна - ETNA Pizza & Pasta. Її власниками є подружжя Ірини Срібненко та Олега Бушина, які приїхали до Польщі з Дніпра. І хоч тут готують не українські страви, а італійські, проте, з українською душею. Тісто для піци готує пан Олег власноручно за італійською рецептурою на заквасці, а для начинки використовуються виключно італійські продукти.

Також тут подають смачну пасту (макарони). Пані Ірина жартує, що якість їх макаронів підтверджена Нідерландською збірною з триатлону, бо вони протягом всіх днів чемпіонату, який відбувався в Кельцах, харчувалися в їхньому закладі.

ETNA Pizza & Pasta знаходиться поблизу Плацу Артистів, тож прогулюючись Сенкевкою можете завітати на ситний обід до українців. Авторка: Людмила Юрченко





Освіта Пригоди з польською мовою



Подорож іноземця

Вивчення польської мови - це як вирушати у велику, сповнену пригод подорож, де кожен поворот може вас здивувати, а кожне слово, здається, приховує більше таємниць, ніж сама Атлантида. Розуміння цієї мовної одисеї вимагає сміливості, рішучості та... великої дози гумору. Добру дозу гумору.

Перше випробування? Орфографія! Хто б міг подумати, що літери можуть мати стільки варіацій? «Ś», «Ś», «SZ», «Ć» - всі звучать схоже, але кожна з них має свої секрети. І коли іноземець радісно повідомляє, що навчився вимовляти «czaszka», він швидко дізнається, що «szczaw» і «szczeniak» - це зовсім інша історія. Звуки, які в інших мовах є екзотичними раритетами, в польській - звичайна справа.

А граматики? Це вже справжня гра в каламбури. Відмінки нагадують таємничі портали в різні виміри. «Кого? Чого? Кому? Чому?» - це не екзистенційні питання, а повсякденні дилеми для кожного, хто вивчає польську мову. До того ж, кожен іменник та прикметник має своє закінчення, залежно від

настрою (відмінки) і статі. Потім настає черга фразеологізмів, вишенька на торті. Кумедні фрази на кшталт «мати мух у носі» або «вийти на пряму» звучать для іноземців як містичні загадки. А спробуйте перекласти іншою мовою фразу «зробити з голки вилку» - це все одно, що пояснювати теорію відносності!

Незважаючи на всі ці труднощі, вивчення польської мови має свої переваги. Після того, як ви опануєте основи, кожне нове речення - це як перехід на новий рівень у грі. Отже, польська мова - це мова, яка вимагає від учня не лише знання, але й витримки. Кожна помилка - це ще один анекдот, який можна розповісти за обіднім столом, сміючись над своїми мовними пригодами. І в кінці цієї подорожі кожен іноземець відкриває для себе, що хоча польська мова - це складна мова, вона також захоплююча і сповнена чарівності - так само, як і Польща та її люди.

А тим часом запрошуємо на безкоштовні курси польської мови в Центрі Інтеграції Іноземців «INTEURO» в Кельцах!

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

Освітні ваучери ДЛЯ ЖІНОК З УКРАЇНИ!

Ви є громадянкою України? Ви безробітня? Шукаєте роботу? Або хочете пройти перекваліфікацію?

Швидко, суттєво та безкоштовно скористайтеся підтримкою фахівців Воєводського Управління Праці в Кельцах, яка надається завдяки проєкту "INTEURO - Програма інтеграції та професійної активізації іноземців у Свентокшиському воєводстві".

Професійні консультанти чекають на вас!

Що ми пропонуємо ?

- Відредагуємо ваші документи для подачі заявки
- Переглянемо пропозиції роботи та допоможемо відправити заявки на обрані вакансії
- Підготуємо вас до співбесіди
- Покажемо, як найлегше знайти роботу
- Визначимо ваші компетенції та професійні схильності
- Допоможемо прийняти рішення про вибір професії або перекваліфікацію
- Сплануємо вашу майбутню кар'єру та допоможемо зорієнтуватися на місцевому ринку праці

... і, що дуже важливо, ми профінансуємо навчання на Ваш вибір з ваучером вартістю до 5,000.00 злотих

P.S.: Ми також відшкодуємо витрати на проїзд учасникам наших форм підтримки



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY
W KIELCACH

Не зволікайте з рішенням! З початку року ми підтримали десятки українок! Ти можеш бути наступною!

Зв'яжіться з нами:

Воєводське управління праці в Кельцах

вул. 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 Інтеграції Іноземців INTEURO

вул. Н. Сienkiewicza 78А; Кельце

Телефон: 573 338 377



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego

Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

Załącznik nr 4 do Regulaminu wsparcia

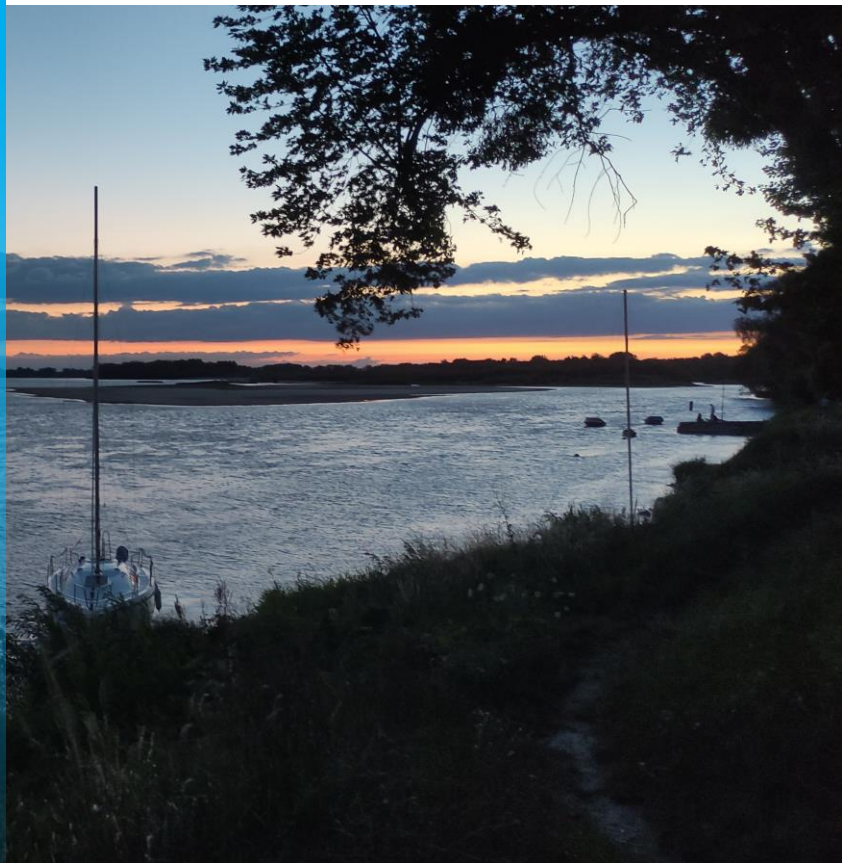
VOUCHER SZKOLENIOWY NR z dnia

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 w ramach projektu.
3. Voucher może zostać wykorzystany w

СВЕНТОКШИСЬКИЙ ТУРИЗМ Огляд ВИЗНАЧНИХ ПАМ'ЯТОК у Кельцах!



Вихідні в Кельце - де відпочити?

Це питання заслуговує на цілу окрему рубрику, адже Свентокшиске воєводство досить багате на варіанти активного відпочинку. Але тут багато чого залежить від запиту і можливостей. Наприклад, маєте ви в своєму розпорядженні авто, чи ні, хочете поїхати на день, чи, можливо, з нічлігом, чи це має бути активний відпочинок, чи просто релакс на природі.

Тож розпочнемо із одного чи не найпоширенішого питання українців: де можна посмажити шашлики і які умови? Отже, розповідаємо.

По місту ви можете в кількох парках знайти стаціонарні грилі, де спокійно можна принести свої брикети і посмажити ковбаски, овочі або шашлики на грилі. Але є ще одна цікава можливість для великих компаній – альтанки з грилем в Комунальному лісі. Він знаходиться неподалік аквапарку Бінковськовський в районі Барвінек. Величезна територія лісу, є поле, де можна погнати м'яча, є простір для інших рухливих ігор або ж просто, аби діти побігали.

Альтанки з лавками і столиками та грилем, а головне – з заготовленими дровами. І все це безкоштовно. Проте, аби зайняти це місце, потрібно попередньо зарезервувати, подзвонивши за номером телефону 413676583.

Отже, якщо раптом ще буде час золотої осені, а не дощитиме, то можете спробувати скористатися із такого варіанту. Замовляючи, не забудьте попередньо дізнатися, як усе це правильно називається польською. Для цього, зокрема, можете відвідати польськомовну версію нашого інформаційного порталу.

Авторка: Людмила Юрченко



Свентокшиський туризм

Гора Мєдзянка

Гора Мєдзянка, розташована всього в кільканадцяти кілометрах від Кельце, є унікальним місцем, яке захоплює як любителів природи, так і історичних пам'яток. Ця не дуже висока, але мальовнича гора приховує багато таємниць, які варто розкрити під час поїздки на вихідні.

З вершини Мєдзянки відкривається захоплюючий краєвид на величезну долину, навколишні пагорби та чарівний замок у Хенчинах.

Це ідеальне місце для спокійної прогулянки, пікніка або спостереження за птахами. Але Мєдзянка - це не тільки природа, вона також має багату гірничодобувну історію. Колишні шахти та штольні, залишки видобутку мідної руди, приваблюють ентузіастів історії та шукачів пригод.

Стежки через ліси та поля є легкодоступними, а сам маршрут не є складним, що робить його ідеальним для сімейних прогулянок. Гора Мєдзянка - це місце, яке варто відвідати, щоб на деякий час відволіктися від повсякденного життя і відчути близькість з природою.



Дивіться фото з нашої подорожі :)

Як дістатися?

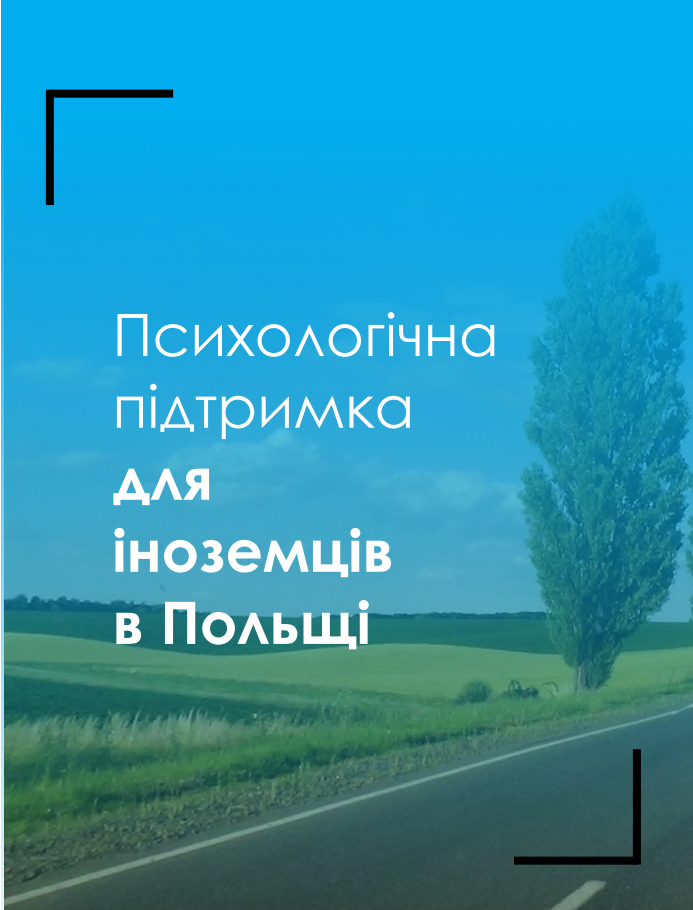
автомобілем (автостоянка біля Музейної палати гірничої справи в Мєдзянці)
автобусом Kielce-Zajęczków, зупинка Miedzianka, далі пішки в гору ;)

Більше цікавої інформації читайте тут: https://swietokrzyskie.travel/informator_turystyczny/natura/gora_miedzianka

Фотографії:

Архів Товариства Інтеграція Європа-Схід





Психологічна підтримка для іноземців в Польщі



Самотність на чужині

Самотність - одна з найскладніших проблем, з якою стикаються економічні та військові мігранти, особливо після прибуття в нову країну. Втрата контакту з родичами, мовний бар'єр і незнайоме оточення посилюють відчуття ізоляції.

Психологи наголошують, що ключ до подолання самотності - будувати нові стосунки та шукати підтримки у місцевих спільнотах. Важливо не боятися просити про допомогу - багато поляків пропонують підтримку, як емоційну, так і практичну.

Пошук групи підтримки або відвідування місцевих заходів може допомогти з інтеграцією та відчуттям приналежності. І не забувайте піклуватися про своє психічне здоров'я - розмова з психологом може стати першим кроком до відновлення душевної рівноваги. Пам'ятайте, що самотність - це природна реакція, але ви не повинні проходити через неї на самоті.

У Центрі Інтеграції Іноземців INTEURO кваліфікований психолог з України, Ольга Холодна, надає консультації іноземцям.

Все це відбувається в рамках спеціальної програми, започаткованої в Центрі під назвою «Мій друг».

Основні проблеми, з якими звертаються українці, пов'язані з:

- емоційне та фізичне переживання втрати близьких, майна, попереднього способу життя та неможливості контакту з родичами, які залишилися на окупованих територіях;
- еміграція, зокрема труднощі соціальної, культурної та мовної адаптації в новій країні. Посилюється страх і тривога, пов'язані з інтеграцією в нове середовище, пошуком роботи, зміною основного виду діяльності, доступом до ринку освітніх послуг та системи охорони здоров'я;
- пошук внутрішньої підтримки та ресурсів для подолання стресу та забезпечення гармонійного функціонування, вміння будувати стосунки та спілкуватися.

Запрошуємо скористатися безкоштовною консультацією з понеділка по п'ятницю з 8:00 до 16:00 у Центрі за адресою: м. Кельце, вул. Sienkiewicza 78A.

Запис на прийом здійснюється за телефоном +48 573 338 377 а також e-mail: info@inteuro.info

Більше про психологічну підтримку за посиланням <https://inteuro.info/psycholog-pomoc>



Фотографії з діяльності клубу підтримки українок «Про своє» під керівництвом психолога Ольги Холодної.
Реєстрація на заняття в Центрі Інтеграції Іноземців INTEURO: +48573338377. Запрошуємо!