



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Informator wsparcia dla studentów ze szczególnymi potrzebami w Uczelni Łazarskiego przygotowany przez zespół Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności

Projekt pt. „Łazarski bez barier - twoje nowe możliwości” realizowany jest w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.

Projekt realizowany jest w okresie od 01.10.2024 do 30.09.2028

Spis treści

Osoby ze specjalnymi potrzebami – kim są?	3
1. Wsparcie Studentów na Uczelni Łazarskiego	3
1.1. Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności	3
1.2. Pełnomocnik Rektora do spraw Osób z Niepełnosprawnościami	6
1.3. Student Help Desk, International Student Services, Dział Zakwaterowania	6
1.4. Biblioteka Uczelni Łazarskiego	9
1.5. Studium Wychowania Fizycznego i Sportu	10
1.6. Program Erasmus+	13
1.7. Grupa Medyczna Vertimed	15
2. Wsparcie Studentów na terenie miasta Warszawa	16
2.1. Zakład Ubezpieczeń Społecznych	16
2.2. Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych PFRON	18
2.3. Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie WCPR	23
2.4. Urząd Miasta st. Warszawy	25
2.4.1. Ośrodki Pomocy Społecznej	25
2.4.2. Bezpłatna pomoc prawna	27
2.5. Narodowy Fundusz Zdrowia	28
2.6. Fundacje	32
2.6.1. Fundacja Avalon	32
2.6.2. Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji i Fundacja Integracja	33
2.6.3. Fundacja Synapsis	33
2.6.4. Polski Związek Głuchych	34
2.6.5. Fundacja Szansa dla Niewidomych	34
2.7. Organizacje pozarządowe zajmujące się udzielaniem pomocy cudzoziemcom w Warszawie	34
2.7.1. Fundacja Wsparcia i Integracji Studentów i Absolwentów Zagranicznych (InterStud)	34
2.7.2. Fundacja dla Migrantów „Dobry Start”	35
2.7.3. Polskie Forum Migracyjne	36
2.7.4. Fundacja Obywatelska Perspektywa	37
2.7.5. Fundacja dla Wolności	38
2.7.6. Fundacja Ocalenie	39
2.7.7. Fundacja Multiocalenie	40
2.7.8. Caritas Polska	41
2.7.9. Ośrodek Migranta Fu Shenfu	42

2.7.10.	Stowarzyszenie Interwencji Prawnej.....	43
2.7.11.	Helsińska Fundacja Praw Człowieka	44
2.7.12.	Fundacja Nauki Języków Obcych Linguae Mundi.....	45
3.	Pomoc psychologiczna i psychiatryczna.....	47
3.1.	Narodowy Fundusz Zdrowia	47
3.1.1.	Dzieci i młodzież	48
3.1.2.	Osoby dorosłe	49
3.1.3.	Leczenie w poradni uzależnień.....	51
3.2.	Punkty Informacyjno-Konsultacyjne.....	51
3.3.	Ośrodek Interwencji Kryzysowej.....	52
3.4.	Grupa Medyczna Vertimed	54
3.5.	Fundacje zajmujące się zdrowiem psychicznym.....	55
3.5.1.	Fundacja Pomocy Psychologicznej	55
3.5.2.	Fundacja ThePresja	55
3.5.3.	Fundacja Psych – Strefa Pozytywnych Myśli.....	56
3.6.	Telefony wsparcia.....	57
4.	Świadczenia finansowe dla studentów: Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego	60
5.	Wsparcie w obszarze rozwoju zawodowego.....	61
5.1.	Urząd Pracy	61
5.2.	Fundacja Aktywizacja Oddział w Warszawie	62
5.3.	Fundacja Integracja i Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji.....	63
5.4.	Fundacja Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych FAZON	64
6.	Dane kontaktowe do CWiRD	65

Osoby ze specjalnymi potrzebami – kim są?

Osobami ze szczególnymi potrzebami są „osoby, które ze względu na swoje cechy zewnętrzne lub wewnętrzne, albo ze względu na okoliczności, w których się znajdują, muszą podjąć dodatkowe działania lub zastosować dodatkowe środki w celu przezwyciężenia bariery, aby uczestniczyć w różnych sferach życia na zasadzie równości z innymi osobami”¹.

Do osób ze szczególnymi potrzebami należą osoby z niepełnosprawnościami w zakresie wzroku, słuchu, ruchu, te osoby, które czasowo znajdują się w stanie naruszonej sprawności organizmu, np. złamana kończyna oraz osoby doświadczające kryzysu zdrowia psychicznego, osoby w spektrum autyzmu, osoby z diagnozą ADHD, osoby starsze, kobiety w ciąży, osoby transpłciowe i niebinarne, obcokrajowcy, osoby chorujące somatycznie, przewlekłe. Kategoria powyższych specjalnych potrzeb nie jest zamknięta. Należy pamiętać, iż osobą ze specjalną potrzebą może stać się każdy z nas, dlatego istotnym jest dostosowanie wspólnej przestrzeni oraz świadczonych usług by były przyjazne dla każdego użytkownika².

1. Wsparcie Studentów na Uczelni Łazarskiego

1.1. Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności

W ramach działalności Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności (CWiRD) pracownicy pomagają pokonać bariery, jakie napotykają studenci w procesie kształcenia. Podstawą działania Centrum jest inkluzja społeczna i przyjazna atmosfera dla każdego studenta, który doświadcza trudności w procesie edukacji lub w kwestiach prywatnych mogących wpływać na osiągnięcia akademickie.

¹ Ustawa z dn. 19.07.2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

² A. Borkowska, K. Jach, J. Mrzygłocka-Chojnacka, „Politechnika nowych szans”. Prowadzenie zajęć dostępnych dla osób ze szczególnymi potrzebami. Podręcznik dobrych praktyk dla kadry dydaktycznej”, Wrocław, 2023.

Zespół CWiRD, przy poszanowaniu prywatności i przy zachowaniu dyskrecji, pomoże w rozwiązywaniu problemów z dostępnością architektoniczną, informacyjno-komunikacyjną oraz cyfrową.

Koordynatorem CWiRD jest dr Krzysztof Czechowski.

Specjaliści, z pomocy których mogą korzystać studenci:

Doradca zawodowy

Doradztwo zawodowe dla osób z niepełnosprawnościami i szczególnymi potrzebami

Konsultacja doradcy zawodowego polega na indywidualnych, poufnych sesjach i obejmuje:

- coaching kariery i planowanie rozwoju zawodowego,
- pomoc w napisaniu cv i listu motywacyjnego,
- analizę szans i możliwości na rynku pracy, wsparcie w szukaniu rozwiązań niestandardowych,
- opracowanie strategii poszukiwania pracy,
- przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.

Asystent Osób z Niepełnosprawnościami

Studenci o mniejszych szansach oraz z niepełnosprawnościami mogą skorzystać ze wsparcia Asystenta Osób z Niepełnosprawnościami, który pomaga w codziennym funkcjonowaniu na uczelni. Jego zadaniem jest ułatwienie dostępu do zajęć, materiałów edukacyjnych oraz przestrzeni akademickiej, tak aby każdy student mógł w pełni uczestniczyć w życiu uczelni.

Asystent może pomóc w:

- poruszaniu się po kampusie – np. dotarciu na zajęcia, do biblioteki czy dziekanatu,
- obsłudze materiałów dydaktycznych – sporządzaniu notatek, czytaniu dokumentów,
- komunikacji – wspieraniu w kontaktach z wykładowcami, administracją czy innymi studentami,
- wsparciu w korzystaniu z technologii – pomoc w obsłudze programów, aplikacji edukacyjnych czy sprzętu asystującego.

Wsparcie jest dostosowane do indywidualnych wymagań – student sam określa zakres pomocy, który będzie dla niego najkorzystniejszy.

Asystent dydaktyczny

Wspiera studentów ze specjalnymi potrzebami w procesie kształcenia poprzez pomoc w zakresie:

- rozwiązywania problemów związanych z zaliczeniami przedmiotów i egzaminami,
- organizacji zajęć i toku studiów,
- kontaktów z kadrą dydaktyczną,
- nietypowych trudnych sytuacji, które mogą wystąpić w trakcie procesu kształcenia.

Doradca dydaktyczny

Oferuje wsparcie studentów w działaniach dotyczących dostępności procesu kształcenia oraz doboru odpowiednich narzędzi wsparcia w trakcie roku akademickiego.

Aby uzyskać każdy rodzaj wsparcia proszę skontaktować się mailowo, telefonicznie lub osobiście z CWiRD.

Kontakt:

Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności

tel.: (+48) 517 886 379

e-mail: dostepnosc@lazarski.pl

Strona internetowa: [O Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności | Uczelnia Łazarskiego](#)

Lokalizacja: Pokój **35**, parter, sektor E

1.2. Pełnomocnik Rektora do spraw Osób z Niepełnosprawnościami

Pełnomocnik Rektora ds. Osób Niepełnosprawnych odpowiada za zapewnienie równego dostępu do edukacji oraz wsparcia studentów i pracowników z niepełnosprawnościami.

Zadania Pełnomocnika:

1. Przeprowadzanie spotkań ze studentami z niepełnosprawnością, monitoring potrzeb i postulatów.
2. Współpraca z Dziekanami w zakresie spraw dotyczących studentów z niepełnosprawnościami.
3. Inicjowanie działań zmierzających do usuwania barier w procesie nauczania.
4. Centralnie opiniowanie jednostkom uczelnianym i zalecanie indywidualnego rodzaju wsparcia dla osób o szczególnych potrzebach i z niepełnosprawnościami na gruncie wypracowanych w Uczelni Łazarskiego rozwiązań.

1.3. Student Help Desk, International Student Services, Dział Zakwaterowania

Student Help Desk na Uczelni Łazarskiego powstał z myślą o pomocy studentom we wszelkim zakresie spraw ułatwiających im proces adaptacji w Warszawie, a w szczególności na Uczelni Łazarskiego.

Czym Student Help Desk się zajmuje?

Wsparcie w adaptacji – pomoc w codziennym funkcjonowaniu na Uczelni oraz w Warszawie;

Integracja studentów – organizowanie wydarzeń i inicjatyw sprzyjających budowaniu społeczności akademickiej;

Organizacja wydarzeń, takich jak:

- spotkania klubów studenckich (Foreign Affairs Club, Lazarski Negotiation Club, Debate Club),
- wykłady gościnne z ekspertami z różnych dziedzin,
- wspólne oglądanie filmów i dyskusje,
- wycieczki do muzeów, wystaw i innych miejsc kultury.

Student Help Desk to miejsce, w którym zawsze można uzyskać pomoc i wsparcie. Niezależnie od problemu, warto się zgłosić – zespół chętnie pomoże znaleźć najlepsze rozwiązanie.

Kontakt:

Student Help Desk

tel.: (+48) 22 54 35 516

e-mail: studenthelp@lazariski.pl

Media społecznościowe:

- [Instagram Student Help Desk](#)
- [Facebook Student Help Desk](#)

Lokalizacja: Pokój **100A** I piętro, sektor A

International Student Services na Uczelni Łazarskiego został stworzony, aby wspierać studentów zagranicznych w sprawach związanych z legalizacją pobytu oraz innymi formalnościami dotyczącymi kształcenia oraz pobytu w Polsce.

W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących legalizacji pobytu, takich jak wiza, Karta Pobytu czy inne wymagane dokumenty, warto skontaktować się z naszym zespołem, który chętnie udzieli niezbędnych informacji. Wsparcie jest dostępne dla studentów Uczelni Łazarskiego oraz uczestników kursów językowych organizowanych przez Uczelnię.

Czym zajmuje się International Student Services?

- **wsparcie w procesie legalizacji pobytu** – pomoc w uzyskaniu i przedłużeniu wizy, uzyskaniu Karty Pobytu oraz kompletowaniu wymaganych dokumentów,
- **uznawanie dyplomów i świadectw** – wsparcie w procesie nostryfikacji zagranicznych dyplomów oraz oceny poziomu wykształcenia pod kątem możliwości kontynuowania nauki,
- **doradztwo w sprawach administracyjnych** – pomoc w kontaktach z urzędami oraz wyjaśnianie procedur związanych z pobytem i studiami w Polsce.

International Student Services to miejsce, w którym zawsze można uzyskać profesjonalną pomoc i rzetelne informacje. Warto skorzystać ze wsparcia w zakresie

spełnienia formalnych wymagań związanych z procesem studiowania na Uczelni Łazarskiego.

Kontakt:

International Student Services

tel.: (+48) 22 54 35 516

e-mail: legalizacja@lazarski.edu.pl

Lokalizacja: Pokój 41, parter, sektor E

Dział Zakwaterowania

Poszukiwanie zakwaterowania może być wyzwaniem, dlatego warto skorzystać ze wsparcia **Działu Zakwaterowania Uczelni Łazarskiego**, którego pracownicy pomagają znaleźć najlepsze możliwe rozwiązanie dla studentów.

Jakie wsparcie oferuje Dział Zakwaterowania?

- **pomoc w znalezieniu zakwaterowania** – wsparcie w poszukiwaniu mieszkania lub pokoju dostosowanego do potrzeb, oczekiwań studenta,
- **doradztwo w zakresie procedur wynajmu** – informacje o umowach najmu, wymaganych dokumentach oraz obowiązujących przepisach prawnych,
- **wsparcie dla studentów z niepełnosprawnościami** – pomoc w znalezieniu mieszkania dostosowanego do indywidualnych potrzeb i ułatwienie kontaktu z odpowiednimi instytucjami,
- **informacje o dostępnych opcjach zakwaterowania** – aktualne informacje na temat wolnych miejsc we współpracujących z Uczelnią akademikach.

Wszyscy nowi studenci Uczelni Łazarskiego mogą ubiegać się o zakwaterowanie, jednak jego przydział zależy od liczby dostępnych miejsc w chwili złożenia aplikacji. Dział Zakwaterowania oferuje również pomoc studentom z niepełnosprawnościami wspierając ich w znalezieniu odpowiedniego lokum, które spełni ich indywidualne wymagania. W celu zwiększenia szansy na znalezienie odpowiedniego zakwaterowania, warto skontaktować się z Działem Zakwaterowania jak najwcześniej. To miejsce, w którym można uzyskać fachową pomoc i wsparcie w organizacji zakwaterowania na czas studiów.

Kontakt:**Dział Zakwaterowania**

tel.: (+48) 22 54 35 515 lub (+48) 502 373 084

e-mail: accommodation@lazarski.edu.pl

Strona internetowa: [Zakwaterowanie | Uczelnia Łazarskiego](#):

Pokój **41**, parter, sektor E

1.4. Biblioteka Uczelni Łazarskiego

Biblioteka Uczelniana to idealne miejsce do nauki, pracy oraz odpoczynku pomiędzy zajęciami, zlokalizowane w sektorze F na pierwszym piętrze Uczelni Łazarskiego.

Jakie książki są dostępne w Bibliotece?

Biblioteka oferuje bogaty księgozbiór obejmujący literaturę z różnych dziedzin, takich jak medycyna, prawo, administracja, ekonomia, finanse, matematyka, marketing czy historia. Dostępne są także podręczniki do nauki języków obcych oraz księgozbiór ogólnokształcący. Dzięki współpracy z Biblioteką Publiczną na Mokotowie można wypożyczyć również książki beletrystyczne oraz popularnonaukowe.

Czytelnicy mają możliwość korzystania z około 125 tytułów czasopism w wersji papierowej i elektronicznej, a także dostępu do artykułów naukowych oraz książek pełnotekstowych w ramach prenumerowanych baz danych. Z zasobów elektronicznych można korzystać zarówno na terenie Uczelni, jak i zdalnie za pośrednictwem serwera HAN (Hidden Automation Navigator).

Jakie udogodnienia są dostępne w Bibliotece?

Biblioteka oferuje komfortowe stanowiska w klimatyzowanej Czytelni, dostęp do Internetu na 27 komputerach stacjonarnych oraz do sieci Wi-Fi dla osób korzystających z własnych urządzeń.

Czytelnicy mogą skorzystać z trzech przestronnych, wyposażonych w komputery kabin do pracy indywidualnej oraz trzech kabin wyciszonych – dwóch jednoosobowych i jednej czteroosobowej, z których każda posiada regulację oświetlenia i wentylacji, co zapewnia maksymalny komfort użytkowania.

Biblioteka zapewnia osobom z niepełnosprawnościami przyjazne i dostosowane do ich potrzeb przestrzenie umożliwiające wygodne korzystanie z jej zasobów i usług. Dwa stanowiska czytelnicze zostały wyposażone w komputery z ekranami dotykowymi, powiększonymi klawiaturami i myszkami, a także zainstalowanym specjalistycznym oprogramowaniem dla osób niewidomych i niedowidzących. Regulowana wysokość blatów na tych stanowiskach ułatwia korzystanie z zasobów bibliotecznych osobom z ograniczoną mobilnością.

Szczegółowe informacje oraz wykaz sprzętu i udogodnień znajdują się na [stronie internetowej „Dostępna Biblioteka”](#).

Biblioteka Uczelni Łazarskiego to przestrzeń stworzona z myślą o efektywnej nauce i rozwoju akademickim. Nowoczesne wyposażenie, specjalistyczne zbiory oraz spokojna atmosfera sprawiają, że jest to idealne miejsce do zdobywania wiedzy i rozwijania umiejętności. Zapraszamy do korzystania z jej zasobów.

Kontakt:

Biblioteka Uczelni Łazarskiego

tel.: (+48) 22 54 35 390 lub (+ 48) 501 232 671

e-mail:

- czytelnia@lazarski.edu.pl (w sprawie wypożyczeń i dostępu do baz)
- biblioteka@lazarski.edu.pl (w innych sprawach)

Media społecznościowe:

- [Instagram Biblioteki](#)
- [Facebook Biblioteki](#)

Strona internetowa: [Biblioteka Uczelni Łazarskiego](#)

Lokalizacja: I piętro, sektor F

1.5. Studium Wychowania Fizycznego i Sportu

Uczelnia Łazarskiego dąży do zapewnienia równego dostępu do zajęć sportowych wszystkim studentom, niezależnie od ich sytuacji życiowej, zdrowotnej czy społecznej. Studium Wychowania Fizycznego i Sportu (SWFiS) oferuje szeroki wybór zajęć sportowych, które są dostępne również dla osób ze specjalnymi potrzebami, w tym studentów z niepełnosprawnościami.

Równość dostępu do zajęć WF-u

Studenci, którzy chcą uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego, mogą zapisać się na nie bez względu na stan zdrowia, kondycję fizyczną czy ograniczenia ruchowe. Każdy może zgłosić chęć udziału poprzez kontakt z koordynatorem SWFiS lub bezpośrednio z instruktorem prowadzącym daną grupę.

Największą popularnością cieszą się zajęcia dostosowane do różnych poziomów sprawności i potrzeb zdrowotnych, takie jak:

- Joga – idealna dla osób poszukujących harmonii, poprawy elastyczności i relaksu,
- Zdrowy kręgosłup – zajęcia profilaktyczne, szczególnie przydatne dla osób z problemami postawy,
- Siłownia – możliwość indywidualnego dostosowania planu ćwiczeń do swoich potrzeb i możliwości.

Dla studentów z ograniczoną mobilnością możliwe jest dostosowanie formy uczestnictwa, a w razie potrzeby instruktorzy służą pomocą w dostosowaniu ćwiczeń do indywidualnych warunków zdrowotnych.

Zajęcia online – elastyczna forma aktywności

Aby umożliwić uczestnictwo jak największej liczbie studentów, zajęcia (z wyjątkiem siłowni) odbywają się również w formie online. Jest to rozwiązanie szczególnie korzystne dla osób z ograniczoną mobilnością, problemami zdrowotnymi czy trudnościami logistycznymi w dojeździe na uczelnię.

Aby dołączyć do zajęć online, wystarczy zgłosić chęć udziału, a koordynator doda studenta do grupy na MS Teams. W przypadku problemów technicznych z dołączeniem do zajęć warto skontaktować się bezpośrednio ze SWFiS.

Dodatkowy dostęp do siłowni

Osoby, które preferują bardziej indywidualne podejście do aktywności fizycznej, mogą korzystać z siłowni poza regularnymi zajęciami WF-u, w godzinach, kiedy jest ona dostępna pod opieką instruktora. W tych godzinach jest mniej osób, co pozwala na swobodniejsze i komfortowe korzystanie ze sprzętu, co może być szczególnie ważne dla studentów z niepełnosprawnościami, którzy potrzebują więcej przestrzeni lub czasu na dostosowanie ćwiczeń.

Możliwość rekreacyjnej gry w tenisa stołowego

Dla studentów, którzy preferują aktywność rekreacyjną, dostępne są również stoły do tenisa stołowego. Wystarczy zgłosić się do Studium Wychowania Fizycznego i Sportu, aby wypożyczyć paletki oraz piłeczki i rozegrać partyjkę tenisa stołowego w dowolnym, dogodnym dla siebie czasie.

Wsparcie i indywidualne dostosowanie zajęć

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu dąży do tego, aby każdy student miał możliwość uczestniczenia w zajęciach WF-u na miarę swoich możliwości i potrzeb. Studenci z niepełnosprawnościami lub szczególnymi wymaganiami zdrowotnymi mogą zgłaszać się do koordynatora SWFiS w celu:

- ustalenia indywidualnych modyfikacji ćwiczeń,
- zaplanowania alternatywnej formy aktywności,
- uzyskania wsparcia w zakresie dostępności zajęć.

Każda sytuacja jest rozpatrywana indywidualnie, aby zapewnić studentom maksymalny komfort i możliwość uczestnictwa w zajęciach sportowych.

Jeśli masz pytania dotyczące zajęć WF-u, potrzebujesz dostosowania zajęć do swoich potrzeb lub chcesz zapisać się na wybrane zajęcia, skontaktuj się telefonicznie, mailowo lub osobiście.

Kontakt:

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu

tel.: (+48) 22 54 35 482

e-mail: j.mosinska@lazariski.edu.pl

Strona internetowa: [Studium Wychowania Fizycznego | Uczelnia Łazarskiego](#)

Lokalizacja: Pokój 112, I piętro, sektor B

1.6. Program Erasmus+

Wsparcie studentów o specjalnych potrzebach w Programie Erasmus+

Program Erasmus+ jest jednym z najważniejszych programów wspierających mobilność edukacyjną w Europie. Jego celem jest nie tylko umożliwienie studentom zdobycia międzynarodowego doświadczenia, ale także zapewnienie równego dostępu do tych możliwości dla wszystkich – niezależnie od ich sytuacji życiowej, zdrowotnej czy społecznej.

Równość Szans i Zasady Uczestnictwa

Program Erasmus+ działa w oparciu o zasadę równości szans. Oznacza to, że:

- **Uczelnia przeciwdziała wszelkim formom dyskryminacji** – niezależnie od płci, rasy, pochodzenia etnicznego, religii, światopoglądu, niepełnosprawności, wieku czy orientacji seksualnej.
- **Każdy student ma prawo do uczestnictwa w programie**, a bariery wynikające z indywidualnej sytuacji powinny być minimalizowane dzięki odpowiednim formom wsparcia.

Zapisy te znajdują się w regulaminach wyjazdów, które określają prawa i obowiązki studentów oraz zasady rekrutacji.

Wsparcie w Procesie Rekrutacji

Działania zwiększające szanse studentów ze specjalnymi potrzebami na udział w mobilności:

- **Dodatkowe punkty w rekrutacji:** Osoby ze specjalnymi potrzebami mogą otrzymać **5 punktów premiujących** w procesie rekrutacji, co może decydująco wpłynąć na ich pozycję na liście rankingowej.
- **Indywidualne podejście:** Osoby z niepełnosprawnościami mogą zgłaszać uwagi dotyczące dostosowania procesu rekrutacji do ich potrzeb. Komisja Rekrutacyjna ma obowiązek rozpatrzyć takie uwagi i dostosować procedury, jeśli to konieczne.
- **Przejrzystość i sprawiedliwość:** Każdy kandydat oceniany jest według jasno określonych kryteriów, a proces rekrutacji jest transparentny. Możliwe jest także złożenie odwołania od decyzji komisji.

Dofinansowanie i Wsparcie Finansowe

Program Erasmus+ przewiduje dodatkowe wsparcie finansowe dla studentów o specjalnych potrzebach:

- **Dodatek finansowy:** Osoby zakwalifikowane do mobilności mogą otrzymać dodatek do standardowego stypendium Erasmus+. Jego wysokość zależy od indywidualnej sytuacji i może pokryć, np. dodatkowe koszty podróży, zakwaterowania czy wsparcia asystenta.

Dostępność Cyfrowa i Inkluzywne Komunikacja

Program Erasmus+ dba o to, aby wszystkie informacje były dostępne dla każdego:

- **Strona internetowa** Uczelni związana z programem jest zgodna ze standardami dostępności cyfrowej (WCAG).
- **Prosty język i wrażliwość na różnorodność** – materiały informacyjne są napisane w sposób zrozumiały i uwzględniają różne potrzeby odbiorców.
- **Alternatywne formy komunikacji** – informacje są dostępne nie tylko w formie tekstowej, ale także wizualnej (ulotki informacyjne, plakaty, filmy).

Angażowanie Studentów i Tworzenie Inkluzywnej Społeczności

Program Erasmus+ to nie tylko mobilność edukacyjna, ale także budowanie społeczności opartej na współpracy i wzajemnym wsparciu.

- **Campus Tour:** Wydarzenie organizowane przez studentów-ambasadorów programu Erasmus+, które pomaga nowym uczestnikom zapoznać się z infrastrukturą uczelni i poczuć się częścią społeczności akademickiej.
- **Orientation Day:** Dzień adaptacyjny, podczas którego studenci o mniejszych szansach mogą otrzymać informacje dostosowane do swoich potrzeb oraz nawiązać kontakty z innymi uczestnikami programu.
- **Aktywne uczestnictwo:** Studenci mają możliwość angażowania się w działania programu nie tylko jako uczestnicy mobilności, ale także jako organizatorzy wydarzeń, mentorzy i ambasadorzy. Jedną z organizowanych przez studentów akcji jest zwiedzanie „Niewidzialnej Wystawy”, gdzie można na własnej skórze doświadczyć jak to jest żyć z ograniczonym narządem wzroku.

Kontakt:**Biuro Programu Erasmus+**

tel.: (+48) 22 54 35 365 lub (+48) 513 038 056 lub (+48) 518 017 405

e-mail: erasmus.outgoing@lazariski.edu.pl

Media społecznościowe:

- [Instagram Programu Erasmus+](#)
- [Facebook Programu Erasmus+](#)

Strona internetowa: [Erasmus+ | Uczelnia Łazarskiego](#)

Lokalizacja: Pokój **307**, III piętro, sektor D

1.7. Grupa Medyczna Vertimed

Studentom Uczelni Łazarskiego przysługują zniżki na usługi medyczne i psychologiczne w ramach umowy z **Grupą Medyczną Veritmed**. Więcej informacji o usługach z zakresu zdrowia psychicznego zawarto w rozdziale: [Grupa Medyczna Vertimed](#) (odsyłacz).

Wykaz zniżek oraz zakres usług medycznych w placówce Vertimed:

20% - na pełen zakres badań laboratoryjnych

20% - na zabiegi pielęgniarskie

20% - na wymazy w kierunku Covid wraz z zaświadczeniem w języku angielskim dla podróżujących

15% - na konsultację specjalistyczne wraz z lekarzem internistą i medycyny rodzinnej

10% - na badania USG

10% - na szybkie testy diagnostyczne CRP Streep a test

Ważne: Powyższe zniżki nie obejmują cen promocyjnych, sezonowych promocji, założenia wkładki hormonalnej i szczepień.

Aby skorzystać ze zniżki, należy zgłosić się do placówki z aktualną legitymacją studencką.

Kontakt:**Grupa Medyczna Vertimed**

ul. Bronikowskiego 55, 02-796 Warszawa (Ursynów)

tel.: (+48) 22 405 63 75 lub (+48) 603 804 702

e-mail: repcja@vertimed.pl

2. Wsparcie Studentów na terenie miasta Warszawa

2.1. Zakład Ubezpieczeń Społecznych

Działania Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) na rzecz studentów z niepełnosprawnością:

Realizacja szeregu działań wspierających studentów z niepełnosprawnością w zakresie obsługi, rehabilitacji, zatrudnienia i dostępu do informacji poprzez:

- **Likwidację barier architektonicznych** – dostosowanie budynków, montaż wind, pochylni i oznaczeń w alfabecie Braille’a.
- **Wsparcie dla osób z niepełnosprawnością słuchu** – tłumaczenia w Polskim Języku Migowym (PJM), usługi wideo tłumacza oraz przeszkolony personel.
- **Wsparcie dla osób z niepełnosprawnością wzroku i ruchu** – eliminacja barier budowlanych, oznaczenia kontrastowe, dostępność dla psów asystujących.
- **Obsługę online** – kontakt przez Platformę Usług Elektronicznych (PUE)/eZUS, e-wizyty, infolinię oraz aplikację mobilną mZUS.

Rehabilitacja lecznicza w ramach prewencji rentowej

Celem rehabilitacji ZUS jest przywrócenie zdolności do pracy osobom zagrożonym niezdolnością do pracy. Program obejmuje rehabilitację:

- **Stacjonarną** – całodobowy pobyt w ośrodku rehabilitacyjnym.
- **Ambulatoryjną** – codzienny dojazd na zabiegi.

Zakres rehabilitacji obejmuje: kinezyterapię, fizykoterapię, terapię psychologiczną oraz edukację zdrowotną. Koszt rehabilitacji, w tym zakwaterowanie, wyżywienie i transport, pokrywa ZUS.

Aktywizacja zawodowa i wsparcie w zatrudnieniu

ZUS wspiera osoby z niepełnosprawnością poprzez:

- organizowanie staży i praktyk,
- dostosowanie stanowisk pracy,
- udział w targach pracy,
- szkolenia dla pracodawców na temat zatrudniania osób z niepełnosprawnością.

Edukacja i upowszechnianie wiedzy

ZUS prowadzi szkolenia oraz wydaje materiały informacyjne we współpracy z Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON) i innymi organizacjami.

Wszelkich informacji na temat wsparcia dla osób z niepełnosprawnością oraz innych usług ZUS udzielają konsultanci Centrum Kontakt Klientów ZUS. Konsultacje dostępne są od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00–18.00.

Kontakt:

Zakład Ubezpieczeń Społecznych

tel.: (+48) 22 560 16 00

e-mail: cot@zus.pl

Strona internetowa: [Strona główna - ZUS](#)

Oddziały ZUS w Warszawie:

I Oddział ZUS w Warszawie

Adres: ul. Senatorska 6/8, 00-917 Warszawa (Śródmieście)

II Oddział ZUS w Warszawie

Adres: ul. Podskarbińska 25, 03-829 Warszawa (Praga Południe)

III Oddział ZUS w Warszawie

Adres: ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa (Mokotów)

Centrala ZUS w Warszawie

Adres: ul. Szamocka 3, 5, 01-748 Warszawa (Żoliborz)

2.2. Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych PFRON

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON) a wsparcie dla osób z niepełnosprawnością

PFRON to instytucja zajmująca się finansowaniem działań na rzecz aktywizacji społecznej i zawodowej osób z niepełnosprawnością.

Programy wspierające edukację i rozwój zawodowy studentów

PFRON oferuje pomoc w zakresie edukacji i rozwoju zawodowego osób z niepełnosprawnością poprzez:

- **Program "Aktywny Samorząd"** – dofinansowanie do edukacji na poziomie wyższym (np. pokrycie kosztów czesnego, zakupu sprzętu specjalistycznego).
- **Stypendia i granty** – dla studentów z niepełnosprawnością, m.in. wsparcie finansowe na pokrycie kosztów studiów.
- **Dofinansowanie asystenta edukacyjnego** – pomoc w nauce, np. w postaci asystenta dla osób niewidomych lub poruszających się na wózku.

Wsparcie w zatrudnieniu

PFRON pomaga osobom z niepełnosprawnością w wejściu na rynek pracy poprzez:

- Dofinansowanie stanowisk pracy i dostosowanie ich do potrzeb pracowników,
- Programy aktywizacji zawodowej,
- Wsparcie dla pracodawców zatrudniających osoby z niepełnosprawnością (np. refundacja wynagrodzeń, zwrot kosztów szkoleń).

Rehabilitacja społeczna i zawodowa

PFRON finansuje turnusy rehabilitacyjne oraz programy umożliwiające osobom z niepełnosprawnością pełniejsze uczestnictwo w życiu społecznym i zawodowym.

Usługi doradcze i informacyjne

Fundusz prowadzi portale informacyjne, bazy ofert pracy oraz punkty konsultacyjne dla osób z niepełnosprawnością i ich rodzin.

Dofinansowanie kosztów kształcenia dla studentów z niepełnosprawnościami (PFRON)

Studenci z każdym stopniem niepełnosprawności mogą ubiegać się o dofinansowanie kosztów nauki, w tym:

- **Opłata za naukę (czesne)** – do 4 400 zł na semestr/półrocze dla osób studiujących w szkołach wyższych, policealnych lub kolegiach.
- **Dodatek na pokrycie kosztów kształcenia** – do 1 650 zł dla studentów uczelni wyższych oraz do 1 100 zł dla uczniów szkół policealnych lub kolegiów.

Dodatkowo, istnieje możliwość uzyskania zwiększenia dodatku na pokrycie kosztów kształcenia w określonych przypadkach, takich jak:

- **Posiadanie ważnej Karty Dużej Rodziny** – 330 zł
- **Pobieranie nauki poza miejscem zamieszkania** – 550 zł
- **Jednoczesne studiowanie na dwóch kierunkach** – 330 zł
- **Korzystanie z usług tłumacza języka migowego** – 330 zł
- **Posiadanie podpisu elektronicznego/Profilu Zaufanego i złożenie wniosku w formie elektronicznej** – 880 zł (jednorazowo)
- **Pobieranie nauki w formie zdalnej lub hybrydowej** – 550 zł

Uwaga - powyższe kwoty mogą ulec zmianie w kolejnych latach

System Obsługi Wsparcia (SOW) – Wnioski o dofinansowanie należy składać za pośrednictwem SOW. Szczegółowe informacje oraz dostęp do systemu znajdują się [na stronie PFRON](#).

Dane kontaktowe PFRON

W przypadku pytań lub potrzeby uzyskania dodatkowych informacji, można skontaktować się z odpowiednim oddziałem PFRON. Dla mieszkańców Warszawy i województwa mazowieckiego właściwy jest Oddział Mazowiecki:

Kontakt:

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Aleja Jana Pawła II 13, 00-828 Warszawa (Wola)

tel.: (+48) 22 311 83 12

e-mail: warszawa@pfron.org.pl

Pełna lista oddziałów regionalnych wraz z danymi kontaktowymi dostępna jest [na stronie PFRON](#). Dodatkowo, [ogólnopolska infolinia PFRON](#) działa pod numerem: (+48) 22 581 84 10.

System Obsługi Wsparcia

Kreator wniosków o wsparcie w zależności od stopnia niepełnosprawności:

Formy wsparcia – lekki stopień niepełnosprawności

- Pomoc poszkodowanym
- Protezy kończyn
- Serwis protez
- Edukacja
- Turnusy rehabilitacyjne
- Sprzęt rehabilitacyjny
- Przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze
- Likwidacja barier architektonicznych
- Likwidacja barier w komunikowaniu się
- Likwidacja barier technicznych
- Usługi tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika
- Rozpoczęcie działalności gospodarczej, rolniczej lub wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej
- Oprocentowanie kredytu bankowego
- Szkolenie organizowane przez PUP

Link do informacji i składania wniosków:

[stopień lekki \(dawniej III grupa\) \(Chcę się dowiedzieć, z jakich możliwości wsparcia mogę skorzystać - Osoba Niepełnosprawna\) | SOW System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON](#)

Formy wsparcia – stopień umiarkowany niepełnosprawności

- Pomoc poszkodowanym
- Protezy kończyn
- Serwis protez
- Edukacja
- Turnusy rehabilitacyjne

- Sprzęt rehabilitacyjny
- Przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze
- Likwidacja barier architektonicznych
- Likwidacja barier w komunikowaniu się
- Likwidacja barier technicznych
- Usługi tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika
- Rozpoczęcie działalności gospodarczej, rolniczej lub wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej
- Oprocentowanie kredytu bankowego
- Szkolenie organizowane przez PUP
- Oprzyrządowanie samochodu – dysfunkcja narządu słuchu
- Oprzyrządowanie samochodu – dysfunkcja narządu ruchu
- Prawo jazdy
- Sprzęt elektroniczny
- Sprzęt elektroniczny - szkolenia
- Opieka dla osoby zależnej
- Wypożyczenie technologii

Link do informacji i składania wniosków:

[stopień umiarkowany \(dawniej II grupa\) \(Chcę się dowiedzieć, z jakich możliwości wsparcia mogę skorzystać - Osoba Niepełnosprawna\) | SOW System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON](#)

Formy wsparcia – stopień znaczny

- Pomoc poszkodowanym
- Protezy kończyn
- Serwis protez
- Edukacja
- Turnusy rehabilitacyjne
- Sprzęt rehabilitacyjny
- Przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze
- Likwidacja barier architektonicznych
- Likwidacja barier w komunikowaniu się

- Likwidacja barier technicznych
- Usługi tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika
- Rozpoczęcie działalności gospodarczej, rolniczej lub wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej
- Oprocentowanie kredytu bankowego
- Szkolenie organizowane przez PUP
- Oprzyrządowanie samochodu – dysfunkcja narządu słuchu
- Oprzyrządowanie samochodu – dysfunkcja narządu ruchu
- Prawo jazdy
- Sprzęt elektroniczny
- Sprzęt elektroniczny – szkolenia
- Sprzęt elektroniczny - serwis
- Opieka dla osoby zależnej
- Wypożyczenie technologii
- Wózek inwalidzki o napędzie elektrycznym
- Wózek inwalidzki lub skuter – serwis
- Skuter inwalidzki lub oprzyrządowanie elektryczne do wózka ręcznego
- Mieszkanie dla absolwenta
- Dostępne mieszkanie
- Mobilność osób z niepełnosprawnością

Link do informacji i składania wniosków:

[stopień znaczny \(dawniej I grupa\) \(Chcę się dowiedzieć, z jakich możliwości wsparcia mogę skorzystać - Osoba Niepełnosprawna\) | SOW System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON](#)

Formy wsparcia – orzeczenie o niepełnosprawności (osoby do 16 r.ż.)

- Pomoc poszkodowanym
- Turnusy rehabilitacyjne
- Sprzęt rehabilitacyjny
- Przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze
- Likwidacja barier architektonicznych
- Likwidacja barier w komunikowaniu się
- Likwidacja barier technicznych

- Usługi tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika
- Oprzyrządowanie samochodu – dysfunkcja narządu ruchu
- Wypożyczenie technologii
- Wózek inwalidzki o napędzie elektrycznym
- Wózek inwalidzki lub skuter – serwis
- Skuter inwalidzki lub oprzyrządowanie elektryczne do wózka ręcznego
- Sprzęt elektroniczny
- Sprzęt elektroniczny - szkolenia
- Sprzęt elektroniczny - serwis
- Dodatek energetyczny

Link do informacji i składania wniosków:

[orzeczenie o niepełnosprawności \(osoby do 16 r.ż.\) \(Chcę się dowiedzieć, z jakich możliwości wsparcia mogę skorzystać - Osoba Niepełnosprawna\) | SOW System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON](#)

2.3. Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie WCPR

Podstawowym celem działalności Warszawskiego Centrum Pomocy Rodzinie (WCPR) jest udzielanie pomocy społecznej o zasięgu ponadgminnym.

Osoby z niepełnosprawnością znajdą tam wsparcie i źródło informacji w następujących obszarach:

Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dla osób z Niepełnosprawnościami (PIKON)

Można tu uzyskać szczegółowe informacje i wsparcie. PIKON jest zadaniem realizowanym na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami mieszkających na terenie m.st. Warszawy, które w związku z napotykanymi na co dzień trudnościami, wymagają szeroko rozumianego wsparcia w zakresie informacyjnym, doradczym lub bezpośredniego dostępu do dedykowanej im oferty instytucji oraz podmiotów funkcjonujących na terenie stolicy.

Kontakt:**Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie**

Al. Solidarności 93, 00-144 Warszawa (Śródmieście)

tel.: +48 661 439 072

e-mail: pikon@wcpr.pl

Strona internetowa: [PIKON - Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie](#)

Miejski Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności

Pod poniższym linkiem zamieszczone są szczegółowe informacje o warunkach i zasadach przyznawania orzeczeń o niepełnosprawności oraz dokumenty do pobrania i sposób załatwienia wszelkich formalności: [Orzekanie o niepełnosprawności - Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie](#)

Kontakt:**Miejski Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności**

ul. Generała Andersa 5, 00-147 Warszawa (Śródmieście)

tel.: +48 22 278 84 19 lub +48 22 278 84 29

e-mail: orzecznictwo@wcpr.pl

Strona internetowa: [Orzekanie o niepełnosprawności](#)

Dział Wspierania Osób Niepełnosprawnych**1. Dofinansowania dla osób z niepełnosprawnością:**

Osoby posiadające orzeczenie mogą ubiegać się o dofinansowanie ze środków PFRON na:

- uczestnictwo osób niepełnosprawnych i ich opiekunów w turnusie rehabilitacyjnym;
- dofinansowanie do zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze;
- dofinansowanie do likwidacji barier w komunikowaniu się, technicznych i architektonicznych;
- dofinansowanie do kosztów usług tłumacza języka migowego lub tłumacza – przewodnika dla osoby niepełnosprawnej lub kosztów utrzymania psa asystującego.

[Szczegółowe informacje o dofinansowaniu PFRON](#)

2. Dofinansowanie kształcenia na poziomie wyższym dla osób z niepełnosprawnościami:

Osoby z orzeczoną niepełnosprawnością mogą otrzymać dofinansowanie/refundację kosztów opłaty za czesne oraz dodatku na pokrycie kosztów kształcenia na poziomie wyższym. Wnioski należy składać na każdy semestr oddzielnie (zazwyczaj do 31 marca i do 10 października). Szczegółowe informacje zamieszczone są tutaj:

[Link do informacji o Programie Aktywny Samorząd](#)

3. Wsparcie i dofinansowanie dla osób z niepełnosprawnością w zakresie likwidacji barier

Pod poniższym linkiem są informacje o tym, jak złożyć wniosek o dofinansowanie do likwidacji barier transportowych, informacyjnych, związanych z poruszaniem się oraz pomoc w utrzymaniu aktywności zawodowej dla opiekunów osób z niepełnosprawnościami.

[Dofinansowanie do likwidacji barier](#)

Wnioski są przyjmowane od 1 marca do 31 sierpnia.

Kontakt:

Stołeczne Centrum Osób Niepełnosprawnych

Dział Wspierania Osób Niepełnosprawnych

ul. Generała Andersa 5, 00-147 Warszawa (Śródmieście)

Infolinia Systemu Obsługi Wsparcia: (+48) 800 889 777

[Strona główna - Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie](#)

[Informacje o wsparciu osób z niepełnosprawnością](#)

2.4. Urząd Miasta st. Warszawy

2.4.1. Ośrodki Pomocy Społecznej

Wsparcie dla mieszkańców w trudnych sytuacjach życiowych

Ośrodki Pomocy Społecznej (OPS) w Warszawie pomagają osobom i rodzinom, które znajdują się w trudnej sytuacji finansowej lub życiowej. Wsparcie kierowane jest m.in. do studentów ze specjalnymi potrzebami, w tym z niepełnosprawnościami oraz tych, którzy potrzebują pomocy materialnej czy dostępu do świadczeń socjalnych.

Wsparcie dla osób z niepełnosprawnościami

Studenci z niepełnosprawnościami mogą skorzystać z:

- **usług asystenta osoby z niepełnosprawnością** – pomoc w poruszaniu się, załatwianiu spraw urzędowych czy uczestnictwie w zajęciach,
- **usług opiekuńczych** – wsparcie w codziennych czynnościach,
- **pomocy w dostosowaniu mieszkania** do potrzeb osoby z niepełnosprawnością.

Wsparcie finansowe i materialne

OPS w Warszawie oferują różne formy pomocy, które mogą być szczególnie przydatne dla studentów w trudnej sytuacji:

- **zasilek stały, okresowy i celowy** – wsparcie finansowe dla osób o niskich dochodach,
- **dodatki mieszkaniowe i energetyczne** – pomoc w opłaceniu czynszu i rachunków,
- **pomoc żywnościowa** – paczki żywnościowe lub bony na zakup jedzenia,
- **dofinansowanie do leków, sprzętu rehabilitacyjnego i leczenia.**

OPS a wsparcie dla studentów

OPS udzielają wsparcia materialnego studentom znajdującym się w trudnej sytuacji materialnej. Warto zwrócić się do właściwego OPS, aby uzyskać informacje na temat dostępnych form pomocy oraz procedury aplikacyjnej. OPS współpracują także z uczelniami i organizacjami studenckimi, aby ułatwić młodym osobom dostęp do wsparcia.

Lokalizacja: Każda dzielnica Warszawy ma swój OPS. Pełna lista ośrodków dostępna jest na stronie: [OPS Warszawa – Lista OPS w stolicy](#)

tel.: (+48) 22 487 13 00

e-mail (główny kontakt): ops@um.warszawa.pl

Strona internetowa: [Warszawa 19115](#) – Miejski system kontaktu z mieszkańcami.

2.4.2. Bezpłatna pomoc prawna

Kto może skorzystać z nieodpłatnej pomocy prawnej oraz obywatelskiej?

Porady prawne oraz obywatelskie dedykowane są mieszkańcom Warszawy, którzy z uwagi na trudności finansowe nie są w stanie pokryć płatnych usług z tego zakresu.

Jaką pomoc można otrzymać?

- informacje, jaka jest sytuacja prawna, jakie przysługują prawa oraz jakie obowiązki spoczywają na osobie zgłaszającej się po pomoc,
- informację w jaki sposób można rozwiązać problem,
- pomoc w zakresie sporządzenia projektu pisma, wniosku o zwolnienie z kosztów sądowych lub wniosku o ustanowienie pełnomocnika z urzędu,
- darmową mediację, np. w konflikcie sąsiedzkim.

W jaki sposób skorzystać z pomocy?

- dzwoniąc pod numer **19115**, infolinia czynna **całą dobę, 7 dni** w tygodniu.

Porady zdalne

Osoby ze znaczną niepełnosprawnością ruchową oraz doświadczające trudności w komunikowaniu się mogą skorzystać ze zdalnej formy pomocy prawnej i obywatelskiej.

Więcej informacji, w tym na temat wymaganych dokumentów, wraz z nagraniami z tłumaczem **języka migowego** dostępne na stronie internetowej Portalu m.st. Warszawy na temat nieodpłatnej pomocy prawnej.

Przydatne linki:

[Wykaz punktów nieodpłatnej pomocy prawnej w Warszawie](#)

[Wykaz punktów nieodpłatnej pomocy prawnej udzielanej w językach obcych](#)

2.5. Narodowy Fundusz Zdrowia

Kto może zgłosić do ubezpieczenia zdrowotnego w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ)?

Student może być zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego przez:

1. **Rodzica** posiadającego tytuł ubezpieczenia zdrowotnego (np. z tytułu zatrudnienia na podstawie umowy o pracę, wykonywanej działalności gospodarczej albo otrzymywanej renty czy emerytury) - świadczenia opieki zdrowotnej finansowane przez NFZ przysługują uczącemu się do ukończenia **26 roku życia**.
2. **Babcię lub dziadka** - jeżeli żaden z rodziców nie podlega obowiązkowi ubezpieczenia zdrowotnego w Polsce albo w innym kraju Unii Europejskiej - świadczenia opieki zdrowotnej finansowane przez NFZ przysługują uczącemu się do ukończenia **26 roku życia**.
3. **Małżonka** - jeżeli student zawarł związek małżeński, do ubezpieczenia zdrowotnego zgłasza go **małżonek**, o ile sam posiada tytuł do ubezpieczenia zdrowotnego (np. pracuje na umowę o pracę). W takim przypadku ubezpieczenie przysługuje studentowi dopóty, dopóki nie zaistnieje inny tytuł do ubezpieczenia, np. podjęcie pracy, rozpoczęcie samodzielnej działalności gospodarczej lub rejestracja w urzędzie pracy.
4. **Pracodawcę** - jeżeli student pracuje na podstawie umowy o pracę lub umowy zlecenia, do ubezpieczenia zgłasza go pracodawca.
5. **Instytucję** – jeżeli student pobiera świadczenia przyznane np. przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) lub Kasę Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS), do ubezpieczenia zgłaszają go instytucje wypłacające dane świadczenia.
6. **Urząd Pracy** – w przypadku posiadania statusu osoby bezrobotnej.
7. **Samodzielnie** - jeśli student prowadzi działalność gospodarczą.
8. **Uczelnię** - jeżeli student* nie może być zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego przez żadnego z członków rodziny, a także jeśli kontynuuje naukę po ukończeniu 26 roku życia oraz nie posiada innego tytułu do ubezpieczenia zdrowotnego, obowiązek ubezpieczenia studenta przechodzi na Uczelnię. Uczelnia opłaca za studenta comiesięczną składkę

na ubezpieczenie. Uczelnia zgłasza również studentów, którzy posiadają **Kartę Polaka**, pochodzą z krajów członkowskich **UE/EFTA**.

Gdzie należy zgłosić się w Uczelni Łazarskiego, gdy student nie może zostać zgłoszony do ubezpieczenia jako członek rodziny osoby ubezpieczonej i nie posiada innego tytułu do ubezpieczenia?

Na studencie spoczywa obowiązek osobistego zgłoszenia się do **Działu Kwestury – Rozliczenia ze studentami** pok. **205**, II piętro, sektor D

email: kwestura@lazarski.edu.pl,

tel.: (+48) 22 54 35 463 i złożenia wniosku o objęcie ich ubezpieczeniem z jednoczesnym złożeniem oświadczenia o niepodleganiu obowiązkowi ubezpieczenia zdrowotnego z innego tytułu.

Uwaga: Na studencie spoczywa obowiązek powiadomienia Uczelni o powstaniu innego tytułu do ubezpieczenia zdrowotnego, np. kiedy rozpocznie pracę. Należy zgłosić się do **Działu Kwestura – Rozliczenia ze studentami**, pok. **205**, II piętro, sektor D (**e-mail:** kwestura@lazarski.edu.pl, **tel.:** (+48) 22 54 35 463).

Kiedy wygasa prawo do świadczeń, gdy Uczelnia zgłasza studenta?

Prawo do świadczeń opieki zdrowotnej dla osób, które ukończyły szkołę wyższą lub studia doktoranckie wygasa **po upływie 4 miesięcy** od dnia zakończenia nauki albo skreślenia z listy studentów.

Dobrowolne ubezpieczenie zdrowotne

Jeżeli student pochodzi z kraju **spoza UE/EFTA** w Polsce ubezpiecza się poprzez zawarcie dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego z oddziałem NFZ właściwym ze względu na miejsce zamieszkania. W takim przypadku składki opłaca student.

Kontakt:

Mazowiecki Oddział Wojewódzki

ul. Chałubińskiego 8, 00-613 Warszawa (Śródmieście)

[Dane teleadresowe Mazowieckiego Oddziału Wojewódzkiego](#)

Wykaz wymaganych dokumentów:

1. Wniosek o objęcie dobrowolnym ubezpieczeniem zdrowotnym - 2 egz. [Link do pobrania formularza o objęcie dobrowolnym ubezpieczeniem zdrowotnym](#)

2. Paszport lub inny dokument potwierdzający tożsamość (kopia oraz oryginał do wglądu).
3. Aktualna legitymacja studenta albo zaświadczenie o studiowaniu z dziekanatu (kopia oraz oryginał do wglądu).
4. Dokument potwierdzający zamieszkanie na terytorium RP, np. umowa najmu (kopia oraz oryginał do wglądu).
5. Pełnomocnictwo rodzica (tylko dla niepełnoletnich studentów, wydrukowany skan dokumentu) wraz z kopią paszportu rodzica i pełnomocnika.
6. Klauzula informacyjna (monitoring wizyjny) - do pobrania w biurze NFZ - 2 egz.
7. Klauzula informacyjna (RODO) - do pobrania w biurze NFZ - 2 egz.

[Dodatkowe informacje dotyczące wymaganych dokumentów NFZ.](#)

Aby uzyskać **pomoc w wypełnieniu wniosku** i otrzymać wszystkie wymagane formularze do ubiegania się o ubezpieczenie NFZ, prosimy skontaktować się ze **Student Help Desk**, pok. **100A**, I piętro, sektor A, **e-mail:** studenthelp@lazarski.pl.

Po otrzymaniu umowy z NFZ należy udać się do najbliższego oddziału ZUS, aby otrzymać indywidualne konto bankowe, na które co miesiąc należy wpłacać pieniądze oraz co miesiąc składać deklarację ZUS DRA, aby być ubezpieczonym. Należy okazać oryginał umowy NFZ wraz z potwierdzeniem wpłaty z ZUS w **Biurze Rekrutacji Zagranicznej Uczelni Łazarskiego** - pok. **63A**, parter, sektor F.

Do czego uprawnia ubezpieczenie w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia?

Posiadając ubezpieczenie można korzystać ze świadczeń zdrowotnych finansowanych ze środków publicznych, tj. bezpłatnych dla pacjenta. Wizyta u lekarza, pobyt w szpitalu, wystawienie recepty, zabieg rehabilitacyjny w ramach NFZ, leczenie w sanatorium – wszystko to są świadczenia zdrowotne.

Więcej informacji dotyczących publicznego systemu opieki zdrowotnej jest dostępne na stronie internetowej: [System zdrowia | Pacjent](#) oraz [Wyszukiwarki placówek medycznych | Pacjent](#).

Jak wybrać placówkę w ramach ubezpieczenia NFZ?

Narodowy Fundusz Zdrowia finansuje świadczenia realizowane w ramach zawartych umów z placówkami na terenie kraju. Nie obowiązuje tzw. rejonizacja, co oznacza, że pacjenci wybierają placówkę samodzielnie (nawet poza miejscem swojego zamieszkania).

Ważne: Należy wskazać, iż placówki oznaczone logo NFZ mogą oferować bezpłatną usługę w zakresie określonego świadczenia, np. podstawowej opieki zdrowotnej. Jednocześnie wizyty specjalistyczne, np. okulista mogą nie być opłacane z kontraktu z NFZ. **Warto zatem dopytywać, czy dane świadczenie finansowane jest w ramach posiadanego ubezpieczenia NFZ.**

[Wyszukiwarka przychodni i szpitali, w tym w nagłych przypadkach, w nocy oraz w święta.](#)

Gdzie sprawdzić najbliższe terminy dla świadczeń w ramach NFZ?

[Informator o terminach leczenia NFZ](#) umożliwia sprawdzenie świadczenia z uwzględnieniem przypadków stabilnych oraz pilnych.

Narodowy Fundusz Zdrowia

Kontakt

- **Telefoniczna Informacja Pacjenta: (+48) 800 190 590**, czynny 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu; **(+48) 22 125 66 00 - telefon dla dzwoniących z zagranicy**, obsługa w języku **angielskim, ukraińskim i rosyjskim**.
Informacje dotyczące nocnej i świątecznej pomocy lekarskiej, najbliższego Szpitalnego Oddziału Ratunkowego w nagłych przypadkach oraz dyżurującej apteki.
- **Czat z konsultantem Telefonicznej Informacji Pacjenta:** [Narodowy Fundusz Zdrowia - Chat](#)
- **Czat z tłumaczem języka migowego:** [Telefoniczna Informacja Pacjenta - NFZ \(Narodowy Fundusz Zdrowia\) - tłumacz.migam.org](#)

2.6. Fundacje

Pełna lista organizacji pozarządowych wspierających osoby z niepełnosprawnościami znajduje się na stronie Biura Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych

[Lista organizacji pozarządowych wspierających osoby z niepełnosprawnościami.](#)

Wybrane organizacje zajmujące się wsparciem osób z różnymi niepełnosprawnościami przedstawiono w kolejnych podrozdziałach.

2.6.1. Fundacja Avalon

Jedna z największych organizacji pozarządowych w Polsce, wspierająca osoby z niepełnosprawnościami i przewlekle chore.

Obszary wsparcia Fundacji Avalon:

- wsparcie finansowe i prowadzenie subkonta w zbiórkach 1,5% podatku,
- seksualność i rodzicielstwo,
- bezpłatne porady: specjalistów ds. osób z niepełnosprawnościami, prawników, psychologa, specjalisty ds. medycznych, pedagoga, seksuologa i doradcy zawodowego,
- grupy wsparcia,
- Centrum Pomocy Uchodźcom z Niepełnosprawnościami,
- aktywizacja zawodowa,
- mapa dostępności,
- programy społeczne i edukacyjne mające na celu zmianę postrzegania osób z niepełnosprawnościami w społeczeństwie.

Kontakt:

Fundacja Avalon

ul. Domaniewska 50A, 02-672 Warszawa (Mokotów)

tel.: (+48) 666 324 328

e-mail: kontakt@fundacjaavalon.pl

Strona internetowa: [Fundacja Avalon - Z nami bariery nie istnieją!](#)

2.6.2. Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji i Fundacja Integracja

Stowarzyszenie wspiera osoby z niepełnosprawnością ruchową poprzez doradztwo, szkolenia oraz działania na rzecz likwidacji barier architektonicznych. Prowadzi również kampanie społeczne promujące integrację osób z niepełnosprawnościami.

Kontakt:

Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji

ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 831 85 82 lub (+48) 570 066 506 lub (+48) 570 066 806

e-mail: warszawa@integracja.org

Strona internetowa: O nas – Integracja.org

Integracja

ul. Andersa 13, 00-159 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 530 65 70

e-mail: integracja@integracja.org

Strona internetowa: Integracja

2.6.3. Fundacja Synapsis

Fundacja oferuje diagnozę, terapię oraz wsparcie dla osób z autyzmem i ich rodzin. Prowadzi również szkolenia dla specjalistów oraz działania edukacyjne mające na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat autyzmu. Można skorzystać z porad specjalistów: prawników, psychologów, pedagogów. Wszelkie informacje i zapisy pod poniższym linkiem:

[Lista telefonów poradniczych - Fundacja Synapsis](#)

Kontakt:

Fundacja Synapsis

ul. Ondraszka 3, 02-085 Warszawa (Ochota)

tel.: (+48) 22 825 87 30

e-mail: fundacja@synapsis.org.pl

Strona internetowa: [Fundacja Synapsis | Fundacja dla dzieci i dorosłych z autyzmem](#)

2.6.4. Polski Związek Głuchych

Związek oferuje wsparcie dla osób niesłyszących, prowadząc działania edukacyjne, rehabilitacyjne oraz społeczne. Organizuje kursy języka migowego, szkolenia zawodowe oraz doradztwo dla osób głuchych i ich rodzin.

Kontakt:

Polski Związek Głuchych

ul. Białostocka 4, 03-741 Warszawa (Praga Północ)

tel.: (+48) 22 619 92 95 lub (+48) 882 088 890

e-mail: biuro@pzg.warszawa.pl

Strona internetowa: [Polski Związek Głuchych Zarząd Główny — Zapraszamy do zapoznania się z informacjami na temat struktury i działalności PZG.](#)

2.6.5. Fundacja Szansa dla Niewidomych

Fundacja oferuje wsparcie dla osób niewidomych i niedowidzących oraz ich opiekunów. Prowadzi działania rehabilitacyjne, edukacyjne i społeczne mające na celu integrację osób z dysfunkcją wzroku. Organizuje szkolenia, warsztaty oraz konsultacje indywidualne, pomoc w doborze sprzętu rehabilitacyjnego i uzyskaniu dotacji.

Kontakt:

Fundacja Szansa dla Niewidomych

ul. Gałczyńskiego 7, 00-362 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 635 10 60 lub (+48) 662 138 400

e-mail: warszawa@fundacjaszansa.org

Strona internetowa: [Fundacja Szansa - Jesteśmy Razem - Strona Główna](#)

2.7. Organizacje pozarządowe zajmujące się udzielaniem pomocy cudzoziemcom w Warszawie

2.7.1. Fundacja Wsparcia i Integracji Studentów i Absolwentów Zagranicznych (InterStud)

Jest to organizacja wspierająca cudzoziemców w edukacji i integracji na polskim rynku pracy. Specjalizuje się w pomocy uchodźcom i migrantom oferując kompleksowe wsparcie w znalezieniu zatrudnienia oraz podnoszeniu kwalifikacji zawodowych.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja Wsparcia i Integracji Studentów i Absolwentów Zagranicznych (InterStud)?

- **Aktywizacja zawodowa** – pomoc w poszukiwaniu pracy, przygotowanie do procesu rekrutacyjnego, wsparcie w tworzeniu CV i listu motywacyjnego.
- **Nauka języka polskiego** – specjalistyczne kursy dostosowane do różnych grup zawodowych, obejmujące słownictwo branżowe i zagadnienia kulturowe związane z pracą w Polsce.
- **Edukacja dla dorosłych** – doradztwo w zakresie podnoszenia kwalifikacji, wyboru kursów zawodowych, szkół policealnych i studiów w Polsce.

Fundacja InterStud działa na rzecz integracji migrantów, pomagając im zdobyć wiedzę i umiejętności niezbędne do samodzielnego funkcjonowania w nowym środowisku. Poprzez swoje programy przyczynia się do budowania otwartego i wspierającego społeczeństwa.

Kontakt:

Fundacja Wsparcia i Integracji Studentów i Absolwentów Zagranicznych (InterStud)

ul. Grzybowska 80/82, VII piętro, 00-844 Warszawa (Wola)

tel.: (+48) 794 681 947

e-mail: biuro@interstud.pl

Strona internetowa: [fundacja wsparcia i integracji studentów i absolwentów zagranicznych](http://fundacja.wsparcia.i.integracji.studentow.i.absolwentow.zagranicznych.pl)

2.7.2. Fundacja dla Migrantów „Dobry Start”

Jest to organizacja wspierająca osoby z doświadczeniem migracji i uchodźstwa w Polsce. Działa na rzecz integracji, równości i dialogu międzykulturowego.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja dla Migrantów „Dobry Start”?

- **Kursy językowe** – bezpłatne lekcje języka polskiego ułatwiające funkcjonowanie w codziennym życiu i na rynku pracy.
- **Doradztwo zawodowe** – wsparcie w znalezieniu pracy, pisaniu CV, zakładaniu działalności gospodarczej i adaptacji zawodowej.

- **Pomoc prawna i psychologiczna** – indywidualne konsultacje dla migrantów i migrantek w zakresie legalizacji pobytu, praw pracowniczych, ochrony przed dyskryminacją oraz wsparcia emocjonalnego.
- **Wsparcie rzeczowe** – odzież, obuwie, żywność i środki higieniczne dla osób w trudnej sytuacji życiowej.
- **Edukacja międzykulturowa** – działania na rzecz dialogu międzykulturowego, promocja równości i przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu.

Fundacja działa na rzecz budowania otwartego społeczeństwa, w którym każda osoba, niezależnie od pochodzenia, ma szansę na godne życie i aktywne uczestnictwo w życiu społecznym.

Kontakt:

Fundacja dla Migrantów „Dobry Start”

ul. Bracka 18/63, II piętro, 00-028 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 658 04 87

e-mail: biuro@fds.org.pl

Strona internetowa: [Pomóż nam wspierać migrantów - Fundacja dla Migrantów "DOBRY START"](#)

2.7.3. Polskie Forum Migracyjne

Jest to organizacja wspierająca cudzoziemców w Polsce, pomagająca im w adaptacji oraz codziennym funkcjonowaniu poprzez edukację, doradztwo i wsparcie psychologiczne. Niezależnie od kraju pochodzenia, języka, statusu czy sytuacji życiowej Polskie Forum Migracyjne oferuje kompleksową pomoc w procesie integracji.

Jakie wsparcie oferuje Polskie Forum Migracyjne?

- **Nauka języków** – organizuje bezpłatne konwersacje w języku polskim i angielskim prowadzone przez wolontariuszy.
- **Wsparcie psychologiczne** – zapewnia indywidualne konsultacje dla dorosłych i dzieci, interwencję kryzysową oraz edukację prozdrowotną.
- **Pomoc w sprawach formalnych** – oferuje doradztwo w zakresie legalizacji pobytu, zakładania działalności gospodarczej, zatrudnienia, edukacji i spraw urzędowych.

- **Infolinia i konsultacje prawne** – udziela porad dotyczących prawa migracyjnego oraz codziennych wyzwań związanych z życiem w Polsce.
- **Mobilne wsparcie** – dociera do osób spoza Warszawy działając na terenie województwa mazowieckiego.
- **Świetlica dla dzieci** – prowadzi przestrzeń stworzoną z myślą o dzieciach migrantów w wieku 3–7 lat umożliwiając ich rodzicom skorzystanie z oferowanej pomocy.

Polskie Forum Migracyjne działa na rzecz integracji cudzoziemców w Polsce, tworząc przyjazne warunki do nauki, pracy i życia.

Kontakt:

Polskie Forum Migracyjne

ul. Szpitalna 5/14, 00-031 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 692 913 993

e-mail: info@forummigracyjne.org

Strona internetowa: [Strona główna - Fundacja Polskie Forum Migracyjne](#)

2.7.4. Fundacja Obywatelska Perspektywa

Jest to organizacja działająca na rzecz tolerancji, dialogu międzykulturowego i budowy otwartego społeczeństwa. Jej celem jest wspieranie współpracy między różnymi narodami, grupami etnicznymi i religiami oraz przeciwdziałanie dyskryminacji i wykluczeniu społecznemu.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja Obywatelska Perspektywa?

- **Edukacja i świadomość społeczna** – organizowanie szkoleń, warsztatów, kursów, wykładów, odczytów, seminariów, spotkań, konferencji, lekcji i zajęć edukacyjnych.
- **Wsparcie antydyskryminacyjne** – społeczną, prawną, edukacyjną i psychologiczną pomoc dla osób dotkniętych dyskryminacją i wykluczeniem społecznym.
- **Działalność kulturalna i integracyjna** – organizowanie wydarzeń artystycznych, koncertów, wystaw i festiwali promujących różnorodność kulturową.

- **Programy społeczne** – tworzenie i wdrażanie programów walki z rasizmem, ksenofobią i wszelkimi formami dyskryminacji oraz programów wyrównywania szans i orzecznictwa praw osób dyskryminowanych.
- **Publikacje i media** – wydawanie książek, broszur, materiałów edukacyjnych oraz produkcja filmów i nagrań audio-video propagujących idee równości i otwartości.

Fundacja angażuje się w szeroką działalność społeczną i kulturalną, wspierając budowę wielokulturowego społeczeństwa opartego na dialogu i wzajemnym szacunku.

Kontakt:

Fundacja Obywatelska Perspektywa

ul. Puławska 24b/14, 02-512 Warszawa (Mokotów)

tel.: (+48) 501 022 598

e-mail: fundacja@obywatelska.org.pl

Strona internetowa: [co słyhać - Fundacja Obywatelska Perspektywa](#)

2.7.5. Fundacja dla Wolności

Jest to organizacja wspierająca dzieci i dorosłych z doświadczeniem uchodźczym i migracyjnym w Polsce. Działa na rzecz integracji poprzez sport, edukację i wsparcie społecznościowe, przełamując bariery kulturowe i przeciwdziałając dyskryminacji.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja dla Wolności?

- **Sport i integracja** – organizowanie bezpłatnych zajęć sportowych dla dzieci i dorosłych z różnych środowisk wspierających budowanie relacji, wzmacnianie poczucia przynależności i przełamywanie barier kulturowych.
- **Wsparcie dzieci uchodźczych** – prowadzenie świetlicy edukacyjnej w ośrodkach dla cudzoziemców w Dębaku i Lininie, pomoc w nauce języka polskiego, organizowanie zajęć i wycieczek.
- **Edukacja międzykulturowa** – warsztaty i szkolenia dla szkół, nauczycieli i trenerów mające na celu budowanie otwartego społeczeństwa i przeciwdziałanie stereotypom.

- **Pomoc rodzinom uchodźczym** – wsparcie w sprawach prawnych, socjalnych, medycznych i zawodowych, ułatwiające codzienne funkcjonowanie w nowym kraju.

Fundacja dąży do stworzenia w Warszawie wzorcowego centrum integracji cudzoziemców, łączącego sport, edukację i aktywność społeczną. Działa w partnerstwie z organizacjami krajowymi i międzynarodowymi, promując ideę równości i solidarności.

Kontakt:

Fundacja dla Wolności

ul. Ordynacka 9, 00-364 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 398 14 46

e-mail: info@fundacjadlawolnosci.org

Strona internetowa: [Gramy fair – Fundacja dla Wolności](#)

2.7.6. Fundacja Ocalenie

Fundacja od 2000 roku wspiera osoby z doświadczeniem migracji i uchodźstwa w budowaniu bezpiecznego życia w Polsce. Oferuje kompleksową pomoc niezależnie od kraju pochodzenia czy drogi, jaką migranci przebyli, aby dotrzeć do Polski.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja Ocalenie?

- **Centrum Pomocy Cudzoziemcom** – serce fundacji, działające od 2004 roku w Warszawie, gdzie migranci mogą skorzystać z pomocy prawnej, psychologicznej, doradztwa zawodowego oraz wsparcia mentorów kulturowych.
- **Nauka języka polskiego** – bezpłatne kursy dla dorosłych na wszystkich poziomach zaawansowania, prowadzone przez wolontariuszy przygotowanych do nauczania języka jako obcego.
- **Wsparcie mieszkaniowe** – Fundacja pomaga osobom z doświadczeniem uchodźczym w znalezieniu bezpiecznego i stabilnego miejsca do życia. Program „Witaj w domu” zapewnia rodzinom wsparcie w wynajmie mieszkania, dopłaty do czynszu oraz pomoc asystentek rodzin i specjalistów. Z kolei „Refugees Welcome Polska” umożliwia uchodźcom zamieszkanie

u osób prywatnych, sprzyjając integracji i budowaniu relacji opartych na wzajemnym zrozumieniu.

- **Pomoc rzeczowa** – osoby potrzebujące mogą otrzymać w wyznaczonych miejscach wsparcie w postaci niezbędnych artykułów, m.in. ubrań, butów, zabawek, kosmetyków, chemii gospodarczej.
- **Aktywizacja zawodowa i społeczna** – wsparcie w znalezieniu pracy, organizacja warsztatów i spotkań oraz zachęcanie migrantów do aktywnego udziału w życiu społecznym.
- **Działania humanitarne na granicy polsko-białoruskiej** – od 2021 roku Fundacja niesie pomoc osobom przebywającym na granicy. Prowadzi również działania orzecznicze, przeciwstawiając się polityce pushbacków i łamaniu praw człowieka na Polskich granicach.

Fundacja Ocalenie aktywnie działa na rzecz integracji, przeciwdziałania rasizmowi oraz zmian systemowych w polityce migracyjnej Polski, dążąc do budowy społeczeństwa otwartego, w którym każdy, niezależnie od pochodzenia, ma równe szanse na godne życie i rozwój.

Kontakt:

Fundacja Ocalenie

ul. Krucza 6/14A, 00-537 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 828 04 50

e-mail: cpc@cpc.org.pl

Strona internetowa: [Strona główna - Fundacja Ocalenie](#)

2.7.7. Fundacja Multiocalenie

Jest to organizacja wspierająca uchodźców, imigrantów i repatriantów poprzez pomoc prawną, psychologiczną oraz naukę języka polskiego w Warszawie. Działa także na rzecz ochrony wielokulturowego dziedzictwa Podlasia i promocji dialogu międzykulturowego.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja Multiocalenie?

- **Wsparcie dla uchodźców i migrantów** – pomoc w legalizacji pobytu, integracji społecznej, aktywizacji zawodowej oraz wsparcie psychologiczne dla osób doświadczających kryzysu migracyjnego.

- **Edukacja i kultura** – organizowanie zajęć językowych, warsztatów międzykulturowych oraz inicjatyw upowszechniających wiedzę o historii i tradycji mniejszości narodowych.
- **Ochrona dziedzictwa** – działania na rzecz renowacji miejsc kultu religijnego, ochrony nekropolii oraz upamiętniania wspólnej historii narodów zamieszkujących tereny dawnej II RP.
- **Promocja Podlasia** – wspieranie lokalnej kultury, sztuki ludowej, tradycyjnych metod produkcji żywności oraz rozwój agroturystyki na terenach o bogatej wielokulturowości.

Fundacja łączy pomoc humanitarną z działaniami edukacyjnymi i kulturalnymi, budując mosty między społecznościami oraz wspierając ideę otwartego, różnorodnego społeczeństwa.

Kontakt:

Fundacja Multiocalenie

ul. Słomińskiego 1/15, 00-204 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 635 08 98

e-mail: info@multiocalenie.org.pl

Strona internetowa: [Strona główna - Multiocalenie](#)

2.7.8. Caritas Polska

Jest to największa organizacja charytatywna Kościoła katolickiego w Polsce niosąca pomoc potrzebującym bez względu na ich pochodzenie, wyznanie czy sytuację życiową.

Jakie wsparcie oferuje Caritas Polska?

- **Pomoc materialna i rzeczowa** – wsparcie żywnościowe, odzieżowe i finansowe dla osób w trudnej sytuacji życiowej, w tym seniorów, dzieci, migrantów, uchodźców i osób w kryzysie bezdomności.
- **Placówki wsparcia** – ponad 1600 ośrodków w całym kraju, m.in. jadłodajnie, noclegownie, domy matki i dziecka, świetlice terapeutyczne oraz warsztaty terapii zajęciowej.

- **Reagowanie na kryzysy** – pomoc humanitarna w sytuacjach klęsk żywiołowych, kryzysów humanitarnych i zdrowotnych zarówno w Polsce, jak i za granicą.
- **Programy społeczne** – działania wspierające edukację dzieci i młodzieży, aktywizację zawodową osób wykluczonych oraz opiekę nad seniorami.
- **Wolontariat i wspólnota** – sieć 60 000 wolontariuszy zaangażowanych w działania pomocowe na poziomie lokalnym i ogólnopolskim.

Organizacja działa zgodnie z katolicką nauką społeczną promując solidarność i godność każdej osoby. Poprzez współpracę z Caritas diecezjalnymi, administracją publiczną i organizacjami międzynarodowymi, skutecznie odpowiada na potrzeby społeczne i humanitarne.

Kontakt: Caritas Polska

ul. Okopowa 55, 01-043 Warszawa (Wola)

tel.: (+48) 22 334 85 00 lub (+48) 22 334 85 85

e-mail: caritaspolska@caritas.pl

Strona internetowa: Caritas Polska

2.7.9. Ośrodek Migranta Fu Shenfu

Jest to placówka prowadzona przez werbistów, oferująca wsparcie duchowe, językowe i administracyjne dla migrantów i uchodźców w Polsce.

Jakie wsparcie oferuje Ośrodek Migranta Fu Shenfu?

- **Przestrzeń spotkań** – miejsce, gdzie migranci mogą znaleźć wsparcie, uczestniczyć w spotkaniach integracyjnych, wydarzeniach kulturalnych i religijnych.
- **Kursy językowe** – bezpłatne lekcje języka polskiego oraz innych języków, prowadzone przez wolontariuszy, ułatwiające integrację i funkcjonowanie w Polsce.
- **Wsparcie w legalizacji pobytu** – pomoc w procedurach administracyjnych, wypełnianiu wniosków i kontaktach z urzędami.
- **Duszpasterstwo migrantów** – opieka duszpasterska dla różnych wspólnot narodowych, w tym wietnamskiej, afrykańskiej i hiszpańskojęzycznej, a także msze w języku chińskim.

- **Porady duchowe** – możliwość rozmów i konsultacji w językach obcych oraz dostęp do literatury religijnej.

Ośrodek działa w duchu otwartości przyjmując wszystkich niezależnie od narodowości, religii czy światopoglądu. Tworzy przestrzeń integracji, wspierając migrantów w budowaniu nowego życia w Polsce.

Kontakt:

Ośrodek Migranta Fu Shenfu

Adres: ul. Ostrobramska 98, 04-118 Warszawa (Praga-Południe)

tel.: (+48) 22 610 02 52 lub (+48) 781 904 555,

e-mail: osrodek@migrant.pl

Strona internetowa: [Centrum Migranta Fu Shenfu](#)

2.7.10. Stowarzyszenie Interwencji Prawnej

Jest to organizacja oferująca bezpłatną pomoc prawną i integracyjną dla cudzoziemców w Polsce. Specjalizuje się w prawie migracyjnym, azylowym i prawach człowieka.

Jakie wsparcie oferuje Stowarzyszenie Interwencji Prawnej?

- **Wsparcie prawne** – porady dotyczące legalizacji pobytu, azylu, ochrony przed dyskryminacją, odwołań od decyzji Urzędu ds. Cudzoziemców.
- **Pomoc integracyjna** – wsparcie w sprawach socjalnych, mieszkaniowych, edukacyjnych i medycznych.
- **Ochrona przed przemocą motywowaną uprzedzeniami** – pomoc prawna, psychologiczna i mediacyjna dla ofiar przestępstw z nienawiści.
- **Tłumaczenia** – zapewnienie tłumaczy podczas wizyt urzędowych, medycznych i innych sytuacji wymagających znajomości języka.

Organizacja działa w sposób poufny i dostosowuje wsparcie do indywidualnych potrzeb zgłaszających się osób.

Kontakt:**Stowarzyszenie Interwencji Prawnej**

ul. Siedmiogrodzka 5/51, 01-204 Warszawa (Wola)

tel.: (+48) 22 621 51 65 lub (+48) 880 145 372 (informacja dla cudzoziemców
w godz. 15-16)

e-mail: biuro@interwencjaprawna.pl

Strona internetowa: [Stowarzyszenie Interwencji Prawnej](#)

2.7.11. Helsińska Fundacja Praw Człowieka

Jest to najstarsza i najbardziej doświadczona organizacja w Polsce zajmująca się ochroną praw człowieka, demokracji i praworządności. Działa zarówno w kraju, jak i na poziomie Unii Europejskiej oraz w Europie Wschodniej, Azji Centralnej i regionie Kaukazu.

Jakie wsparcie oferuje Helsińska Fundacja Praw Człowieka?

- **Monitorowanie praw człowieka** – śledzenie przestrzegania podstawowych praw, kontrola działań władz, orzecznictwo przed sądami i instytucjami w Polsce i za granicą.
- **Wsparcie prawne** – pomoc osobom, których prawa zostały naruszone, obrona represjonowanych aktywistów, działania na rzecz rzetelnego procesu sądowego i praworządności.
- **Wolność i równe traktowanie** – ochrona społeczeństwa obywatelskiego, swobody mediów, praw migrantów, przeciwdziałanie dyskryminacji i torturom.
- **Obrona praw w dobie kryzysu ekologicznego** – działania na rzecz ochrony praw człowieka w kontekście zmian klimatycznych.

Fundacja pozostaje niezależna i apolityczna koncentrując się na realnej ochronie praw zapisanych w Konstytucji i traktatach międzynarodowych.

Kontakt:**Helsińska Fundacja Praw Człowieka**

ul. Wiejska 16, 00-490 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 556 44 40

e-mail: hfhr@hfhr.pl

Strona internetowa: [Strona główna | Helsińska Fundacja Praw Człowieka](#)

2.7.12. Fundacja Nauki Języków Obcych Linguae Mundi

Jest to organizacja z wieloletnim doświadczeniem w nauczaniu języków obcych dorosłych oraz języka polskiego jako obcego. Od 1989 roku wspiera cudzoziemców w integracji językowej, kulturowej i zawodowej, pomagając im odnaleźć się w nowym środowisku.

Jakie wsparcie oferuje Fundacja Nauki Języków Obcych Linguae Mundi?

- **Kursy językowe** – szkolenia dla firm i instytucji oraz kursy języka polskiego na różnych poziomach zaawansowania, dostosowane do potrzeb uczestników.
- **Certyfikacja i egzaminy** – Fundacja jest oficjalnym Centrum Egzaminacyjnym Języka Polskiego jako Obcego i organizuje międzynarodowe egzaminy językowe.
- **Wsparcie adaptacyjne i integracyjne** – kursy języka polskiego z elementami wiedzy o Polsce, zajęcia kulturowe i zawodowe ułatwiające funkcjonowanie w nowym kraju.
- **Projekty społeczne** – inicjatywy wspierające integrację cudzoziemców, finansowane m.in. ze środków publicznych m.st. Warszawy.

Fundacja kieruje się zasadami jakości, współpracy i innowacji, łącząc nowoczesne metody nauczania z praktycznym podejściem, które pozwala słuchaczom skutecznie rozwijać umiejętności językowe i budować lepszą przyszłość w Polsce.

Kontakt:

Fundacja Nauki Języków Obcych Linguae Mundi

ul. Kopernika 17, 00-359 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 625 42 53 lub (+48) 22 625 42 67 lub (+48) 22 654 22 18

e-mail: sekretariat@linguaemundi.pl

Strona internetowa: [Fundacja i Szkoła Nauki Języków Obcych "Linguae Mundi"](http://Fundacja%20i%20Szkoła%20Nauki%20Języków%20Obcych%20Linguae%20Mundi)

Przydatne dane kontaktowe:

- **Urząd do Spraw Cudzoziemców**
ul. Taborowa 33, 02-699 Warszawa (Ursynów)
tel.: (+48) 47 721 76 75 (dni robocze w godz. 9.00-16.00)
e-mail: infolinia@udsc.gov.pl
Strona internetowa: [Urząd do Spraw Cudzoziemców - Urząd do Spraw Cudzoziemców - Portal Gov.pl](#)
- **Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie**
Wydział Spraw Cudzoziemców
ul. Marszałkowska 3/5, 00-624 Warszawa (Śródmieście)
tel.: (+48) 22 695 65 65
e-mail: wsc@mazowieckie.pl
Strona internetowa: [Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Portal Gov.pl](#)
- **Straż Graniczna**
al. Niepodległości 100, 02-585 Warszawa (Mokotów)
tel.: (+48) 22 500 40 00 – Centrala
e-mail: gkg.kg@strazgraniczna.pl
Strona internetowa: [Cudzoziemcy Komenda Główna Straży Granicznej](#)
- [Wykaz ośrodków dla cudzoziemców ubiegających się o udzielenie ochrony międzynarodowej.](#)

3. Pomoc psychologiczna i psychiatryczna

Jakie usługi świadczy psycholog, psychoterapeuta, psychiatra?

Psycholog – dokonuje diagnozy bieżących trudności wpływających na codzienne funkcjonowanie. Przeprowadza wywiad, często wykorzystuje testy psychologiczne. Psycholog ustala z odbiorcą usługi plan terapeutyczny i kieruje do psychoterapeuty lub psychiatry. Nie zajmuje się psychoterapią, nie dokonuje zleceń w zakresie leczenia farmakologicznego.

Psychoterapeuta – prowadzi terapię na podstawie ustalonego z odbiorcą celu oraz planu terapeutycznego według określonej metody. Psychoterapeuta zgłębia zgłaszane trudności, które przyczyniają się do obniżenia funkcjonowania w różnych sferach życia oraz wywołują zaburzenia psychiczne.

Psychiatra – stawia diagnozę oraz ustala plan leczenia, w tym farmakologicznego. Przeprowadza wywiad oraz zleca badania laboratoryjne. Wydaje skierowanie, jeśli konieczne jest leczenie w szpitalu, kieruje na oddział dzienny. **Przy dużym nasileniu objawów oraz znacznym zaburzeniu funkcjonowania, tj. nasiloną mania, nasiloną depresję, schizofrenia, myśli samobójcze, autoagresja należy zgłosić się do lekarza psychiatry.**

Więcej informacji na temat usług psychologicznych, psychoterapeutycznych i psychiatrycznych dostępne na stronie internetowej [Psycholog, psychoterapeuta czy psychiatra? | Pacjent](#)

3.1. Narodowy Fundusz Zdrowia

Informacje o miejscach udzielania świadczeń w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) można uzyskać przez całodobową Telefoniczną Informację Pacjenta pod numerem telefonu: **800 190 590**.

- **(+48) 22 125 66 00** – telefon dla dzwoniących z zagranicy, obsługa w języku angielskim, ukraińskim i rosyjskim.
- **Czat z konsultantem Telefonicznej Informacji Pacjenta:** [Narodowy Fundusz Zdrowia - Chat](#)
- **Czat z tłumaczem języka migowego:** [Telefoniczna Informacja Pacjenta - NFZ \(Narodowy Fundusz Zdrowia\) - tłumacz.migam.org](#)

[Wyszukiwarka ośrodków wsparcia zdrowia psychicznego](#)

Więcej informacji na temat Narodowego Funduszu Zdrowia dostępnych w rozdziale: [Narodowy Fundusz Zdrowia](#) (odsyłacz).

3.1.1. Dzieci i młodzież

Świadczenia w zakresie zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży realizowane są na trzech poziomach.

Gdy u dziecka lub nastolatka występują niepokojące objawy natury psychicznej pierwsze kroki należy skierować do ośrodka pomocy środowiskowej - **I poziom** - skierowanie nie jest potrzebne. Pomoc jest bezpłatna, finansuje ją NFZ.

I poziom: Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży - Poradnia psychologiczna dla dzieci: psycholog, psychoterapeuta, terapeuta środowiskowy.

W stanach wymagających konsultacji z lekarzem psychiatrą należy zgłosić się do Centrów Zdrowia Psychicznego – **II poziom** – skierowanie nie jest potrzebne. Leczenie jest bezpłatne, finansowane przez NFZ.

II poziom: Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży - Poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci: psychiatra dzieci i młodzieży, psycholog, psychoterapeuta, Oddział dzienny.

Jeśli dziecko lub nastolatek wymaga leczenia całodobowego, zostanie skierowane na **III poziom** - jest to leczenie w szpitalnym oddziale psychiatrycznym. Skierowanie jest wymagane. Pomoc jest bezpłatna, finansuje ją NFZ.

III poziom: Ośrodek Wysokospecjalistycznej Całodobowej Opieki Psychiatrycznej – Izba Przyjęć, Oddział psychiatryczny dla dzieci.

Uwaga: W sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia i zdrowia dziecka należy zgłosić się do **Izby Przyjęć ośrodka z III poziomu**. W stanie nagłego zagrożenia życia można zgłosić się **bez skierowania**.

Więcej informacji na temat pomocy psychologicznej i psychiatrycznej dostępnych na [stronie internetowej w Poradniku Pacjenta: Jak pomóc dziecku w kryzysie psychicznym?](#)

Wykaz placówek najbliższych miejscu zamieszkania, na każdym z trzech poziomów opieki.

3.1.2. Osoby dorosłe

Kiedy potrzebne jest skierowanie?

- na wizytę u **psychologa w trybie ambulatoryjnym** (z wyjątkiem okresu stanu epidemii lub zagrożenia epidemicznego),
- na wizytę u **psychoterapeuty w trybie ambulatoryjnym** – w poradni zdrowia psychicznego i w poradni psychologicznej,
- do **szpitala psychiatrycznego**.

Kto może wystawić skierowanie?

- **do psychologa lub psychoterapeuty:** dowolny lekarz ubezpieczenia zdrowotnego, czyli lekarz, który ma umowę z NFZ lub pracuje w placówce, która ma taką umowę. Może to być lekarz pierwszego kontaktu, ale także lekarz specjalista, np. kardiolog lub endokrynolog.
- **do szpitala psychiatrycznego:** każdy lekarz, również prywatny. Takie skierowanie ważne jest 14 dni.

Więcej informacji dostępnych na stronie internetowej [Skierowanie na leczenie | Pacjent.](#)

Uwaga! W nagłej sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia:

- należy zadzwonić na numer alarmowy **112**,
- należy zadzwonić na pogotowie ratunkowe **999**,
- należy udać się na najbliższą izbę przyjęć w szpitalu, w którym znajduje się oddział psychiatryczny,
- należy udać się na SOR (szpitalny oddział ratunkowy) w szpitalu, w którym znajduje się oddział psychiatryczny.

Wykaz szpitali i opieki całodobowej dostępny na stronie internetowej [Szpitale i opieka całodobowa - Gdzie się leczyć](#)

Centra Zdrowia Psychicznego

Osoby dorosłe, które ukończyły 18 lat w przypadku kryzysu zdrowia psychicznego mogą skorzystać ze świadczeń w **Centrum Zdrowia Psychicznego (CZP)**, jeśli takie istnieje na terenie zamieszkania. Bez skierowania, bez zapisywania się

na wizytę, bezpłatnie. W ramach centrum funkcjonuje **Punkt Zgłoszeniowo-Koordynacyjny (PZK)**, w którym:

- następuje wstępna ocena potrzeb zdrowotnych, uzgodnienie wstępnego planu postępowania terapeutycznego oraz udzielenie możliwego wsparcia,
- uzgadniany jest termin przyjęcia i następuje wskazanie miejsca uzyskania niezbędnego świadczenia psychiatrycznego, w przypadkach pilnych nie później niż 72 godziny od zgłoszenia,
- wskazane jest miejsce uzyskania niezbędnego świadczenia z pomocy społecznej – jeśli jest potrzebne.

W zależności od potrzeb i stanu zdrowia pacjentowi w **Centrum Zdrowia Psychicznego** udzielane są świadczenia w trybie:

- **ambulatoryjnym** (wizyty u lekarza psychiatry lub psychologa), w tym **leczenia środowiskowego** (wizyty domowe lekarza psychiatry lub psychologa),
- **dziennym psychiatrycznym** (świadczenia i programy terapeutyczne, niezbędne badania diagnostyczne, leki oraz wyżywienie, działania edukacyjno-konsultacyjne dla rodzin zorganizowane w ramach leczenia, 5 godzin dziennie, 5 dni w tygodniu, przez określony czas),
- **stacjonarnym** (pobyt w szpitalu psychiatrycznym),
- **izbie przyjęć**.

Adresy Centrów Zdrowia Psychicznego dostępne na stronie internetowej [NFZ](#) lub [GOV](#).

Więcej informacji na temat Centrów Zdrowia Psychicznego dostępnych jest na stronie internetowej w [artykule leczenie ambulatoryjne dorosłych](#).

3.1.3. Leczenie w poradni uzależnień

Do poradni uzależnień zgłaszają się osoby uzależnione, min. od alkoholu, narkotyków, hazardu, gier komputerowych, ćwiczeń fizycznych, zakupów. Z usług placówki mogą korzystać również osoby współuzależnione, czyli te osoby, które mieszkają razem z osobą uzależnioną oraz których kondycja psychiczna jest skutkiem pozostawiania w związku emocjonalnym z osobą uzależnioną.

Skierowanie do placówki **nie jest potrzebne**. W trakcie leczenia osoby zgłaszające się otrzymują dostęp do porad lekarskich oraz indywidualnej i grupowej terapii prowadzonej przez specjalistę w zakresie psychoterapii uzależnień.

[Wyszukiwarka poradni uzależnień na stronie internetowej NFZ](#)

3.2. Punkty Informacyjno-Konsultacyjne

Jaką pomoc oferują Punkty Informacyjno-Konsultacyjne (PIK)?

PIK oferuje pomoc dla osób:

- w sytuacji kryzysu zdrowia psychicznego,
- uzależnionych,
- doświadczających przemocy,
- zmagających się z problemami wychowawczymi.

Zadania:

- wstępna diagnoza i ocena sytuacji rodzinnej,
- udzielanie konsultacji i porad psychologicznych, prawnych, socjalnych oraz porad z zakresu profilaktyki HIV/AIDS,
- motywowanie do podjęcia leczenia oraz kierowanie do specjalistycznych placówek,
- inicjowanie interwencji w przypadku diagnozy przemocy domowej,
- prowadzenie w środowisku działań edukacyjno-informacyjnych i motywujących,
- udostępnianie materiałów edukacyjnych i informacyjnych,
- stałe aktualizowanie bazy danych o wszelkich formach pomocy,
- prowadzenie informacji telefonicznej,
- prowadzenie statystyki udzielanych porad i konsultacji (źródło: [Punkty informacyjno-konsultacyjne Miasta Stołecznego Warszawa](#))

Wykaz Punktów Informacyjno-Konsultacyjnych w poszczególnych dzielnicach Warszawy [dostępny na stronie internetowej m.st. Warszawy](#)

Ważne: [Každy Punkt Informacyjno-Konsultacyjny](#) na stronie internetowej zamieścił numer kontaktowy oraz adres e-mail, godziny otwarcia oraz zakres oferowanego wsparcia.

3.3. Ośrodek Interwencji Kryzysowej

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Warszawie pomaga mieszkańcom, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji życiowej, w tym związanej z problemem przemocy w rodzinie. W ramach Ośrodka ([Kontakt – Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej](#)) funkcjonuje:

Dział Interwencji Kryzysowej oferujący:

- całodobową pomoc w formie **interwencji kryzysowej** (pomoc dla osób, które w obliczu problemów życiowych nie są w stanie poradzić sobie z nimi),
- **krótkoterminową pomoc psychologiczną** dla dorosłych.

Jak się zgłosić?

- telefonicznie,
- osobiście w placówce, **bez wcześniejszych zapisów**.

Kontakt

Dział Interwencji Kryzysowej

ul. 6-go Sierpnia 1/5, 02-843 Warszawa (Ursynów)

tel.: (+48) 514 202 619 lub (+48) 511 200 200 lub (+48) 22 855 44 32

e-mail: interwencjakryzysowa@woik.waw.pl

Strona internetowa: [Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej](#)

Punkt Interwencyjny oferujący:

- pomoc w formie **interwencji kryzysowej** (pomoc dla osób, które w obliczu problemów życiowych nie są w stanie poradzić sobie z nimi),
- **krótkoterminową pomoc psychologiczną** dla dorosłych.

Jak się zgłosić?

- telefonicznie,
- osobiście w placówce, **bez wcześniejszych zapisów**.

Ważne: Punkt Interwencyjny czynny od poniedziałku do piątku w godzinach **8:00-20:00**

Kontakt

Punkt Interwencyjny

Pl. Dąbrowskiego 7, 00-057 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 535 430 902 lub (+48) 22 837 55 59

e-mail: punkt.interwencyjny@woik.waw.pl

Strona internetowa: [Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej](#)

Poradnia ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej oferująca:

- pomoc psychologiczną oraz psychoterapeutyczną dla dorosłych doświadczających przemocy w rodzinie, a także dla stosujących przemoc wobec innych osób,
- wsparcie indywidualne,
- konsultacje i terapię par oraz rodzin,
- grupy wsparcia, terapeutyczne, psychoedukacyjne.

Jak się zgłosić?

- telefonicznie,
- osobiście w placówce, **bez wcześniejszych zapisów.**

Ważne: Rejestracja czynna od poniedziałku do piątku w godzinach **8:00-16:00**.

Poradnia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach **8:00-16:00**;

Kontakt

Poradnia ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej

ul. Madalińskiego 45/47, 02-544 Warszawa (Mokotów)

tel.: (+48) 667 833 400 lub (+48) 782 835 303

e-mail: poradnia-przemocdomowa@woik.waw.pl

Strona internetowa: [Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej](#)

Hostel:

- czynny przez **całą dobę**,
- oferuje pomoc i schronienie dla osób doświadczających przemocy oraz znajdującym się w sytuacji kryzysowej, tj. wymagających pomocy w formie czasowego pobytu poza miejscem zamieszkania.

Jak się zgłosić?

- telefonicznie,
- osobiście w placówce, **bez wcześniejszych zapisów.**

Kontakt

Hostel WOIK

ul. 6-go Sierpnia 1/5, 02-843 Warszawa (Ursynów)

tel.: (+48) 514 202 619 lub (+48) 885 523 171

e-mail: hostel@woik.waw.pl

Strona internetowa: Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej

3.4. Grupa Medyczna Vertimed

Uczelnia Łazarskiego oferuje wsparcie psychologiczne dla swoich studentów, które może być kluczowe w radzeniu sobie z wyzwaniami życiowymi i stresem. W ramach tej inicjatywy można skorzystać z **trzech dofinansowanych** wizyt w poradni zdrowia psychicznego, co stanowi doskonałą okazję do rozmowy z wykwalifikowanymi specjalistami.

Szczegóły:

- Dostępne wizyty stacjonarne oraz online.
- **Koszt:** Pierwsze trzy wizyty są dofinansowane przez Uczelnię i kosztują 30 zł za wizytę. Czwarta i kolejne wizyty są pełnopłatne wg. aktualnego cennika poradni.

Jak skorzystać z pomocy?

Skontaktuj się z placówką: telefonicznie, mailowo lub osobiście w placówce (kontakt poniżej).

1. Wybierz dogodny termin wizyty.
2. Przygotuj legitymację studencką.
3. Spotkaj się ze specjalistą, który udzieli Ci odpowiedniego wsparcia.

Ważne informacje:

Jeśli nie możesz przyjść na umówioną wizytę, odwołaj ją najpóźniej 24 godziny przed planowanym terminem. Brak odwołania oznacza rezygnację z możliwości korzystania z dofinansowanych wizyt.

Konsultacje psychiatryczne udzielane są również w **języku angielskim, ukraińskim i rosyjskim.**

Kontakt:**Grupa Medyczna Vertimed**

ul. Bronikowskiego 55, 02-796 Warszawa (Ursynów)

tel.: (+48) 22 405 63 75 lub (+48) 603 804 702

e-mail: repcja@vertimed.pl

3.5. Fundacje zajmujące się zdrowiem psychicznym

3.5.1. Fundacja Pomocy Psychologicznej

Cele Fundacji:

- Wspieranie osób, które chcą podjąć psychoterapię, a które z różnych przyczyn nie mają środków finansowych, aby sfinansować psychoterapię.
- Wspieranie osób w kryzysie psychologicznym, które potrzebują zarówno wsparcia psychoterapeuty jak i psychiatri oraz zleconej przez psychiatrę farmakoterapii, a które z różnych przyczyn nie mają środków finansowych, aby sfinansować psychoterapię oraz leczenie psychiatryczne.
- Edukowanie społeczeństwa w tematach szeroko pojętej psychologii oraz zdrowia psychicznego.

Fundacja oferuje bezpłatną konsultację z psychologiem (online), podczas której można porozmawiać o swoich problemach. Jeśli podczas pierwszego bezpłatnego spotkania zostanie ustalone, że potrzeba jeszcze kilka dodatkowych spotkań, to ich koszt będzie symboliczny – między 10 a 20 złotych.

Jak się skontaktować?

Należy wypełnić formularz znajdujący się na [stronie internetowej fundacji Pomocy Psychologicznej](#). W ciągu 7 dni nastąpi kontakt e-mailowy z Osobą potrzebującą wsparcia.

WAŻNE! Jeśli Osoba nie pojawi się na bezpłatnej konsultacji, to traci możliwość skorzystania z niej w innym terminie. Konsultację przełożyć można maksymalnie 5 dni przed terminem spotkania.

3.5.2. Fundacja ThePresja

Misją fundacji jest niesienie ulgi psychicznej w świecie presji.

Fundacja oferuje bezpłatne konsultacje psychologiczne, w tym w **języku angielskim**, w formie on-line w przypadku przeżywanych trudności rodzinnych, utraty pracy, żałoby, trudności w relacjach, radzeniu sobie ze stresem, w sytuacji utrzymującego się obniżonego nastroju, a także w sytuacji pozyskania wiedzy jak pomóc bliskim osobom w sytuacji kryzysu zdrowia psychicznego.

Jak się skontaktować?

Należy zarejestrować się za pomocą formularza zamieszczonego na [stronie internetowej Fundacji ThePresja](#). Po wypełnieniu danych oraz wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych odbiorca otrzyma na podany adres e-mail link do spotkania z wybranym terapeutą.

WAŻNE: Z bezpłatnej konsultacji każda Osoba może skorzystać jednorazowo. Jeśli odbiorca nie pojawi się na spotkaniu lub nie odwoła konsultacji 24 godziny przed terminem spotkania wówczas traci możliwość skorzystania z bezpłatnej konsultacji.

Fundacja umożliwia ubieganie się o współfinansowanie terapii dla Osób, które z uwagi na trudną sytuację materialną oraz stan zdrowia wymagają terapii długoterminowej. Więcej szczegółów dostępnych na [stronie internetowej Fundacji ThePresja](#).

3.5.3. Fundacja Psych – Strefa Pozytywnych Myśli

Misją Fundacji jest ochrona zdrowia psychicznego mieszkańców Mazowsza.

Osoby poszukujące pomocy mogą wypełnić [formularz znajdujący się na stronie internetowej fundacji Psych – Strefa Pozytywnych Myśli](#).

[Programy wsparcia realizowane przez Fundację Psych – Strefa Pozytywnych Myśli](#) dostępne w zakładce „Aktualności” na stronie internetowej.

3.6. Telefony wsparcia

Bezpłatne linie oferujące pomoc psychologiczną 7 dni w tygodniu przez 24 godziny w przypadku kryzysu zdrowia psychicznego:

- **112** – numer alarmowy w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia
- **116 111** - Telefon zaufania dla **dzieci i młodzieży** Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę
e-mail: [Napisz wiadomość - 116111](#)
chat: [Czatuuj - 116111](#)
Wsparcie również dla dzieci i młodzieży w **języku ukraińskim** ([Strona główna - Ukraina - 116111](#))
- **800 12 12 12** - Telefon zaufania dla **dzieci i młodzieży** Rzecznika Praw Dziecka. Mogą dzwonić również **osoby dorosłe**, aby **zgłosić problem dzieci**.
chat: [Czat dla dzieci i młodzieży - Rzecznika Praw Dziecka](#)
Wsparcie również dla dzieci i młodzieży w **języku ukraińskim i rosyjskim** ([Telefon zaufania w języku ukraińskim – 800121212.pl | Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka](#))
- **800 70 22 22** - Telefoniczne Centrum Wsparcia dla **osób dorosłych**
e-mail: porady@centrumwsparcia.pl
Strona internetowa: [Strona główna - Centrum Wsparcia](#)
- **116 123** – Telefon wsparcia dla **osób dorosłych** Instytutu Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego,
e-mail: [116sos.pl | Formularz kontaktowy | Pomoc psychologiczna dla dorosłych](#),
chat: [116sos.pl | Pomoc psychologiczna dla osób dorosłych](#)
- **697 071 112** – **SMS-owa linia policyjna dla osób niesłyszących**. Umożliwia zgłaszanie sytuacji zagrożenia życia, zdrowia lub mienia za pośrednictwem wiadomości tekstowych.
- **511 200 200** – całodobowy numer telefonu dla **osób dorosłych w kryzysie samobójczym** obsługiwany przez psychologów, terapeutów i pracowników socjalnych – specjalistów, którzy mają doświadczenie we wspieraniu osób w kryzysie suicydalnym Warszawskiego Ośrodka Interwencji Kryzysowej.
- **800 12 01 48** – **Anonimowa Policyjna Linia Specjalna “Zatrzymaj przemoc”** - całodobowy, bezpłatny numer pomocowy

Wsparcie innych specjalistów:

- **669 981 038 lub (22) 255 22 02** – Telefoniczne **wsparcie psychologiczne** Fundacji Polskie Forum Migracyjne. Pomoc w **języku ukraińskim i rosyjskim**.
- **800 12 02 26 – Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie** (od poniedziałku do piątku w godzinach 9.30-15.30, połączenia bezpłatne).
- **(22) 484 88 01 – Antydepresyjny Telefon Zaufania** Fundacji ITAKA. Pomoc **psychologa** w poniedziałki i wtorki w godz. 15:00 – 20:00. Dyżury **psychiatrów** w czwartki i piątki w godz. 15:00-20:00.
e-mail: porady@stopdepresji.pl
- **(22) 594 91 00 Antydepresyjny Telefon Zaufania Forum Przeciw Depresji**. Dyżur lekarza psychiatry w środy i czwartki 17.00-19.00.
- **(22) 484 88 04 – Telefon Zaufania Młodych. Pomoc skierowana do dzieci, młodzieży oraz młodych dorosłych do 25 lat.**
Dyżury **psychologów** od poniedziałku do niedzieli w godz. 13:00-20:00.
Pomoc **seksuologa** w poniedziałki w godz. 17:00-20:00.
Dyżury **terapeutów zaburzeń odżywiania** w czwartki godz. 14:00-17:00.
- **800 12 00 02** - Ogólnopolski telefon dla **ofiar przemocy** w rodzinie „Niebieska Linia”. Infolinia czynna przez całą dobę.
Pomoc w **języku angielskim** w poniedziałki w godz. 18:00-22:00.
Konsultacje w **języku rosyjskim** we wtorki w godz. 18:00-22:00.
e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info
- **720 720 020** – Antyprzemocowa Linia Pomocy Fundacji SEXEDPL bezpłatna i anonimowa dla osób doświadczających przemocy w sytuacjach intymnych.
Dyżury specjalistów: psychologów, seksuologów i psychoterapeutów (od poniedziałku do niedzieli w godzinach 12-00– 20:00).
[Strona internetowa Antyprzemocowej Linii Pomocy Fundacji SEXEDPL](#)
- **800 199 990** - Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki-Narkomania dla osób **używających narkotyków, uzależnionych oraz ich bliskich**. Infolinia bezpłatna, czynna codziennie od 16:00 do 21:00, z wyjątkiem świąt.

Zapewniane: wsparcie psychologiczne i informacje na temat leczenia oraz porady prawne.

- **801 88 98 80 – Telefon zaufania dla osób uzależnionych od czynności** (hazard, Internet, seks, zakupy, jedzenie, praca itp.)
czynny codziennie w godz. 17.00-22.00, również w weekendy
[Strona o uzależnieniach behawioralnych](#)
- **801 88 84 48 – Telefon Zaufania HIV/AIDS** (linia czynna w godzinach 9.00-21.00 od poniedziałku do piątku, połączenie płatne tylko za pierwszą minutę).
- **800 493 494 – Telefon Polskiej Unii Onkologii** oferująca pomoc lekarzy onkologów z zakresu **profilaktyki nowotworów** oraz **wsparcie** w przypadku **diagnozy raka**. Infolinia bezpłatna, czynna od poniedziałku do czwartku od 16:00 do 19:00.
- **800 108 108 – Telefon wsparcia Fundacji Nagle Sami** oferujący wsparcie dla **osób w żałobie**.
Infolinia bezpłatna czynna od poniedziałku do piątku, w godz. 14:00 – 20:00, dodatkowy dyżur w czwartek, w godz. 14:00 – 17:00 jest dla dzieci przeżywających żałobę.
e-mail: info@naglesami.org.pl
- **533 112 121 - Telefon Zaufania Stowarzyszenia Dwie Kreski**, dla kobiet w ciąży. Bezpłatny. Czynny codziennie w godzinach 18:00-23:00.

4. Świadczenia finansowe dla studentów: Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego

Studenci studiów stacjonarnych i niestacjonarnych, kształcący się na studiach pierwszego i drugiego stopnia oraz na jednolitych studiach magisterskich mogą ubiegać się o bezzwrotne świadczenia finansowe w formie:

- **stypendium socjalnego** dla studentów znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej; próg dochodowy pozwalający na ubieganie się o stypendium socjalne ustala się w danym roku akademickim. Więcej informacji dostępnych w zakładce [Zniżki i stypendia dla studenta | Uczelnia Łazarskiego](#).

Posiadanie wizy nie uprawnia do ubiegania się o stypendium socjalne – konieczne jest, np. posiadanie zezwolenia na pobyt czasowy z uwagi na odbywanie studiów, które jest wydawane przez Wojewodę Mazowieckiego.

- **stypendium dla osób z niepełnosprawnościami** dla studentów posiadających orzeczenie o niepełnosprawności, orzeczenie o stopniu niepełnosprawności albo orzeczenie lekarza orzecznika ZUS, orzeczenie o zaliczeniu do jednej z grup osób z niepełnosprawnością, orzeczenie o stałej albo długotrwałej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym.
- **stypendium rektora** może otrzymać student, który uzyskał wyróżniające wyniki w nauce, osiągnięcia naukowe lub artystyczne lub osiągnięcia sportowe we współzawodnictwie co najmniej na poziomie krajowym.
- **zapomogi** może otrzymać student, który znalazł się przejściowo w trudnej sytuacji życiowej.

Więcej informacji na temat zasad przydzielania wsparcia finansowego ze środków ministerialnych dostępnych dostępne na stronie internetowej [GOV](#).

Kontakt z Komisją stypendialną w Uczelni Łazarskiego:

Pełnomocnik Rektora ds. Świadczeń

tel.: (+48) 22 54 35 491

e-mail: stypendia@lazarski.edu.pl

Pokój nr 263, II piętro, sektor F

Regulamin świadczeń Uczelni Łazarskiego, instrukcja złożenia wniosku oraz dodatkowe informacje znajdują się na stronie Uczelni Łazarskiego w zakładce [Zniżki i stypendia dla studenta | Uczelnia Łazarskiego](#).

5. Wsparcie w obszarze rozwoju zawodowego

Informacje na temat ofert pracy i doradztwa zawodowego dla osób z niepełnosprawnością i ze specjalnymi potrzebami:

5.1. Urząd Pracy

Urząd Pracy dla osób z orzeczeniem o niepełnosprawności świadczy usługi w zakresie rozwoju zawodowego, doradztwa, pośrednictwa pracy i różnego rodzaju dofinansowań do szkoleń, staży itp. Więcej informacji tutaj:

[Informacje o rynku pracy dla osób z niepełnosprawnością](#)

[Poradnictwo zawodowe](#)

[Dział obsługi osób z niepełnosprawnościami](#)

Kontakt:

Urząd Pracy m.st. Warszawy

ul. Kasprzaka 18/20 01-211 Warszawa (Wola)

Telefon-centrala: (+48) 22 391 13 00

e-mail: kasprzaka@up.warszawa.pl

Strona internetowa: [Strona główna - Urząd Pracy m.st. Warszawy](#)

5.2. Fundacja Aktywizacja Oddział w Warszawie

Fundacja wspiera osoby z niepełnosprawnościami w edukacji i na rynku pracy, pomagając im zdobywać nowe kompetencje, zwiększać samodzielność oraz odnaleźć się w środowisku zawodowym.

Aktywizacja zawodowa i rozwój kompetencji poprzez doradztwo zawodowe, warsztaty i szkolenia, które pomagają w zdobyciu umiejętności niezbędnych na rynku pracy.

Można skorzystać z:

- Indywidualnych konsultacji w zakresie planowania kariery,
- Warsztatów rozwijających kompetencje miękkie i techniczne,
- Programów stażowych i praktyk zawodowych,
- Wsparcia w procesie rekrutacji i pośrednictwa pracy.

Szkolenia odbywają się zarówno **stacjonarnie**, jak i **online**, co ułatwia dostęp osobom z ograniczeniami mobilnymi.

Programy mentoringowe

Uczestnicy mogą liczyć na **programy mentoringowe**, w ramach, których doświadczeni specjaliści pomagają określić ścieżkę zawodową i przygotować się do pracy. Fundacja oferuje także **konsultacje psychologiczne**, które wspierają w radzeniu sobie ze stresem i budowaniu pewności siebie.

Dostosowanie stanowiska pracy i wsparcie technologiczne

Fundacja pomaga w dostosowaniu miejsca pracy do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, m.in. poprzez:

- Specjalistyczne oprogramowanie i sprzęt wspierający,
- Pomoc w uzyskaniu dofinansowania,
- Szkolenia dla pracodawców w zakresie integracji i dostępności.

Kontakt:

Fundacja Aktywizacja

ul. Chałubińskiego 9 lok. 9a, 00-004 Warszawa (Śródmieście)

Tel.: (+48) 509 251 322

e-mail: kontakt@aktywizacja.org.pl lub warszawa@aktywizacja.org.pl

Strona internetowa: [Fundacja Aktywizacja](http://FundacjaAktywizacja.org.pl)

5.3. Fundacja Integracja i Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji

Fundacja Integracja prowadzi portal „Sprawni w pracy”, który powstał w celu łączenia Pracodawców z Pracownikami z niepełnosprawnością. Znajdują się tu oferty pracy dla osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami: [Oferty pracy dla osób z niepełnosprawnością](#)

Kontakt:

Sprawni w Pracy

ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 831 85 82 lub (+48) 22 530 65 70

e-mail: sprawniowpracy@integracja.org

Strona internetowa: [Sprawni w pracy](#)

Stowarzyszenie Integracja prowadzi portal [niepelnosprawni.pl](#). Jest to największy i najbardziej popularny serwis informacyjny w Polsce poruszający tematykę niepełnosprawności. Zawiera kompendium wiedzy na temat rynku pracy dla osób z niepełnosprawnościami: [Serwis informacyjny Niepełnosprawni.pl](#)

Kontakt:

Portal Niepelnosprawni.pl

e-mail: integracja@integracja.org

Strona internetowa: [Niepełnosprawni.pl](#)

- **Centra Integracji** – miejsca, gdzie doświadczony zespół trenerów pracy, doradców zawodowych i socjalnych oraz ekspertów różnych dziedzin (prawnik, psycholog) wspiera, doradza i aktywizuje osoby z niepełnosprawnością szukające pracy.

Kontakt:

Centrum Integracji w Warszawie

ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 831 85 82 lub (+48) 570 066 506 lub (+48) 570 066 806

e-mail: warszawa@integracja.org

Strona internetowa: [Centra Integracji](#)

Integracja

ul. Andersa 13, 00-159 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 530 65 70

e-mail: integracja@integracja.org

Strona internetowa: Integracja.org – Wsparcie osób z niepełnosprawnością

5.4. Fundacja Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych FAZON

Fundacja FAZON zajmuje się tworzeniem przestrzeni umożliwiającej osobom z niepełnosprawnością korzystanie z pełni przysługujących im praw obywatelskich. Promuje różne formy zatrudniania osób z niepełnosprawnością, ich aktywizację zawodową oraz rehabilitację zawodową i społeczną, a także działa na rzecz rozwoju edukacji ogólnej i zawodowej. Prowadzi szkolenia i szeroko rozwinięte poradnictwo z zakresu prawa, psychologii i zarządzania karierą, stara się urzeczywistnić idee czynnego udziału osób niepełnosprawnych w życiu publicznym i społecznym. Organizuje konferencje, sympozja poświęcone problemom zatrudnienia, edukacji i rehabilitacji zawodowej oraz społecznej osób z niepełnosprawnościami a także opracowywanie i realizowanie programów służących zwiększeniu integracji osób niepełnosprawnych. FAZON wspiera także podmioty gospodarcze zatrudniające lub mogące zatrudnić osoby z niepełnosprawnościami.

Szczegółowe informacje i oferty pracy dla osób z niepełnosprawnością:

[Oferty pracy dla osób z niepełnosprawnością](#)

[Niezbędnik poszukującego pracy](#)

Kontakt:

Fundacja Aktywizacji Osób Niepełnosprawnych FAZON

ul. Marszałkowska 55/73 lok 61, 00-676 Warszawa (Śródmieście)

tel.: (+48) 22 620 32 02 lub (+48)514 952 613

e-mail: praca@fazon.pl lub warszawa@fazon.pl

Strona internetowa: Fundacja Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych

6. Dane kontaktowe do CWiRD

W trosce o zapewnienie pełnej dostępności przestrzeni akademickiej, jeśli student napotka jakiegokolwiek bariery architektoniczne, cyfrowe, informacyjno-komunikacyjne czy organizacyjne, nie należy pozostawiać sytuacji bez reakcji. Można zgłosić problem do Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności, które zajmuje się identyfikacją i eliminacją przeszkód utrudniających funkcjonowanie studentów, pracowników i gości uczelni.

Zgłoszenie może dotyczyć, np.:

- barier architektonicznych – brak podjazdów, nie działające windy, wąskie przejścia,
- barier cyfrowych – niedostępność stron internetowych, problem z obsługą platform edukacyjnych,
- barier informacyjno-komunikacyjnych – brak napisów do materiałów wideo, trudności w uzyskaniu informacji,
- barier organizacyjnych – procedury utrudniające korzystanie z usług uczelni osobom z niepełnosprawnościami.



Każda opinia ma znaczenie – każde zgłoszenie pomaga tworzyć bardziej inkluzywną społeczność akademicką i eliminować trudności, które mogą utrudniać naukę i pracę. W przypadku napotkanego problemu warto skontaktować się z Centrum Wsparcia i Rozwoju Dostępności.