Regional Refugee Response
For the Ukraine Situation

POMOC UCHODŹCOM Z UKRAINY W POLSCE

Poniżej znajdziesz istotne informacje pomocne na początkowym etapie pobytu w Polsce

Krajowe bezpłatne numery alarmowe

112 - Ogólny numer alarmowy (PL/EN)
999 - Pogotowie ratunkowe (PL/EN)
998 - Straż pożarna (PL/EN)
997 - Policja (PL/EN)

Infolinie wsparcia w sytuacjach kryzysowych

Infolinia Fundacji La Strada dla ofiar i świadków handlu ludźmi
+48 22 628 99 99, +48 605 687 750,
+48 22 628 01 20 (UA/RU/PL/EN)

Infolinia psychologiczna dla dzieci i młodzieży
+48 800 121 212, 116 111 (UA/PL)

Infolinia psychologiczna dla dorosłych
+48 800 702 222 (UA/PL)

Telefony alarmowe ukraińskich konsulatów w Polsce (wyłącznie w razie wypadku drogowego, zagrożenia życia lub śmierci obywateli Ukrainy)

Warszawa +48 698 608 837
Kraków +48 500 182 282
Lublin +48 575 853 733
Gdańsk +48 607 654 333
Wrocław +48 786 20 30 25

Oficjalny rozkład jazdy pociągów i system rezerwacji biletów

www.rozklad-pkp.pl
(RU/EN/PL)

Rządowe strony internetowe i numery

Informacje ogólne oraz informacje dotyczące ochrony tymczasowej:
https://www.gov.pl/web/ua

Infolinia NFZ
+48 800 190 590 (24/7)

Informacje o przejściach granicznych Wydział Straży Granicznej ds. Cudzoziemców
+48 22 500 43 76, +48 22 500 41 49
(pn-pt, 9:15-15:15)

Świadczenia socjalne (ZUS)
https://www.zus.pl/ua/holovna-storinka

Infolinia Ambasady Ukrainy w Polsce

Ogólne informacje o usługach konsularnych, wymaganiach dotyczących przekraczania granicy, ogólne informacje o ochronie tymczasowej i legalnym pobycie w Polsce

+48 574 702 685, +48 574 703 414,
+48 574 707 627, +48 574 711 813,
+48 (22) 621 39 79
(pon-pt, 8:30–16:30)

Pomoc w znalezieniu zakwaterowania

Ukraiński Dom
+48 727 805 764, https://ukrainskidom.pl

Habitat for Humanity Polska
+48 790 210 104, https://habitat.pl

Numery telefonów infolinii w urzędach wojewódzkich dedykowane dla osób poszukujących zakwaterowania

Lubelskie
95 785 13 30 (24/7)

Podkarpackie
800 100 990
(pon-pt, 7:30-15:30)

Mazowieckie
987
(24/7)

Dolnośląskie
+48 516 132 114
(pn-pt, 6:30-14:30)

Pomorskie
539 016 238
(pon-pt, 10:00-18:00)

Kujawsko-Pomorskie
+48 525 872 777
(pn-pt, 8:00-15:00)

Podlaskie
+48 85 74 39 347
(pn 8:00-18:00;
wt-pt 7:30-15:30)

Świętokrzyskie
+48 41 342 11 81
+48 41 342 12 14
(24/7)

Śląskie
32 20 77 101 (24/7)

Wielkopolskie
987 (24/7)
61 854 11 72
(pon-pt, 7:00-15:00)

Małopolskie
+48 516 240 691
(pon-pt, 7:30-15:30)

Zachodniopomorskie
+48 784 602 745
(24/7)

Lubuskie
+48 95 785 13 30
(24/7)

Łódzkie
987 (24/7)
+48 42 664 14 10
(24/7)

Opolskie
+48 77 45 24 113
+48 883 337 631
(24/7)

Warmińsko-Mazurskie
+48 797 829 617
(24/7)

Pomoc prawna

Centrum Pomocy Prawnej im. Haliny Nieć
+48 693 390 502, +48 725 449 374 (Infolinia dla uchodźców z Ukrainy)
www.pomocprawna.org

Instytut na Rzecz Państwa Prawa
+48 81 743 68 00, +48 881 917 171
www.panstwoprawa.org/kontakt/

Stowarzyszenie Interwencji Prawnej
+48 792 568 561,
www.interwencjaprawna.pl

Ukraiński Dom w Warszawie
+48 727 805 764,
www.ukrainskidom.pl

Fundacja „W Stronę Dialogu"
+48 607 548 846,
www.fundacjawstronedialogu.pl

ELIL Polska
+48 723 594 082,
www.europeanlawyersinlesvos.eu/poland

Pomoc dla kobiet doświadczających przemocy

Fundacja Feminoteka
888 88 79 88 (UKR/RU, pon i śr, 14-19)
888 88 33 88 (PL, pon-pt, 11-19) (EN, czw. 15-19 & pt. 11-19)
helpua@feminoteka.pl

Pomoc dla osób z niepełnosprawnościami

Fundacja Avalon
+48 22 266 82 36, www.fundacjaavalon.pl

Caritas
+48 660 424 014, www.caritas.pl

DBAJ O BEZPIECZEŃSTWO!

Zawsze chroń swoje dane osobowe i dokumenty w sposób bezpieczny i poufny.
Pamiętaj, że wszelka pomoc rządowa i humanitarna jest bezpłatna.

Regional Refugee Response
For the Ukraine Situation