Polska

Ocena partycypacyjna

Kwiecień 2025

Pracownicy UNHCR wspierający osoby uchodźcze w punkcie dystrybucji odzieży / UNHCR © Anna Liminowicz

Podziękowania:

Niniejszy raport opiera się na ocenie partycypacyjnej przeprowadzonej przez UNHCR Polska z udziałem osób uchodźczych i ubiegających się o ochronę, w okresie od stycznia 2024 r. do stycznia 2025 r. Należy zauważyć, że w niniejszym raporcie termin „uchodźca" jest używany w szerszym niż ściśle prawnym znaczeniu. Obejmuje on osoby o różnych statusach, w tym osoby objęte ochroną czasową, ochroną międzynarodową, ochroną uzupełniającą i inne kategorie osób przymusowo przemieszczonych. Takie podejście ma na celu odzwierciedlenie różnorodności doświadczeń i sytuacji prawnej osób, które szukały schronienia w Polsce, niezależnie od ich formalnego statusu.

UNHCR jest wdzięczny za zaangażowanie i wsparcie organizacji partnerskich, Monitorów Ochrony, wolontariuszy reprezentujących społeczności uchodźcze i przyjmujące, lokalnych władz i pracowników pomocy społecznej, a także indywidualnych osób, które uczestniczyły w badaniu, dzieląc się swoimi wyzwaniami, pomysłami, opiniami i propozycjami rozwiązań. Dziękujemy między innymi: Caritas Archidiecezji Bydgoskiej, Białostockiej, Gdańskiej, Łódzkiej, Lubelskiej, Przemyskiej, Puławskiej, Rzeszowskiej i Warszawskiej, Pierwszej Ukraińskiej Szkole w Polsce, Fundacji Niezłomna Ukraina we Wrocławiu, Fundacji Innowacja i Wiedza w Katowicach, Fundacji Ukraina, Fundacji LWF we Wrocławiu, Miastu Dąbrowa Górnicza, Chrześcijańskiemu Stowarzyszeniu Dobroczynnemu w Dąbrowie Górniczej, Polskiemu Czerwonemu Krzyżowi w Chełmie, Homo Faber, Fundacji Eleon, Warszawskiemu Centrum Pomocy Rodzinie, Urzędowi Pracy w Piasecznie, Powiatowi Warszawskiemu Zachodniemu, Miejskiemu Ośrodkowi Pomocy Społecznej w Mińsku Mazowieckim, Polskiemu Forum Migracyjnemu, Fundacji W Stronę Dialogu, Fundacji Warsaw House Foundation, Fundacji Profil, Podkarpackiemu Stowarzyszeniu dla Aktywnych Rodzin, Fundacji Pod Jednym Niebem, Centrum Pomocy Prawnej im. Haliny Nieć, Wrocławskiej Akademii Biznesu oraz Fundacji Wzrastanie w Przeworsku.

Kontakt:
Przedstawicielstwo UNHCR w Polsce
Ul. Przemysłowa 30
00-450 Warszawa
polwa@unhcr.org

Spis treści

Podziękowania 2
Streszczenie 4
I. Wstęp 6
Uzasadnienie 6
Metodologia 6
Liczba wywiadów z podziałem na województwa 6
Ogólny profil uczestników 7
Ograniczenia 7
II. Główne wnioski 8
W pułapce biurokracji. Wyzwania związane ze statusem prawnym i dokumentacją 8
Budowanie fundamentów. Włączenie ekonomiczne i stabliność mieszkaniowa 9
Nawigowanie po systemach. Dostęp do usług i informacji 10
Poszukiwanie wspólnej płaszczyzny. Włączenie społeczne 12
Nauka przynależności. Edukacja i przyswajanie języka 13
Leczenie niewidzialnych ran. Zdrowie psychiczne i dobrostan psychospołeczny 14
Grupy szczególnie wrażliwe 15
III. Rozwiązania zaproponowane przez uczestników 19
IV. Rekomendacje 22

STRESZCZENIE

Ocena partycypacyjna przeprowadzona w okresie od stycznia 2024 r. do stycznia 2025 r., ujawnia złożony krajobraz wyzwań stojących przed osobami uchodźczymi, głównie z Ukrainy i Białorusi. Chociaż wiele z nich podkreśla wsparcie otrzymane od czasu przybycia do Polski, nadal napotykają istotne przeszkody w procesie integracji. Na podstawie 76 wywiadów przeprowadzonych w 10 województwach, w badaniu podkreślono sześć kluczowych obszarów: status prawny i wyzwania związane z dokumentacją; włączenie ekonomiczne i stabilność mieszkaniowa; dostęp do usług i informacji; włączenie społeczne; edukacja i nauka języka; oraz zdrowie psychiczne i dobrostan psychospołeczny.

Osoby uchodźcze zmagają się z procesami biurokratycznymi oraz niepewnością co do perspektyw ich statusu prawnego. Włączenie ekonomiczne pozostaje poważnym wyzwaniem, a wiele osób spotyka się z dyskryminacją na rynku pracy i mieszkaniowym. Bariera językowa okazuje się być wszechobecnym problemem, wpływającym na wszystkie aspekty życia, od dostępu do opieki zdrowotnej po edukację. Włączenie społeczne jest utrudnione przez przypadki dyskryminacji i niezrozumienia kulturowego, chociaż istnieją pozytywne przykłady akceptacji przez lokalną społeczność.

W badaniu wskazano kilka szczególnie narażonych grup, przed którymi stoją złożone wyzwania, w tym osoby z niepełnosprawnościami, osoby starsze, rodziny z dziećmi i osoby LGBTIQ+. Grupy te często wymagają wsparcia dostosowanego do ich potrzeb, aby przezwyciężyć konkretne bariery w integracji. W raporcie wskazano również na zmieniający się krajobraz wsparcia, z odnotowanym spadkiem działalności organizacji pozarządowych i wyczerpaniem się funduszy na pomoc uchodźcom, co dodatkowo potęguje niepewność, z jaką boryka się wiele osób.

Co najważniejsze, badanie podkreśla znaczenie aktywnego słuchania osób uchodźczych i angażowania ich w procesy decyzyjne mające wpływ na ich życie. Takie partycypacyjne podejście sprawia, że pomoc jest dostosowana do ich rzeczywistych potrzeb i preferencji, a nie narzucana odgórnie. W oparciu o te ustalenia i zasadę uczestnictwa, w raporcie zaproponowano szereg rozwiązań i zaleceń. Obejmują one usprawnienie procedur administracyjnych, zwiększenie możliwości nauki języka polskiego, poprawę dostępu do rynku pracy, opracowanie programów wspierających spójność społeczną oraz opracowanie ukierunkowanych programów dla grup szczególnie wrażliwych. Zalecenia podkreślają potrzebę skoordynowanego podejścia obejmującego organy rządowe, partnerów humanitarnych i UNHCR, w ścisłej współpracy ze środowiskami uchodźczymi, w celu sprostania wielu wyzwaniom i promowania skutecznego włączenia osób uchodźczych w społeczeństwo polskie.

	Główne obawy	Zalecenia osób uchodźczych
Status prawny i dokumentacja	• Złożoność procesów dokumentacyjnych • Nieoczekiwana utrata statusu ochrony czasowej • Długi czas oczekiwania na zezwolenie na pobyt • Niespójna interpretacja przepisów przez różne instytucje • Niepewność co do długoterminowego statusu w Polsce	• Uproszczenie i usprawnienie procedur legalizacji pobytu • Zapewnienie jasnych przewodników krok po kroku w różnych językach • Poszerzenie dostępu do porad i wsparcia prawnego • Zapewnienie spójnej interpretacji przepisów przez różnych przedstawicieli instytucji
Włączenie ekonomiczne i stabilność mieszkaniowa	• Dyskryminacja na rynku pracy i mieszkaniowym • Trudności w znalezieniu pracy odpowiadającej kwalifikacjom • Niepewna sytuacja na rynku pracy (umowy krótkoterminowe, niskie płace) • Brak bezpieczeństwa mieszkaniowego, zwłaszcza po ograniczeniu dostępności zakwaterowania zbiorowego • Wyzwania związane z uznawaniem zagranicznych kwalifikacji akademickich i zawodowych	• Organizowanie targów pracy ze szczególnym uwzględnieniem grup szczególnie wrażliwych (osoby starsze, osoby z niepełnosprawnością) • Wsparcie uznawalności zagranicznych kwalifikacji • Zapewnienie szkoleń zawodowych dostosowanych do polskiego rynku pracy • Wzmocniennie przedsiębiorczości uchodźczej poprzez wsparcie udziału w targach sztuki i programach grantowych • Programy wsparcia finansowego na pokrycie kosztów mieszkaniowych
Dostęp do usług i informacji	• Bariery językowe w dostępie do opieki zdrowotnej i innych usług • Długi czas oczekiwania na wizytę lekarską • Brak jasnych informacji o dostępnych usługach i prawach • Ograniczone umiejętności cyfrowe utrudniające dostęp do usług online	• Zwiększenie liczby ukraińskojęzycznych pracowników opieki zdrowotnej • Stworzenie sieci tłumaczy-wolontariuszy pomagających w dostępie do różnych usług • Stworzenie scentralizowanej, wielojęzycznej platformy informacyjnej • Szkolenia z zakresu umiejętności cyfrowych
Włączenie społeczne	• Przypadki dyskryminacji i nieporozumień kulturowych • Trudności w budowaniu więzi z lokalną społecznością • Zastraszanie i przemoc rówieśnicza w szkołach • Poczucie wyobcowania, szczególnie w przypadku grup szczególnie wrażliwych • Rosnące napięcia z lokalną społecznością	• Programy mentorskie i wydarzenia angażujące zarówno społeczność uchodźczą jak i przyjmującą, aby ułatwić wymianę kulturową • Szkolenia w zakresie kompetencji kulturowych dla pracowników usług publicznych • Kampanie edukacyjne na temat wkładu osób uchodźczych w polskie społeczeństwo
Edukacja i przyswajanie języka	• Trudności w zrozumieniu i poruszaniu się po polskim systemie edukacji • Wyzwania związane z jednoczesną nauką w dwóch systemach edukacji (polski i ukraiński online) • Bariery językowe wpływające negatywnie na postępy w nauce i włączenie społeczne • Ograniczona dostępność zaawansowanych kursów języka polskiego	• Programy wsparcia edukacyjnego dla dzieci uchodźczych • Specjalistyczne szkolenia językowe w kontekście zawodowym • Kompleksowe kursy językowe uwzględniających szczególne potrzeby edukacyjne różnych grup (np. osób starszych, nastolatków)
Zdrowie psychiczne i dobrstan psychospołeczny	• Ograniczony dostęp do usług w zakresie zdrowia psychicznego w językach ojczystych oraz do kompetentnych kulturowo specjalistów • Stygmatyzacja kwestii zdrowia psychicznego • Ciągły stres i niepokój związany z przymusowym opuszczeniem swojego kraju, domu i członków rodziny, oraz niepewnością co do przyszłości	• Zwiększenie dostępności usług w zakresie zdrowia psychicznego w różnych językach • Utworzenie grup wsparcia w celu wymiany doświadczeń • Tworzenie bezpiecznych przestrzeni umożliwiających dostęp do wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego dla grup szczególnie narażonych • Warsztaty uświadamiające na temat zdrowia psychicznego

I. Wstęp

Uzasadnienie

Oceny partycypacyjne są filarem podejścia UNHCR opartego na współpracy z lokalnymi społecznościami. Celem tego podejścia jest budowanie partnerstwa z osobami uchodźczymi i ich rzeczywiste zaangażowanie w podejmowanie decyzji mających wpływ na ich życie. Badanie służy głębszemu zrozumieniu zagrożeń, z jakimi borykają się osoby uchodźcze w różnym wieku, różnej płci i z różnych środowisk, przy jednoczesnym rozpoznaniu ich możliwości i proponowanych rozwiązań.

Dzięki wspieraniu ustrukturyzowanego dialogu ze społecznościami uchodźczymi, UNHCR i partnerzy mogą pozyskiwać rzetelne informacje na temat konkretnych wyzwań związanych z ich ochroną, przyczyn i rekomendacji płynących od samych społeczności.

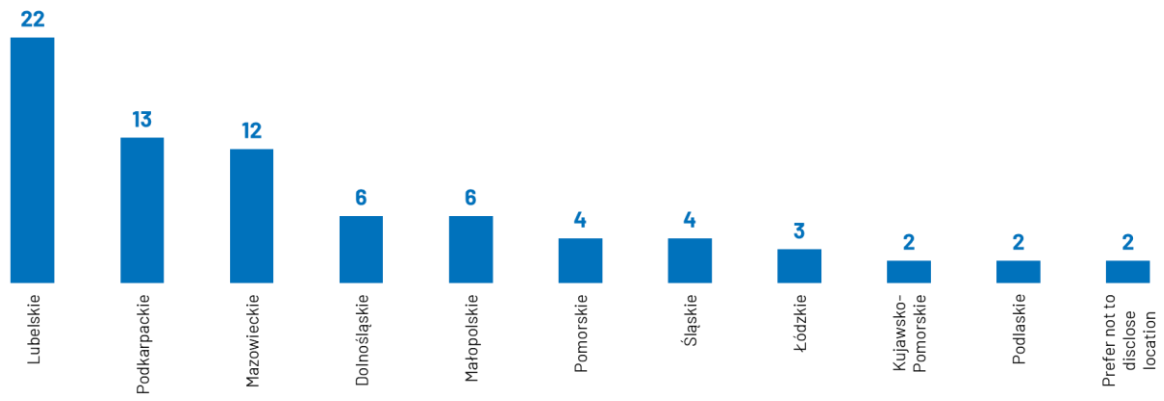
Partycypacyjny charakter tych badań nie tylko podnosi jakość i trafność gromadzonych danych, ale także wzmacnia pozycję osób uchodźczych, uznając ich sprawczość i wiedzę. Takie podejście ma kluczowe znaczenie dla opracowania trwałych rozwiązań i wzmacniania społeczności uchodźczych.

Metodologia

Ocena partycypacyjna 2024 została przeprowadzona przy użyciu kompleksowego podejścia, które łączyło zogniskowane dyskusje grupowe i wywiady z kluczowymi informatorami. To mieszane podejście pozwoliło na szczegółowe zrozumienie wyzwań i doświadczeń osób uchodźczych i osób ubiegających się o ochronę.

W okresie od stycznia 2024 r. do stycznia 2025 r. przeprowadzono łącznie 76 sesji. Gromadzenie danych zostało rozłożone na cały rok, przy czym 22 wywiady przeprowadzono od stycznia do czerwca 2024 r., 9 wywiadów od września do listopada 2024 r., a większość (45) w grudniu 2024 r. i styczniu 2025 r. Wywiady te objęły 10 województw.

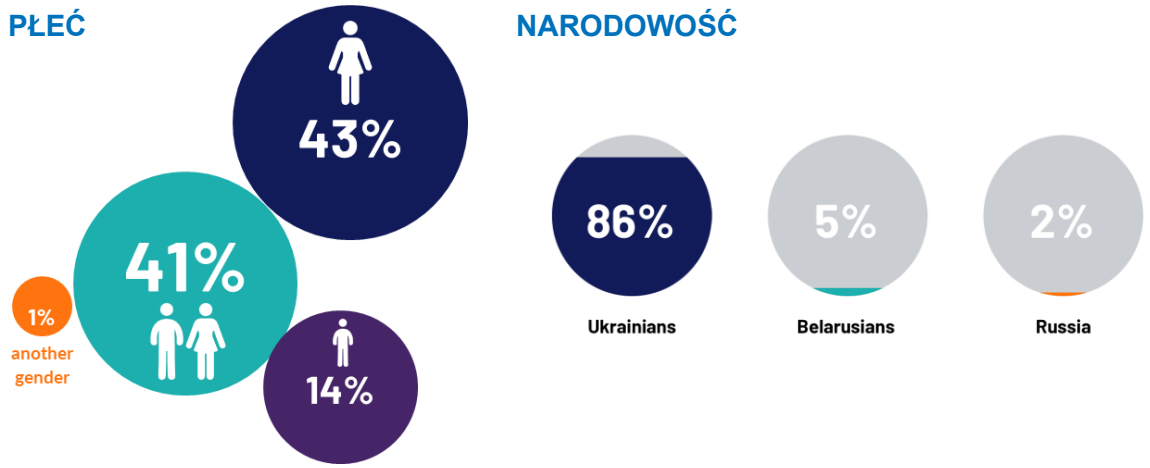
Liczba wywiadów z podziałem na województwa[1]



[1] *Warto zauważyć, że w niektórych województwach wywiady przeprowadzono w jednym mieście, podczas gdy w innych były one rozłożone na kilka różnych miast. Na przykład w województwie dolnośląskim wszystkie wywiady przeprowadzono we Wrocławiu, podczas gdy w województwie lubelskim wywiady odbyły się w kilku lokalizacjach, w tym w Lublinie, Chełmie i Białej Podlaskiej.*

Scenariusze wywiadów zostały opracowane przy użyciu podejścia uwzględniającego wiek, płeć i różnorodność, aby zapewnić, że różne profile osób czuły się swobodnie dzieląc się swoimi doświadczeniami. W niektórych przypadkach przeprowadzono oddzielne sesje z różnymi grupami, takimi jak młodzież, osoby starsze, osoby z niepełnosprawnościami, osoby reprezentujące mniejszości i osoby LGBTIQ+. Niektóre wywiady, które nie były specjalnie poświęcone osobom z niepełnosprawnościami, obejmowały uczestników z niepełnosprawnościami lub ich opiekunów, co dodatkowo wzbogaciło różnorodność perspektyw. W wywiadach uczestniczyli mieszkańcy zbiorowego zakwaterowania, a także osoby mieszkające niezależnie, zapewniając wgląd w różne sytuacje życiowe.

Ogólny profil uczestników



Większość uczestników (co najmniej 86%) pochodziła z Ukrainy, mniejsza liczba z Białorusi (co najmniej 5%), Federacji Rosyjskiej (co najmniej 2%) i innych krajów, w tym członków społeczności przyjmującej. Większość uchodźców (co najmniej 82%) posiadała status ochrony czasowej, a co najmniej 7% ochronę międzynarodową. Badanie obejmowało również osoby w procedurze ubiegania się o ochronę międzynarodową.

Spośród 577 uczestników odnotowano zróżnicowany rozkład płci. Przeprowadzono 35 wywiadów z grupami składającymi się wyłącznie (43% uczestników), 16 grup wyłącznie męskich (14%) i 24 grupy mieszane (41%). Dodatkowo w badaniu uczestniczyło 8 osób identyfikujących się jako niebinarne.

Wiek uczestników był zróżnicowany, od nastolatków po osoby starsze. Łącznie przeprowadzono 53 wywiady z osobami dorosłymi (63% uczestników). Młodzi ludzie w wieku od 10 do 24 lat stanowili znaczną część uczestników (20%) i wzięli udział w 10 wywiadach. Seniorzy w wieku 60 lat i starsi stanowili 9% uczestników, z którymi przeprowadzono 7 dedykowanych sesji. Ponadto 6 wywiadów obejmowało szeroki przedział wiekowy od 10 do 60 lat i więcej, co stanowiło 7% uczestników.

Każdy region niezależnie wybrał grupy docelowe i tematy swoich dyskusji partycypacyjnych, dostosowując swoje podejście do lokalnych kontekstów i priorytetów.

Ograniczenia

Ograniczenia badania obejmują przede wszystkim selektywność zebranego materiału, w szczególności brak możliwości uogólnienia wyników na szerszą populację. Mimo to, uzyskane dane stanowią ważną

część szerszych ram badawczych. Mogą one pomóc zidentyfikować obszary, w których należy prowadzić dalsze badania, a także w których dane powinny być gromadzone bardziej systematycznie.

Ponadto należy zauważyć, że badania opierały się na częściowo ustrukturyzowanych i otwartych dyskusjach, które mają następujące ograniczenia:

- Brak lub tylko częściowa standaryzacja, co może prowadzić do niespójności w zadawanych pytaniach i uzyskanych odpowiedziach, utrudniając porównanie wyników.
- Ryzyko subiektywizmu moderatora, który może nieświadomie wpływać na przebieg dyskusji, interpretację odpowiedzi lub wybór tematów.
- Dominacja dyskusji przez niektórych uczestników, co może ograniczać różnorodność perspektyw.
- Presja społeczna, która może skłaniać uczestników do dostosowywania swoich wypowiedzi do oczekiwań grupy, potencjalnie prowadząc do autocenzury i niepełnej szczerości.
- Wyzwania związane z analizą danych, ponieważ luźno ustrukturyzowane rozmowy generują dużą ilość nieustrukturyzowanych danych, co utrudnia kategoryzację i porównanie.

Pomimo tych wyzwań, podejście to dostarcza cennych spostrzeżeń, które mogą ukierunkować bardziej systematyczne i kompleksowe badania w przyszłości oraz pomóc w opracowaniu bardziej skutecznych strategii wsparcia osób uchodźczych. Wyniki badania mogą przyczynić się do udoskonalenia polityk i programów, aby lepiej reagować na rzeczywiste doświadczenia i priorytety społeczności uchodźczych w Polsce.

II. Główne wnioski

W pułapce biurokracji. Wyzwania związane ze statusem prawnym i dokumentacją

Osoby uchodźcze w Polsce często **uwikłane są w złożoną i skomplikowaną sieć biurokratycznych procesów**, gdy starają się uzyskać lub odnowić niezbędne dokumenty. Wyzwania zaczynają się już na granicy, gdzie niespójne informacje i różne interpretacje przepisów przez urzędników granicznych mogą nadać ton podróży przez polski system prawny. Wiele osób wyrażało dezorientację i niepokój w związku z wymogami dotyczącymi różnych statusów prawnych i dokumentów. Obawy dotyczyły przede wszystkim potencjalnych konsekwencji tych wyborów dla swobody przemieszczania się, dostępu do usług wsparcia oraz długoterminowych perspektyw włączenia społecznego.

Niepewność statusu prawnego okazała się jednym z głównych powodów do niepokoju. Osoby uchodźcze dzieliły się historiami o nieoczekiwanej utracie statusu ochrony czasowej, czasami z powodu drobnych niedopatrzeń lub nieporozumień. Jeden z uczestników opowiedział o przykrym doświadczeniu utraty statusu, mimo że nie opuścił Polski, co skutkowało wielomiesięcznym procesem kontaktowania się z punktami granicznymi w celu udowodnienia swojej obecności w kraju. Ta niepewność sprawia, że osoby uchodźcze czują się bezbronne i niechętnie podróżują, nawet na krótkie okresy, w obawie przed utratą statusu prawnego.

Złożoność i nieprzejrzystość procesu dokumentacyjnego dodatkowo zwiększa stres. Wiele osób wyraziło frustrację z powodu **braku jasnych i przystępnych informacji na temat procedur**. Wysokie koszty związane z przetwarzaniem dokumentów i pomocą prawną stwarzają dodatkowe bariery, szczególnie dla osób zmagających się z integracją ekonomiczną.

Osoby uchodźcze często znajdują się w paradoksalnych sytuacjach biurokratycznych. Na przykład, niektórzy z nich zgłaszali, że muszą wrócić do kraju pochodzenia, aby uzyskać określone dokumenty lub zaktualizować informacje, ale nie byli w stanie tego zrobić ze względu na ich obecny status prawny lub ograniczenia finansowe. Dylemat ten jest szczególnie dotkliwy dla mężczyzn z Ukrainy w wieku poborowym, którzy są narażeni na dodatkowe ryzyka w przypadku powrotu do kraju pochodzenia.

Zmiany w ustawodawstwie i ich niespójne interpretacje przez różne organy państwowe dodatkowo komplikują sytuację. Uczestnicy zgłaszali otrzymywanie sprzecznych informacji, co prowadziło do zamieszania i braku zaufania.

Dla niektórych wyzwania te stanowią kulminację ciągłego poczucia niepewności oraz odzwierciedlają głęboki wpływ problemów związanych z dokumentacją na poczucie bezpieczeństwa i zdolność do budowania stabilnego życia w Polsce.

- *„Nasz status został cofnięty, mimo że nie opuściliśmy Polski. Musieliśmy pisać do wielu punktów granicznych, aby otrzymać pisemne potwierdzenie, że nie przekroczyliśmy granicy." (woj. śląskie, grupa mężczyzn w wieku 25-60+)*
- *„Nie czuję się w 100% bezpiecznie, obawiam się, że zostaniemy deportowani. Więc wypłaciłem wszystkie pieniądze z kart bankowych i przygotowałem walizkę awaryjną. Mam cztery plany ewakuacji z Wrocławia." (woj. dolnośląskie, grupa mężczyzn w wieku 18-59)*

Budowanie fundamentów. Włączenie ekonomiczne i stabliność mieszkaniowa

Sytuacja finansowa osób uchodźczych jest często niepewna, a wielu z nich ma trudności z zaspokojeniem podstawowych potrzeb. Niektórym nadal nie wystarcza środków na podstawowe wydatki i opłaty oraz są w dużej mierze **zależni od świadczeń społecznych, których wysokość jest nieproporcjonalna do kosztów życia w Polsce**. Trudna sytuacja finansowa dotyka nie tylko dorosłych, ale wpływa także na integrację i dobrostan dzieci. Jeden z rodziców relacjonował, że jego dzieci nie mogą brać udziału w zajęciach pozalekcyjnych i wycieczkach szkolnych z powodu ograniczonych środków finansowych rodziny, co zmusza je do pozostania w domu, podczas gdy ich rówieśnicy uczestniczą w wyjazdach.

Dysproporcje w dostępie do zasobów i usług, których znacznie więcej oferują większe ośrodki miejskie niż mniejsze miejscowości, dodatkowo pogłębiają trudności ekonomiczne. Te różnice często zmuszają osoby uchodźcze do dokonywania trudnych wyborów między przystępną ceną a dostępem do usług i możliwości zatrudnienia.

Brak stabilności mieszkaniowej również stanowi wyzwanie - wiele osób uchodźczych ma **trudności ze znalezieniem przystępnego cenowo zakwaterowania**. Sytuacja jest szczególnie trudna dla osób mieszkających w ośrodkach zbiorowego zakwaterowania, gdzie często podnoszone są kwestie związane z brakiem prywatności i nieodpowiednimi warunkami mieszkaniowymi. Jedna z osób opisała zatłoczenie panujące w ośrodku i brak odpowiednich urządzeń do gotowania dla tak dużej liczby mieszkańców.

Zakończenie programu 40+ pogłębiło kryzys mieszkaniowy wśród społeczności uchodźczej z Ukrainy, stawiając wiele osób w obliczu nagłej niepewności mieszkaniowej oraz rosnących obciążeń finansowych. **Dyskryminacja na rynku mieszkaniowym** stanowi dodatkową barierę. Uczestnicy zgłaszali przypadki, w których wynajmujący odmawiali podpisania umowy z osobami nieposiadającymi udokumentowanego, stabilnego dochodu, a także rodzinom z dziećmi lub zwierzętami. Sytuacja ta utrwala cykl zależności od ośrodków zbiorowego zakwaterowania i utrudnia osobom uchodźczym osiągnięcie samodzielności.

Tymczasowość statusu pobytowego, a także zmieniające się ustawodawstwo wpływają na sytuację osób uchodźczych. Na przykład utrata statusu ochrony czasowej skutkuje brakiem dostępu do bezpłatnego zakwaterowania w ośrodkach zbiorowego zakwaterowania i blokuje dostęp do bezpłatnej opieki medycznej zapewnianej przez rząd. Ta niestabilność powoduje ciągły stan niepokoju, ponieważ osoby uchodźcze obawiają się, że ich obecna sytuacja ekonomiczna może ulec zmianie w dowolnym momencie z powodu czynników znajdujących się poza ich kontrolą.

Osoby uchodźcze w Polsce stoją przed poważnym wyzwaniem związanym **z zapewnieniem stabilnego zatrudnienia**, które ma fundamentalne znaczenie dla ich integracji i dobrobytu. Włączenie ekonomiczne jest szczególnie problematyczne dla osób starszych i z niepełnosprawnościami, które często mają ograniczone możliwości zatrudnienia. Ponadto wiele osób uchodźczych znajduje się w niepewnej sytuacji zatrudnienia, pracując bez umów lub za niższe wynagrodzenie niż ich polscy koledzy.

Formalności związane z uznawaniem zagranicznych kwalifikacji zmuszają wielu wysoko wykwalifikowanych specjalistów do podjęcia pracy poniżej ich kompetencji. Trudności w znalezieniu zatrudnienia odpowiadającego ich umiejętnościom i doświadczeniu stanowią nie tylko wyzwanie ekonomiczne, ale również wpływają negatywnie na samoocenę osób uchodźczych oraz proces ich włączenia w społeczeństwo polskie.

- *„Zarabiam około 500 zł miesięcznie i otrzymuję 400 zł z MOPSu. Czynsz za mieszkanie wynosi 850 zł. Jak mam przeżyć za 50 zł miesięcznie?" (woj. pomorskie, grupa kobiet w wieku 60+)*
- *„Pracuję jako sprzątaczka bez umowy, ponieważ mój pracodawca nie chce mnie oficjalnie zatrudnić. Powiedział, że jeśli mi się to nie podoba, mogę odejść, ale mam rodzinę do wykarmienia, więc nie mam wyboru." (woj. podkarpackie, grupa kobiet w wieku 18-59)*
- *„Ukraińcom często odmawia się możliwości wynajmu, chyba że przedstawią potwierdzenie dochodów. Rodziny z dziećmi lub zwierzętami są szczególnie dyskryminowane, powodując, że jest to błędne koło, które uniemożliwia nam opuszczenie ośrodka." (woj. podkarpackie, grupa kobiet w wieku 18-59)*

Nawigowanie po systemach. Dostęp do usług i informacji

Dostęp do podstawowych usług, w szczególności opieki zdrowotnej, jest priorytetem dla wielu osób uchodźczych w Polsce. Język jest główną barierą, uniemożliwiającą skuteczną komunikację i ograniczającą możliwość dostępu do istotnych informacji. Wiele osób zgłasza długi czas oczekiwania na wizyty lekarskie, zwłaszcza u specjalistów, co może mieć poważne konsekwencje dla osób z przewlekłymi schorzeniami lub pilnymi potrzebami zdrowotnymi.

Złożoność polskiego systemu opieki zdrowotnej często wywołuje **poczucie zagubienia i frustracji**. Jeden uczestnik opisał trudności w zrozumieniu, który lekarz jest odpowiedzialny za jaką funkcję, zauważając, że nawet proste sprawy wymagają znacznego czasu i wysiłku. Zamieszanie pogłębia brak jasnych informacji o dostępnych usługach i prawach pacjenta, przez co wiele osób nie wie, do jakiej opieki medycznej ma prawo, a także jak z niej skorzystać.

Niektóre osoby uchodźcze doświadczyły, w ich ocenie, niewłaściwego zachowania ze strony personelu medycznego. Jeden z uczestników opowiedział o sytuacji, w której lekarz poprosił go o wcześniejsze zakończenie wizyty z powodu braku znajomości języka polskiego. Inny uczestnik opisał incydent, w

którym służby ratunkowe rzekomo odmówiły pomocy noworodkowi wymagającemu opieki[2], podkreślając możliwość dyskryminacji nawet w sytuacjach kryzysowych.

Te negatywne doświadczenia, w połączeniu z wyzwaniami dotyczącymi poruszania się po nieznanym systemie, skłoniły niektóre osoby uchodźcze do rozważenia **powrotu do Ukrainy w celu uzyskania opieki medycznej**. Jak zauważyli niektórzy uczestnicy, często łatwiej jest udać się na leczenie do Ukrainy, a następnie wrócić, niż szukać opieki medycznej w Polsce. Tendencja ta budzi obawy o ciągłość opieki i potencjalne ryzyko związane z podróżą do strefy objętej konfliktem w celu uzyskania usług zdrowotnych.

Sytuacja jest szczególnie problematyczna dla grup mniejszościowych. Na przykład niektóre osoby LGBTIQ+ zgłosiły przypadki dyskryminacji w placówkach opieki zdrowotnej i trudności w dostępie do specjalistycznej opieki, która odpowiadałaby ich szczególnym potrzebom. Niektórym z nich lekarze odmówili udzielenia niezbędnego leczenia lub wydania skierowań, na przykład dotyczących terapii hormonalnej w celu zmiany płci, z powodu restrykcji politycznych lub uprzedzeń.

System pomocy społecznej stwarza podobne trudności. Wiele osób uchodźczych **nie jest świadomych pełnego zakresu dostępnych dla nich programów pomocy społecznej lub kryteriów kwalifikowalności**. Ten brak informacji może prowadzić do utraty możliwości uzyskania wsparcia i zwiększonego stresu, gdy próbują oni zrozumieć swoje uprawnienia na podstawie fragmentarycznych źródeł.

Edukacja to kolejny obszar, w którym często brakuje jasnych informacji. **Rodzice mają trudności ze zrozumieniem polskiego systemu edukacji**, w tym procedur zapisów, systemów oceniania i wsparcia dostępnego dla osób niebędących rodzimymi użytkownikami języka polskiego. Ta luka informacyjna może mieć długoterminowe konsekwencje dla integracji dzieci i ich sukcesów w nauce.

Kwestię dostępu do informacji dodatkowo komplikuje wykluczenie cyfrowe. Chociaż pewne informacje są dostępne, często nie są one w językach zrozumiałych dla osób uchodźczych lub wymagają umiejętności cyfrowych, których nie wszyscy posiadają. Może to prowadzić do polegania na informacjach przekazywanych ustnie, które choć pomocne, czasami mogą być niedokładne lub niekompletne.

W odpowiedzi na te wyzwania wiele osób uchodźczych polega na lokalnych sieciach społecznościowych i organizacjach pozarządowych w celu uzyskania informacji i pomocy w poruszaniu się po tych złożonych systemach. Te nieformalne struktury wsparcia często wypełniają krytyczne luki w oficjalnych kanałach informacyjnych, zapewniając osobom uchodźczym dostęp do informacji w ich własnym języku i oferując spersonalizowane porady. Jednak dostępność tych usług może się znacznie różnić w zależności od lokalizacji, co sprawia, że **osoby uchodźcze mieszkające w mniejszych miastach lub na obszarach wiejskich mają bardziej ograniczony dostęp do informacji i pomocy** w porównaniu z osobami przebywającymi w większych ośrodkach miejskich.

W niektórych regionach ograniczenia finansowe doprowadziły do redukcji działań organizacji pozarządowych, co pogłębiło lukę informacyjną. W efekcie zmniejszył się dostęp do usług wsparcia, zwłaszcza kursów językowych i działań integracyjnych, które wcześniej były szeroko dostępne i stanowiły istotne źródło informacji dla społeczności uchodźczej.

- *„Po operacji pacjent korzysta z rehabilitacji. Ale nie wiem, jak uzyskać informacje na jej temat – gdzie i kiedy mam do niej prawo." (woj. pomorskie, grupa kobiet 60+)*

[2] *Choć kwestie te zostały poruszone podczas dyskusji, UNHCR nie był w stanie niezależnie zweryfikować poszczególnych przypadków.*

- *„Takie informacje nie są dostępne. Nie każdy przyjeżdża do kogoś, kogo już zna." (woj. kujawsko-pomorskie, grupa kobiet w wieku 18-59)*

Poszukiwanie wspólnej płaszczyzny. Włączenie społeczne

Droga do włączenia społecznego osób uchodźczych w Polsce to złożony proces niekiedy naznaczony przypadkami dyskryminacji, ale również budującymi przykładami społecznej akceptacji.

Dyskryminacja przejawia się w wielu formach i okolicznościach, wpływając na osoby uchodźcze w różny sposób. W miejscu pracy spotykają się one z nierównym traktowaniem, takim jak niższe wynagrodzenie czy odmowa awansu pomimo odpowiednich kwalifikacji. W obszarze edukacji dzieci uchodźcze często ponoszą ciężar napięć społecznych, a **incydenty zastraszania i wykluczenia** nie są rzadkością. Niektóre dzieci są nękane werbalnie lub izolowane społecznie przez rówieśników. Jeden z rodziców opowiedział o tym, jak jego dziecko odmawia chodzenia do szkoły i chowa się pod biurkiem z powodu uporczywego nękania przez kolegów. Takie doświadczenia mogą mieć długotrwały wpływ na samopoczucie psychiczne dziecka, poczucie przynależności i wyniki w nauce.

Przestrzeń publiczna też może stać się miejscem dyskryminacji. Niektórzy zgłaszali przypadki przemocy werbalnej lub wrogiego nastawienia, gdy używali języka ojczystego w przestrzeni publicznej. Chociaż incydenty te nie są powszechne, przyczyniają się do poczucia inności i mogą utrudniać komfortowe funkcjonowanie w nowych społecznościach.

Pomimo tych wyzwań istnieją czynniki, które mogą znacznie ułatwić włączenie społeczne. **Nauka języka polskiego jest kluczowym elementem**, a wiele osób odkrywa, że umiejętności językowe otwierają drzwi do lepszych możliwości zatrudnienia i kontaktów społecznych. Inicjatywy angażujące społeczność, takie jak wydarzenia kulturalne lub wspólny wolontariat, okazały się skuteczne w niwelowaniu różnic kulturowych i wspieraniu wzajemnego zrozumienia.

Pozytywne przykłady integracji dają nadzieję i wyznaczają kierunek dla przyszłych działań. Niektóre osoby relacjonują, że udało im się nawiązać bliskie przyjaźnie z polskimi kolegami, szczególnie w zróżnicowanych środowiskach pracy. Inni znaleźli akceptację i wsparcie dzięki udziałowi w lokalnych inicjatywach i klubach. Na przykład, grupa starszych uchodźczyń ciepło wypowiadała się o swoim uczestnictwie w klubie seniora, gdzie nawiązały relacje z polskimi rówieśniczkami. Udział w spotkaniach pozwolił im nie tylko poprawić umiejętności językowe, ale również poszerzyć kontakty społeczne

Lokalne inicjatywy łączące społeczność uchodźczą ze społecznością przyjmującą okazują się obiecujące. Festiwale kulturalne, wydarzenia sportowe i projekty społeczne, w których przedstawiciele obydwu grup współpracują ramię w ramię, są często wskazywane w dyskusjach jako skuteczne sposoby przełamywania barier i budowania wzajemnego zaufania. Takie interakcje nie tylko pomagają osobom uchodźczym poczuć się bardziej związanymi z nowym otoczeniem, ale także dają polskiemu społeczeństwu możliwość poznania i docenienia kultur oraz doświadczeń ich sąsiadów.

Mimo to, w procesie włączenia społecznego nadal pozostają istotne bariery. Niektóre osoby uchodźcze zgłaszają poczucie zmęczenia oraz obserwują spadek otwartości ze strony polskiego społeczeństwa w miarę upływu czasu, co utrudnia nawiązywanie nowych relacji, zwłaszcza gdy początkowa fala solidarności zaczyna słabnąć. Geograficzna koncentracja osób uchodźczych w niektórych regionach, choć sprzyja budowaniu poczucia wspólnoty, może jednocześnie ograniczać szerszą integrację z lokalną społecznością.

- *„Po pracy wychodzę na kilka piw z polskimi współpracownikami, ale mam niewielki kontakt z sąsiadami lub innymi lokalnymi mieszkańcami." (woj. kujawsko-pomorskie, grupa mężczyzn w wieku 25-59)*
- *„Raz w poczekalni u lekarza usłyszałam 'Za dużo jest was tutaj' [uchodźców z Ukrainy w Polsce]." (woj. pomorskie, grupa kobiet w wieku 60+)*
- *„Szliśmy i siedmiu Polaków zaczęło się zachowywać głośno po tym jak usłyszeli język ukraiński." (woj. dolnośląskie, grupa nastolatków w wieku 15-17)*

Nauka przynależności. Edukacja i przyswajanie języka

Edukacja i nauka języka mają kluczowe znaczenie dla włączenia społecznego osób uchodźczych, ale wiążą się z poważnymi wyzwaniami. Dla dzieci przystosowanie się do polskiego systemu edukacji jest często trudnym zadaniem. Wiele z nich napotyka poważne bariery językowe, które utrudniają im postępy w nauce. Jeden z rodziców opisał zmagania swojego dziecka ze słabą znajomością języka polskiego, niewystarczającym wsparciem w odrabianiu prac domowych i poczuciem izolacji spowodowanym byciem jedynym Ukraińcem w klasie, pomimo wysiłków niektórych nauczycieli, aby pomóc mu po godzinach lekcyjnych. Odczucia te potwierdza wiele rodzin, podkreślając między innymi **potrzebę bardziej kompleksowego wsparcia językowego w szkołach**.

Co ciekawe, wiele rodzin uchodźczych zdecydowało się na podwójne podejście do edukacji, z dziećmi uczęszczającymi zarówno do polskich szkół, jak i kontynuującymi ukraińską edukację online. Chociaż strategia ta jest potencjalnie korzystna dla utrzymania więzi kulturowych i zapewnienia ciągłości edukacyjnej, wiąże się również z wyzwaniami. Niektórzy rodzice wyjaśniali, że takie podejście wynika z niepewności co do długości ich pobytu w Polsce i chęci zapewnienia dzieciom możliwości ukończenia edukacji w Ukrainie po powrocie. Może to jednak prowadzić do zwiększonego stresu i obciążenia dzieci dodatkowymi obowiązkami.

Rola asystentów międzykulturowych w szkołach została uznana za kluczową. Tam, gdzie są obecni, znacznie pomagają dzieciom uchodźczym w poruszaniu się po polskim systemie edukacji i przezwyciężeniu wyzwań związanych z różnicami kulturowymi. Jednak ich obecność jest zróżnicowana w zależności od szkoły i regionu.

Dla dorosłych dostęp do kursów języka polskiego jest kwestią kluczową. Wielu uczestników wyraziło frustrację z powodu ograniczonej dostępności kursów, szczególnie na poziomie średnio zaawansowanym i zaawansowanym. Jedna z osób opisała, że próbowała uczęszczać na bezpłatne lekcje języka polskiego oferowane przez lokalny projekt, ale okazało się, że są one w pełni zarezerwowane już od kilku miesięcy. Ten brak **dostępnych możliwości nauki języka** znacząco utrudnia włączenie się w rynek pracy i w szersze społeczeństwo.

Jakość i struktura dostępnych kursów językowych również budzi obawy. Niektórzy zgłaszali, że kursy były zbyt krótkie lub brakowało im wymiaru praktycznego, szczególnie w zakresie praktyki mówienia. Podkreśla to potrzebę bardziej kompleksowych, długotrwałych programów nauki języka, które koncentrują się na **umiejętnościach praktycznych**.

Studenci i dorośli starający się zwiększyć swoje szanse na zatrudnienie napotykają wiele wyzwań. Niektórzy mają trudności w uznaniu ich kwalifikacji w Polsce, co często wymaga dodatkowego szkolenia lub przekwalifikowania. Pewien inżynier opisał złożoność polskiej terminologii technicznej i wyraził potrzebę specjalistycznych kursów w celu profesjonalnego zastosowania swojej wiedzy w języku

polskim. Podkreśla to potrzebę **specjalistycznych kursów językowych, które koncentrują się na terminologii zawodowej i umiejętnościach komunikacyjnych specyficznych dla danego sektora**.

Widoczne są różnice w możliwościach edukacji i nauki języka w zależności od położenia geograficznego. Osoby w większych miastach często mają dostęp do szerszej gamy kursów i usług wsparcia, podczas gdy ci w mniejszych miastach lub na obszarach wiejskich mają bardziej ograniczone możliwości.

Pomimo tych wyzwań, istnieją pozytywne przykłady włączenia edukacyjnego i nauki języka. Niektórzy opowiadali o wspierających nauczycielach, którzy zapewniali dodatkową pomoc, a inni o korzystnych działaniach integracyjnych w szkołach. Jeden z uczestników opisał, jak czuł się komfortowo w swojej polskiej szkole i szybko zaprzyjaźnił się z kolegami z klasy, co pokazuje, że **szkoły mogą być skutecznym środowiskiem integracyjnym**, jeśli zapewni się odpowiednie wsparcie.

- *„Mój polski jest nadal dość słaby. Nie mam wystarczającego wsparcia w odrabianiu prac domowych. Niektórym nauczycielom bardzo zależy i zostają po lekcjach, żeby mi pomóc, ale potrzebuję więcej pomocy, na przykład przy pisaniu rozprawek po polsku. Bardzo trudno jest być jedyną Ukrainką w klasie, zwłaszcza że mój polski nie jest dobry. Czuję się odizolowana i samotna." (woj. podkarpackie, grupa dziewcząt w wieku 10-17)*
- *„Mówię już po polsku, wszystko rozumiem, ale polski na moim poziomie nie wystarczy do pracy. Z zawodu jestem inżynierem, a terminologia w języku polskim jest bardzo skomplikowane. Muszę wziąć udział w kursach i może wtedy będę w stanie jakoś wykorzystać swoją wiedzę, gdy będę mówić po polsku na poziomie zawodowym." (woj. podkarpackie, grupa kobiet w wieku 60+)*

Leczenie niewidzialnych ran. Zdrowie psychiczne i dobrostan psychospołeczny

Zdrowie psychiczne i dobrostan psychospołeczny osób uchodźczych w Polsce są często pomijane, mimo że stanowią kluczowy aspekt ich ogólnej integracji i jakości życia. Potrzeba wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego różni się w zależności od osoby, przy czym niektórzy wyrażają pilniejsze potrzeby niż inni.

Dorośli, szczególnie ci, z doświadczeniem traumy związanej z wojną i przymusowym przemieszczeniem, często zgłaszają potrzebę wsparcia psychologicznego. Niektórzy opisują ciągłe poczucie zagrożenia, a nawet przygotowują „walizki awaryjne" w obawie przed deportacją lub rozprzestrzenieniem się konfliktu na Polskę. Psychologiczny wpływ opuszczenia domu, bliskich oraz ustabilizowanego życia ciąży na wielu osobach, powodując **trwały stres i niepokój**.

Obserwowane są znaczące różnice w poziomie dostępności i jakości wsparcia psychologicznego w polskich szkołach. Niektóre dzieci zgłaszają pozytywne doświadczenia z psychologami szkolnymi, którzy pomogli im poradzić sobie z wyzwaniami związanymi z adaptacją i integracją. Jednak inni opisują niechęć do szukania pomocy z obawy przed stygmatyzacją i negatywnym postrzeganiem przez rówieśników.

Bariery językowe stanowią istotną przeszkodę w dostępie do usług w zakresie zdrowia psychicznego. Wiele osób **preferuje wsparcie psychologiczne w języku ojczystym**, ponieważ trudno im wyrazić złożone emocje i doświadczenia w języku polskim. Ta luka językowa doprowadziła niektórych do zaprzestania korzystania z usług zdrowia psychicznego, czując, że bariera komunikacyjna utrudnia skuteczność wsparcia.

Dostępność usług w zakresie zdrowia psychicznego specjalnie dostosowanych do potrzeb uchodźczych jest również ograniczona, szczególnie w **mniejszych miastach lub na obszarach wiejskich**. Niektóre osoby zgłaszają długi czas oczekiwania na wizyty u specjalistów, podczas gdy inni opisują brak

kompetencji kulturowych i zrozumienia ich specyficznych doświadczeń przez specjalistów w zakresie zdrowia psychicznego.

Dla osób LGBTIQ+ dostęp do odpowiedniej opieki w zakresie zdrowia psychicznego może być szczególnie trudny. Spotykają się one z przypadkami dyskryminacji w placówkach opieki zdrowotnej i mają trudności ze znalezieniem specjalistów, którzy rozumieją ich szczególne potrzeby i doświadczenia. Ten brak specjalistycznego wsparcia może pogłębiać poczucie izolacji i stresu.

Pomimo wyzwań związanych z dostępem do formalnego wsparcia w zakresie zdrowia psychicznego, niektóre osoby uchodźcze opracowały nieformalne systemy wsparcia, które przyczyniają się do poprawy ich samopoczucia psychicznego. W niektórych ośrodkach zbiorowego zakwaterowania mieszkańcy stworzyli dedykowane grupy w mediach społecznościowych, aby dzielić się wiarygodnymi informacjami. Wzajemne wsparcie obejmuje również praktyczną pomoc, na przykład towarzyszenie podczas wizyt lekarskich, szczególnie w przypadku grup o szczególnych potrzebach, takich jak osoby z niepełnosprawnością. Choć nieformalne sieci wsparcia nie zastępują profesjonalnych usług z zakresu zdrowia psychicznego, stanowią cenne źródło pomocy i wymiany informacji. Inicjatywy te świadczą o **odporności i zdolności osób uchodźczych do tworzenia wspierających środowisk** w trudnych warunkach.

- *„Byliśmy świadkami ofensyw wojskowych i okupacji. Moja 11-letnia córka mdlała podczas nalotów i odmawiała jedzenia. Tutaj, w ośrodku, czuje się lepiej, zaczęła jeść i uczęszcza do polskiej szkoły, gdzie nawiązała przyjaźnie." (woj. podkarpackie, grupa kobiet w wieku 18-59)*
- *„Byłam bezradna, kiedy przyjechałam. Ktoś mi pomógł. Nie wiedziałam nic o ośrodkach zakwaterowania. Mój mąż pracował w innej części Polski. Brakowało mi informacji i byłam samotna. To mnie przygnębiało, zaczęłam jeść dużo słodyczy, zachorowałam na cukrzycę. Odczułam brak spotkań z moją społecznością, które mogłyby mi dać wsparcie. Potem znalazłam Caritas, poznałam inne kobiety, zapisałam się na kursy językowe, znalazłam przyjaciół, krok po kroku odnalazłam się tutaj." (woj. łódzkie, grupa kobiet w wieku 25-59)*

GRUPY SZCZEGÓLNIE WRAŻLIWE

Podczas gdy wyzwania stojące przed osobami uchodźczymi w Polsce są często uniwersalne, niektóre grupy napotykają wyjątkowe przeszkody, które pogłębiają ich trudności integracyjne. Grupy te często **wymagają dostosowanego wsparcia i interwencji** w celu przezwyciężenia napotykanych barier. Rozumiejąc ich unikalne doświadczenia, możemy lepiej zaspokajać różnorodne potrzeby społeczności uchodźców i pracować nad bardziej włączającymi i skutecznymi strategiami integracji.

Osoby z niepełnosprawnościami i problemami zdrowotnym

Osoby z niepełnosprawnościami i chorobami przewlekłymi mierzą się z **poważnymi barierami w dostępie do odpowiednich możliwości zatrudnienia w Polsce**. Wiele z nich zgłasza, że dostępne oferty dotyczą głównie pracy fizycznej, co uniemożliwia jej podjęcie ze względu na ich stan zdrowia. To ograniczenie wpływa nie tylko na sytuację ekonomiczną tych osób, ale także utrudnia ich włączenie społeczne, ponieważ zatrudnienie jest uznawane za kluczowy element aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. W tym obszarze odnotowano też jednak pewne pozytywne historie. Niektóre osoby uchodźcze z niepełnosprawnościami znalazły tymczasowe zatrudnienie w wyspecjalizowanych

placówkach, np. jako asystenci szkolni w ośrodku dla dzieci z niepełnosprawnością. Niektórzy z nich kontynuują też edukację w Polsce, aby poprawić swoje perspektywy zatrudnienia.

System opieki zdrowotnej stawia osobom z niepełnosprawnościami i chorobami przewlekłymi szczególne wyzwania. Długi czas oczekiwania na wizytę u specjalisty stanowi poważne utrudnienie. **Wysokie koszty specjalistycznych usług medycznych** i złożoność polskiego systemu opieki zdrowotnej dodatkowo zwiększają trudności. Jednak niektóre osoby z niepełnosprawnościami zgłaszają lepszy dostęp do rehabilitacji i sprzętu w Polsce niż w Ukrainie, co wskazuje na pewne pozytywne aspekty.

Według uzyskanych informacji, proces ustalania stopnia niepełnosprawności może być długotrwały i złożony. Jedna z uchodźczyń opisała go jako trwający 1,5 roku i bardzo trudny dla jej rodziny. Nawet osoby posiadające już zagraniczne dokumenty potwierdzające niepełnosprawność napotykają trudności z dokładną oceną i klasyfikacją w polskim systemie. Ta biurokratyczna bariera może opóźnić dostęp do niezbędnych usług wsparcia i zakwaterowania. Co ciekawe, niektóre kobiety zgłaszały, że nie miały problemów z uzyskaniem polskich orzeczeń o niepełnosprawności dla swoich dzieci, co sugeruje, że doświadczenia są zróżnicowane.

Bariery językowe potęgują te wyzwania, a niektóre osoby uchodźcze zgłaszają **problemy z komunikowaniem swoich potrzeb zdrowotnych polskojęzycznym lekarzom**. Może to prowadzić do nieporozumień lub nieodpowiedniego leczenia. Ponadto, niektóre osoby zgłaszały brak informacji o swoich prawach i dostępnych usługach, takich jak możliwość wypożyczenia bezpłatnego sprzętu medycznego.

Obraz sytuacji dotyczącej edukacji dzieci z niepełnosprawnościami jest zróżnicowany. Podczas gdy niektóre dzieci z powodzeniem integrują się w lokalnych polskich szkołach przy wsparciu takim jak przydzieleni asystenci dla osób z niepełnosprawnością fizyczną, inne napotykają poważne bariery w dostępie do edukacji. W przypadku dzieci z poważnymi schorzeniami lub złożonymi niepełnosprawnościami, edukacja stacjonarna jest często niemożliwa, co podkreśla **krytyczną potrzebę specjalistycznych rozwiązań edukacyjnych dla osób z niepełnosprawnościami**.

Wsparcie rówieśnicze w ośrodkach zbiorowego zakwaterowania okazało się kluczowe dla wielu osób z niepełnosprawnościami, obejmując pomoc w opiece nad dziećmi, transporcie oraz innych codziennych sprawach. Zaangażowanie społeczności lokalnej pomaga łagodzić część trudności, z jakimi mierzy się ta szczególnie wrażliwa grupa.

Osoby starsze

Dla osób starszych przyswajanie języka polskiego jest szczególnym wyzwaniem, a bariera językowa poważnie ogranicza ich zdolność do interakcji z lokalną społecznością i niezależnego dostępu do usług. Ponadto osoby uchodźcze w starszym wieku często mają trudności z budowaniem nowych sieci społecznych w Polsce, zwłaszcza poza zorganizowanymi aktywnościami czy wydarzeniami. Choć niektórzy uczestniczą w klubach seniora i oceniają je jako wartościowe, **możliwości nawiązywania głębszych relacji z lokalną społecznością polską są nadal ograniczone.**

Dyskryminacja na rynku pracy jest kolejnym poważnym problemem dla osób starszych. Wielu z nich zgłasza, że **odrzucono ich aplikacje o pracę tylko ze względu na wiek, niezależnie od ich kwalifikacji lub doświadczenia**. Kiedy znajdują pracę, często jest ona tymczasowa, w niepełnym wymiarze godzin i bez formalnej umowy. Wynikająca z tego niestabilność finansowa jest dotkliwa, a niektórzy zgłaszają, że ich

łączny dochód z pracy w niepełnym wymiarze godzin i pomocy społecznej ledwo wystarcza na pokrycie podstawowych kosztów utrzymania.

Złożoność procedur administracyjnych, szczególnie w odniesieniu do transferu emerytur z krajów ojczystych do Polski, dodaje kolejną warstwę trudności. Wiele osób wyraża dezorientację i frustrację z powodu braku jasnych informacji na temat tego procesu. Z drugiej strony, poleganie wyłącznie na zagranicznych emeryturach nie jest rozwiązaniem, ponieważ są one niewystarczające w polskim kontekście.

Wiele starszych osób zmaga się również z **niestabilnością mieszkaniową**. Niektórzy mieszkają w miejscach zbiorowego zakwaterowania, które mogą nie być dostosowane do ich potrzeb związanych z wiekiem. Inni stoją w obliczu wyzwań na prywatnym rynku najmu, głównie związanych z wysokimi kosztami czynszu i opłat.

Rodziny i dzieci[3]

Podczas gdy trudności w zrozumieniu polskiego systemu szkolnictwa zostały wspomniane wcześniej, ważne jest, aby podkreślić ich szczególny wpływ na dzieci i rodziców. Wiele rodzin przyjmuje podwójne podejście do edukacji, z dziećmi jednocześnie uczęszczającymi do polskich szkół i kontynuującymi ukraińską edukację online. Strategia ta, choć pozwala zachować więzi kulturowe, zwiększa stres i obciążenie dzieci obowiązkami szkolnymi.

Bariera językowa, choć zwykle mniej problematyczna dla dzieci niż rodziców, nadal stanowi wyzwanie, zwłaszcza w przypadku przedmiotów szkolnych takich jak biologia i matematyka. Rodzicom zaś utrudnia ona skuteczną komunikację ze szkołami i nauczycielami.

Zgłaszane są trudności z integracją w szkole, przypadki zastraszania i dyskryminacji. **Nieodpowiednia reakcja nauczycieli i psychologów szkolnych** na te sytuacje sprawia, że dzieci są bezbronne. Trudności finansowe dodatkowo ograniczają udział dzieci w wycieczkach szkolnych i zajęciach pozalekcyjnych, potencjalnie izolując je od rówieśników.

Konieczność sprawowania opieki nad dziećmi stanowi istotną barierę, zwłaszcza dla samotnych rodziców, ograniczając ich możliwości podejmowania pracy w pełnym wymiarze godzin oraz uczestniczenia w wydarzeniach integracyjnych. Dylemat między pozostaniem w domu a korzystaniem z niepewnej formy opieki nad dziećmi ma wpływ zarówno na sytuację ekonomiczną rodziny, jak i jej poczucie stabilności.

Osoby uchodźcze z różnymi statusami prawnymi

Status prawny ma znaczący wpływ na włączenie społeczne i dostęp do usług. Podczas dyskusji zgłaszano przypadki nieoczekiwanej utraty statusu ochrony czasowej z powodu drobnych błędów lub nieporozumień, nawet w sytuacjach gdy nie opuszczono terytorium Polski. Prowadziło to do złożonego procesu udowadniania obecności w Polsce i odzyskiwania statusu prawnego. Przejście do innych form statusu prawnego, takich jak pobyt stały, jest często opisywane jako złożone i niejasne, a **wiele osób nie**

[3] *W trakcie tego badania w życie weszła nowalizacja z dnia 15 maja 2024 r. o zmianie ustawy o pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa oraz niektórych innych ustaw, a także rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 26 sierpnia 2024 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie organizacji kształcenia, wychowania i opieki dzieci i młodzieży będących obywatelami Ukrainy. Od 1 września 2024 r. dzieci i młodzież z Ukrainy posiadające status ochrony czasowej mają obowiązek uczęszczać do polskich szkół. Zmiana ta może mieć wpływ na niektóre z wyzwań edukacyjnych omówionych w niniejszym raporcie.*

rozumie swoich możliwości i procedur. Wyjątkowo długi czas oczekiwania na pozwolenie na pobyt prowadzi do frustracji i niepokoju.

Niepewność co do przyszłości statusu prawnego wpływa na zdolność osób uchodźczych do podejmowania długoterminowych decyzji dotyczących zatrudnienia, zakwaterowania i edukacji. W konsekwencji kwestie te tworzą ciągły stan niepokoju i przygotowania na potencjalne zmiany, głęboko wpływając na poczucie stabilności i zdolność do budowania bezpiecznego życia w Polsce.

Mniejszości etniczne

Mniejszości etniczne wśród osób uchodźczych stoją przed wyjątkowymi wyzwaniami, które pogłębiają ich trudności integracyjne w Polsce. W szczególności **osoby uchodźcze pochodzenia romskiego napotykają na specyficzne bariery wynikające z ich pochodzenia kulturowego i uprzedzeń społecznych**.

Osoby te są często podwójnie dyskryminowane, zarówno jako osoby uchodźcze, jak i członkowie społeczności romskiej, co może prowadzić do zwiększonej izolacji społecznej i trudności w dostępie do usług. Edukacja jest szczególnym wyzwaniem dla romskich dzieci, gdyż część z nich nie uczęszcza regularnie do szkoły z powodu czynników kulturowych lub trudności w zapisaniu się. **Ta luka edukacyjna może mieć długotrwałe konsekwencje** dla ich integracji i przyszłych możliwości w Polsce.

Bariera językowa znacznie utrudnia włączenie i spójność społeczną, szczególnie w przypadku tych grup romskich, które posługują się głównie dialektami romskimi. Dodatkowo, romscy rodzice często zgłaszają, że ich dzieci uczą się języka polskiego jedynie w stopniu umożliwiającym podstawową komunikację i zazwyczaj nie wykazują zainteresowania osiągnięciem biegłości w tym języku.

Dostęp do informacji i usług może być trudniejszy dla osób uchodźczych pochodzenia romskiego, zwłaszcza jeśli mają one niższy poziom umiejętności czytania i pisania. Wyzwanie to potęgują **ograniczone umiejętności cyfrowe** wśród niektórych członków społeczności romskiej. Skutkuje to trudnościami z zadaniami takimi jak wypełnianie formularzy online lub uzyskiwanie dostępu do cyfrowych platform informacyjnych. Nie tylko ogranicza to ich dostęp do najważniejszych informacji, ale także utrudnia ubieganie się o różne formy pomocy lub korzystanie z cyfrowych usług obywatelskich.

Nieporozumienia kulturowe między osobami uchodźczymi pochodzenia romskiego, innymi grupami osób uchodźczych oraz społecznością przyjmującą mogą prowadzić do napięć i dalszej izolacji. Choć romskie dzieci i nastolatki wyrażają chęć uczestnictwa w zajęciach rekreacyjnych, gdy tylko mają taką możliwość, brak inicjatyw integracyjnych sprawia, że ich kontakty społeczne są często ograniczone. Taka sytuacja dodatkowo izoluje ich od rówieśników i szerszej społeczności.

Osoby uchodźcze LGBTIQ+

Głównymi obawami tej grupy są brak bezpieczeństwa i akceptacji. Osoby uchodźcze LGBTIQ+ zgłaszają, że **nie czują się bezpiecznie w ośrodkach zbiorowego zakwaterowania,** gdzie mogą spotkać się z wrogością lub dyskryminacją ze strony innych osób. Może to prowadzić do izolacji i niechęci do szukania wsparcia oraz angażowania się w życie szerszej społeczności.

Podczas gdy dostęp do opieki zdrowotnej jest wyzwaniem dla wielu osób, społeczność LGBTIQ+ napotyka dodatkowe bariery. Ma ona trudności z dostępem do specjalistycznej opieki, takiej jak terapia hormonalna dla osób transpłciowych, a niektórzy lekarze odmawiają leczenia z powodu uwarunkowań politycznych lub uprzedzeń.

Wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego ma kluczowe znaczenie dla osób uchodźczych LGBTIQ+, które często zmagają się z traumą wyniesioną z kraju pochodzenia, a także stresem związanym z przebywaniem w nowym środowisku. Jednakże **znalezienie specjalistów w zakresie zdrowia psychicznego przyjaznych osobom LGBTIQ+, którzy rozumieją ich wyjątkowe doświadczenia, może być trudne**. Wiele osób zgłasza niestabilny stan psychiczny z powodu stresu związanego z przymusowym przemieszczeniem, ograniczonego dostępu do usług psychologicznych i psychiatrycznych, trudności finansowych i wyzwań dotyczących przystosowania się do nowego środowiska.

Osoby uchodźcze ze społeczności LGBTIQ+ szczególnie dotkliwie odczuwają skutki trudności ekonomicznych. Część z nich deklaruje gotowość do podjęcia pracy seksualnej lub nielegalnego zatrudnienia z powodu braku dostępu do legalnych form pracy. Taka sytuacja naraża ich na wyzysk i negatywnie wpływa na zdrowie fizyczne oraz psychiczne. Obawa przed zagrożeniami takimi jak deportacją sprawia, że wiele osób nie może przerwać cyklu nielegalnego zatrudnienia.

Intersekcjonalność wynikająca z bycia zarówno osobą uchodźczą, jak i osobą LGBTIQ+ stwarza wyjątkowe wyzwania, które wymagają specjalistycznego wsparcia i zrozumienia. Wiele osób czuje się uwięzionych między swoją społecznością etniczną lub narodową a lokalną społecznością LGBTIQ+, szukając przestrzeni, do której mogłyby w pełni przynależeć. Niektóre osoby zerwały relacje z rodzinami w krajach pochodzenia z powodu braku akceptacji ich tożsamości i/lub orientacji seksualnej. Jednocześnie mają trudności z nawiązywaniem nowych znajomości w Polsce.

III. Rozwiązania zaproponowane przez uczestników

Status prawny i wyzwania związane z dokumentacją

Uproszczenie i ujednolicenie procedur: uproszczenie procedur związanych z legalizacją pobytu, uzyskiwaniem dokumentów i dostępem do usług. Kluczowe jest zapewnienie jasnych, krok po kroku instrukcji, dostępnych w językach ojczystych osób uchodźczych, które pomogą w poruszaniu się po złożonych procedurach administracyjnych. Uczestnicy zgłaszali trudności w odzyskaniu lub ponownym nadaniu statusu PESEL UKR po powrocie z Ukrainy. Wyzwania dotyczyły również legalizacji pobytu, rejestracji noworodków oraz uzyskania dostępu do świadczeń społecznych. Zwracano uwagę na brak przejrzystych informacji, długie kolejki w urzędach oraz niespójne interpretacje przepisów przez pracowników administracji.

Wsparcie prawne i edukacja w zakresie praw: zapewnienie porad prawnych oraz szkoleń na temat praw osób uchodźczych w Polsce, a także promowanie bardziej przejrzystej i spójnej interpretacji przepisów przez różne instytucje państwowe. Regularne kliniki prawne i warsztaty mogłyby pomóc w podjęciu świadomych decyzji na temat statusu prawnego i procesu integracji. Uczestnicy wyrazili potrzebę bardziej kompleksowego wsparcia prawnego, zwłaszcza w zakresie praw pracowniczych, procedur legalizacji pobytu oraz dostępu do świadczeń społecznych.

Pomoc w tłumaczeniu dokumentów: zapewnienie bezpłatnych tłumaczeń dokumentów urzędowych, realizowanych na przykład we współpracy z organizacjami pozarządowymi lub prywatnymi firmami. Taka współpraca, obejmująca obniżenie kosztów lub całkowite zniesienie opłat za tłumaczenia, mogłaby znacząco odciążyć finansowo osoby uchodźcze.

Upowszechnianie informacji: wdrożenie kompleksowej i wielokanałowej kampanii informacyjnej dotyczącej dostępnych usług, aktualizacji prawnych i procedur administracyjnych. Uczestnicy sugerowali

wykorzystanie telewizji, plakatów w urzędach, platform cyfrowych oraz grup w mediach społecznościowych. Ważne jest, aby informacje były dostępne w ich języku i łatwe do zrozumienia.

Przejrzystość i spójność interpretacji przepisów: potrzeba ujednolicenia interpretacji prawa przez różnych urzędników oraz zapewnienia jasnych i spójnych informacji.

Włączenie ekonomiczne i stabilność mieszkaniowa

Inicjatywy zatrudnienia skierowane do grup ze szczególnymi potrzebami: organizacja targów pracy dla osób starszych i osób z niepełnosprawnościami. Promowanie polityki równościowej i antydyskryminacyjnej w rekrutacji, aby zapewnić równe szanse wszystkim osobom uchodźczym.

Promowanie stabilnego zatrudnienia: działania na rzecz stabilnych, długotrwałych umów o pracę i elastycznych godzin pracy. Pomogłoby to osobom uchodźczym, zwłaszcza tym z problemami zdrowotnymi lub obowiązkami opiekuńczymi, utrzymać zatrudnienie.

Rozwój umiejętności i szkolenia: zapewnienie kursów zawodowych i szkoleń dostosowanych do polskiego rynku pracy. Obejmować mogą one kursy językowe i szkolenia dotyczące terminologii branżowej i konkretnych sektorów.

Wspieranie przedsiębiorczości: włączanie uchodźczych artystów i rzemieślników w wydarzenia artystyczne i targi, aby umożliwić im szerszą prezentację swojej twórczości. Ponadto zaproponowano rozwój programów grantowych dla małych firm i inicjatyw uchodźczych.

Wsparcie w rozwoju kariery: tworzenie programów stażowych i warsztatów dotyczących zakładania działalności gospodarczej i systemu podatkowego w Polsce.

Wsparcie mieszkaniowe dla grup szczególnie wrażliwych: ustanowienie programów finansowych pomagających w pokryciu opłat mieszkaniowych oraz opracowanie ukierunkowanych form wsparcia mieszkaniowego, szczególnie dla osób opuszczających ośrodki zbiorowego zakwaterowania.

Dostęp do usług i informacji

Poprawa dostępu do opieki zdrowotnej: zwiększenie liczby lekarzy i psychologów mówiących w różnych językach, zwłaszcza poza dużymi ośrodkami miejskimi.

Usprawnienie komunikacji medycznej: promowanie korzystania z wcześniej przygotowanych historii choroby i list przyjmowanych leków w języku polskim podczas wizyt lekarskich.

Cyfrowe platformy usług: rozwój przyjaznych użytkownikom platform cyfrowych zawierających informacje o dostępnych usługach, z uwzględnieniem dostępności dla osób z niepełnosprawnościami.

Wsparcie w zakresie kompetencji cyfrowych: organizacja szkoleń z zakresu korzystania z usług online, w tym stron rządowych i formularzy.

Scentralizowany system informacji: stworzenie bazy danych zawierającej informacje o dostępnych usługach i formach wsparcia w różnych regionach.

Wsparcie językowe w dostępie do usług: utworzenie sieci wolontariuszy-tłumaczy pomagających w obszarach edukacji, zatrudnienia, opieki zdrowotnej i procedur administracyjnych.

Włączenie społeczne

Aktywności angażujące społeczność: organizacja wydarzeń kulturalnych, pikników szkolnych i spotkań społecznych łączących osoby uchodźcze i lokalną społeczność.

Programy mentorskie: łączenie osób uchodźczych z polskimi mentorami, co umożliwi naukę języka i lepsze poruszanie się po realiach życia w Polsce.

Kluby konwersacyjne: upowszechnienie klubów konwersacyjnych i wymiany językowej ze społecznością lokalną, co mogłoby pomóc osobom uchodźczym poprawić swoje umiejętności językowe w praktycznym sposób, jednocześnie wzmacniając więzi z członkami lokalnej społeczności.

Kampanie informacyjne: przeprowadzenie kampanii podkreślających wkład osób uchodźczych w społeczeństwo polskie i przeciwdziałających stereotypom.

Szkolenia z kompetencji kulturowych: dla funkcjonariuszy policji, pracowników instytucji publicznych i ochrony zdrowia, co mogłoby zmniejszyć liczbę nieporozumień i poprawić jakość oferowanego wsparcia.

Inicjatywy integracyjne dla dzieci: zajęcia pozalekcyjne, inicjatywy sportowe oraz wymiany kulturowe, wspierające integrację od najmłodszych lat.

Edukacja i nauka języka

Poprawa nauczania języka: podniesienie jakości kursów języka polskiego i zapewnienie bezpłatnych materiałów. Zwiększenie liczby dostępnych kursów na poziomie B1–B2 oraz specjalistycznych (np. terminologia medyczna dla pracowników służby zdrowia).

Dostęp do kursów językowych oferowanych przez NGOsy i firmy prywatne: wsparcie finansowania kursów językowych organizowanych przez lokalne organizacje, nawiązanie partnerstw ze szkołami językowymi, lub oferowanie bonów edukacyjnych.

Programy wspierające edukację: szkolenia dla nauczycieli, dyrektorów i rodziców dotyczące wsparcia dzieci uchodźczych.

Dodatkowe wsparcie szkolne: w formie zajęć wyrównawczych, korepetycji oraz pomocy w odrabianiu prac domowych. Wsparcie to może obejmować programy pozaszkolne, inicjatywy mentoringu rówieśniczego oraz zaangażowanie dedykowanego personelu pomocniczego wspierającego uczniów w adaptacji do polskiego systemu edukacji.

Językowe szkolenia zawodowe: oferowanie kursów językowych dostosowanych do potrzeb zawodowych w celu poprawy szans na zatrudnienie. Szkolenia te mogłyby obejmować naukę specjalistycznej terminologii branżowej, a także umożliwiać zdobycie certyfikatów językowych uznawanych przez pracodawców.

Zdrowie psychiczne i dobrostan psychospołeczny

Specjalistyczne szkolenia: zapewnienie specjalistycznych szkoleń dla pracowników ochrony zdrowia psychicznego, które dotyczyłyby szczególnych wyzwań, z którymi mierzą się osoby uchodźcze. Mogą one obejmować warsztaty z zakresu wrażliwości kulturowej, zrozumienia skutków przymusowych przemieszczeń oraz pracy z trudnymi i traumatycznymi doświadczeniami.

Inicjatywy wsparcia rówieśniczego: tworzenie grup wsparcia, które umożliwiają osobom uchodźczym dzielenie się doświadczeniami oraz strategiami radzenia sobie z trudnościami. Takie grupy mogą tworzyć bezpieczną przestrzeń do budowania relacji z osobami w podobnej sytuacji życiowej i wzmacniania odporności psychicznej.

Bezpieczne przestrzenie dla grup wrażliwych: tworzenie miejsc wsparcia dla szczególnie narażonych grup, takich jak osoby uchodźcze LGBTIQ+, w celu zapewnienia im dostępu do pomocy psychologicznej. Mogą to być wyspecjalizowane poradnie lub grupy wsparcia dostosowane do ich potrzeb, oferujące niedyskryminujące i wspierające środowisko.

IV. Rekomendacje

Zalecenia dla władz centralnych, regionalnych i lokalnych (dotyczące zmiany polityki lub praktyki)

- Uproszczenie i usprawnienie procedur legalizacji pobytu, uzyskiwania dokumentów i dostępu do usług. Zapewnienie jasnych instrukcji krok po kroku w językach powszechnie rozumianych przez osoby uchodźcze, umożliwiających samodzielne poruszanie się po procedurach administracyjnych.
- Poprawa efektywności i przejrzystości procesu orzekania o niepełnosprawności, aby zapewnić osobom uchodźczym szybki dostęp do niezbędnych usług wsparcia.
- Uproszczenie i usprawnienie procesu uznawania zagranicznych kwalifikacji i dyplomów, aby ułatwić osobom uchodźczym dostęp do zatrudnienia zgodnego z ich umiejętnościami i doświadczeniem.
- Wzmocnienie wdrażania istniejących standardów ochrony i polityk antydyskryminacyjnych w szkołach. Opracowanie i wdrożenie podobnych kompleksowych polityk w miejscach pracy i instytucjach publicznych, w odpowiedzi na zgłaszane przypadki przemocy, niesprawiedliwego traktowania i nierówności płacowych.
- Przeprowadzanie szkoleń z zakresu kompetencji kulturowych dla pracowników usług publicznych, w tym personelu medycznego, nauczycieli, funkcjonariuszy służb mundurowych i pracowników administracji, w celu poprawy jakości kontaktów z osobami uchodźczymi.
- Rozszerzenie dostępności kursów języka polskiego dla osób uchodźczych, z naciskiem na praktyczną naukę poprzez konwersację. Organizacja specjalistycznych szkoleń językowych odpowiadających potrzebom konkretnych branż, w celu zaspokojenia zapotrzebowania na bardziej zaawansowane i sektorowe umiejętności językowe.
- Rozbudowa i upowszechnienie ogólnopolskich i wielojęzycznych platform informacyjnych w celu zapewnienia czytelnych wskazówek dotyczących procedur prawnych, dostępnych usług oraz programów integracyjnych dla osób uchodźczych, odpowiadając na zgłaszane trudności w dostępie do rzetelnych i zrozumiałych informacji.
- Rozszerzenie i poprawa dostępności przystępnych cenowo usług opieki nad dziećmi, aby umożliwić rodzicom uchodźczym, zwłaszcza samotnym, podjęcie pracy na pełen etat lub udział w kursach językowych i integracyjnych.
- Opracowanie programów zatrudnienia skierowanych do grup szczególnie wrażliwych, takich jak starsze osoby uchodźcze oraz osoby z niepełnosprawnościami, w tym oferowanie zachęt dla pracodawców do ich zatrudniania.

- Wprowadzenie programów wsparcia finansowego na pokrycie kosztów zakwaterowania oraz opracowanie ukierunkowanych inicjatyw mieszkaniowych, w szczególności dla osób opuszczających ośrodki zbiorowego zakwaterowania.
- Wzmocnienie koordynacji różnych form wsparcia oferowanych osobom uchodźczym na szczeblu krajowym, regionalnym i lokalnym, aby zapewnić ich spójność i komplementarność, a nie konkurencyjność między inicjatywami.

Zalecenia dla partnerów humanitarnych

- Opracowanie programów mentorskich, które łączyłyby osoby uchodźcze z lokalnymi profesjonalistami w ich dziedzinie, aby ułatwić włączenie zawodowe.
- Organizowanie regularnych wydarzeń i działań międzykulturowych, które łączyłyby osoby uchodźcze z lokalnymi społecznościami w Polsce w celu promowania wzajemnego zrozumienia i spójności społecznej.
- Tworzenie grup wsparcia i sieci rówieśniczych dla różnych grup uchodźczych (np. rodziców, osób starszych, młodzieży, osób LGBTIQ+), umożliwiających dzielenie się doświadczeniami i wzajemne wsparcie.
- Rozszerzenie i udoskonalenie istniejących zasobów informacyjnych w celu stworzenia kompleksowych, łatwych do zrozumienia przewodników w wielu językach. Przewodniki te powinny obejmować wszystkie aspekty polskiego systemu administracji, opieki zdrowotnej, edukacji i pomocy społecznej.
- Rozszerzenie dostępu do usług pomocy prawnej, aby wspierać osoby uchodźcze w zrozumieniu ich praw, obowiązków oraz możliwych ścieżek uzyskania długotrwałego, legalnego pobytu, odpowiadając na zgłaszane niejasności dotyczące statusu prawnego i procedur.
- Prowadzenie kampanii informacyjnych i edukacyjnych na temat wkładu osób uchodźczych w rozwój gospodarki i życia społecznego, w celu budowania empatii, przeciwdziałania dyskryminacji i napięciom społecznym.
- Opracowanie i wdrożenie programów szkoleniowych z zakresu kompetencji cyfrowych dla osób uchodźczych, aby wspierać je w korzystaniu z usług i narzędzi online, przeciwdziałając wykluczeniu cyfrowemu.

BADANIA TERENOWE: *UNHCR Polska*

ANALIZA DANYCH I OPRACOWANIE RAPORTU: *Ipsos Polska oraz UNHCR Polska*