



V Praze jsme doma

Průvodce nejen pro
cizince žijící v Praze



www.newinprague.cz

Milí čtenáři,

v rukou držíte informačního průvodce, který je určen nejen pro migranty žijící na území hlavního města Prahy, ale také pro zaměstnance státní správy, místní samosprávy a neziskových organizací, kteří s migranty pracují. Průvodce je koncipován jako rozcestník základních informací a kontaktů na jednotlivé organizace, úřady a jejich odbory tak, aby zajistil co nejlepší informovanost migrantů a byl jim oporou v řešení každodenních problémů spojených se životem v Praze. Cílem tohoto průvodce je poskytnout vám přehled kontaktů na webové stránky nebo instituce, kde najdete další informace či někoho, kdo vám pomůže, pokud se budete cítit ztraceni.

Přejeme vám, ať se Praha stane vaším novým domovem a společně metropolí VŠECH!

Vaše hlavní město Praha

Tato brožura shrnuje obsah webu V Praze jsme doma, který naleznete na adrese **www.newinprague.cz**. Web „V Praze jsme doma“ byl založen jako microsite hlavního informačního webu pro cizince žijící v Praze „Praha – Metropolevšech“ (<https://metropolevsech.eu>).



Odpovězte na pár jednoduchých otázek a zjistěte, jaké máte povinnosti a na co byste neměli zapomenout, pokud jste cizinec žijící v Praze.



Dvojazyčné komunikační karty pro cizince, které vám usnadní komunikaci s úřady a institucemi.



Připravili jsme sérii šesti krátkých videí pro cizince s užitečnými informacemi o životě v Praze a řešení různých životních situací.





Tato brožura vznikla v rámci **projektu V Praze jsme doma: Společná cesta k integraci**, který realizuje **Integrační centrum Praha ve spolupráci s Magistrátem hlavního města Prahy**. Projekt “V Praze jsme doma: Společná cesta k integraci”, registrační číslo CZ.12.01.02/00/23_010/0000015, je spolufinancován Evropskou unií, z rozpočtu Ministerstva vnitra České republiky a Magistrátu hl. m. Prahy.

Integrační centrum Praha

Integrační centrum Praha (ICP) je obecně prospěšná společnost, která byla založena v roce 2012 hlavním městem Praha a usiluje o to, aby Praha byla domovem pro všechny, kdo se tu rozhodli žít bez ohledu na jejich zemi původu, a místem, kde se jednotliví obyvatelé vzájemně respektují, podporují a spolupracují. ICP nabízí cizincům ze zemí mimo EU, kteří v Praze dlouhodobě legálně pobývají, odborné právní a sociální poradenství, kurzy českého jazyka, doprovody a tlumočení, adaptačně-integrační kurzy a další potřebné služby.

Magistrát hlavního města Prahy

Magistrát hl. m. Prahy se oblasti integrace cizinců věnuje prostřednictvím oddělení národnostních menšin a cizinců, které také spravuje webové stránky Praha – Metropole všech určené především pro cizince žijící v Praze. Cizinci se najdou mnoho inspirativních a pro život důležitých informací, nespočet novinek nebo pozvánek na akce. Důležité informace zde dohledají také odborníci pracující v oblasti integrace cizinců.

Všechny uvedené informace, kontakty a adresy byly aktuální k 1. 1. 2025.
Za případné změny po tomto datu neručíme.



Praha

newinprague.cz/praha

Praha je hlavní a zároveň největší město České republiky, které leží ve středu Čech na řece Vltavě. Do dnešní podoby se vyvíjela jedenáct století. Říká se, že Praha je srdce Evropy, protože je umístěná v samém středu evropského kontinentu.

Podle Starých pověstí českých od Aloise Jiráska, vznik města předpověděla mytická česká kněžna Libuše svým slavným výrokem: „Vidím město veliké, jehož sláva se bude dotýkat hvězd. Tak daleko, kam se dojde za jeden den, je v lese místo, tam když přijdete, najdete muže, jak vyrábí ze dřeva práh. Od tohoto prahu pojmenujte toto místo Praha.“

Praha se brzy stala centrem rodícího se českého státu, kromě významných památek zde naleznete také Národní divadlo nebo Národní muzeum. Jedna z nejvýznamnějších památek, Pražský hrad, je sídlem hlavy státu – prezidenta České republiky. Středověké centrum města je zapsáno od roku 1992 na seznam památek světového kulturního dědictví UNESCO.

Více informací o městě a jeho historii

 praha.eu/historie_archiv_hlm_prahy

Pražské památky

 virtualni.praha.eu/index.php

Informace o aktivitách a místech, které byste neměli minout v hlavním městě

 praha.eu/co-delat-v-praze

Magistrát hlavního města Prahy (MHMP)

Magistrát hlavního města Prahy je úřad pověřený veřejnou správou, jeho činnost je zaměřena především na poskytování služeb občanům hl. m. Prahy.

 Škodův palác, Jungmannova 35/29, 110 00 Praha 1

 praha.eu

 +420 800 100 000

 info@praha.eu

Informační web www.metropolevsech.eu



Hlavní město Praha provozuje informační webovou stránku, která je určena především pro migranty a migrantky žijící v Praze. Webová stránka je k dispozici ve více jazykových mutacích – v jazycích, jimiž nově přichází obyvatelé Prahy mluví nejčastěji. Je vytvořena jako rozcestník nejdůležitějších informací a kontaktů na organizace, úřady a jejich odbory, aby umožnila co nejlepší informovanost migrantů při řešení jejich každodenních situací a orientaci ve městě, které se stalo jejich novým domovem. Zároveň webová stránka poskytuje i informace o možnostech kurzů češtiny, kulturních akcích a možnostech podílet se na veřejném životě tak, aby se co nejdříve a co nejlépe integrovali do života v hlavním městě a v České republice.

Městské části

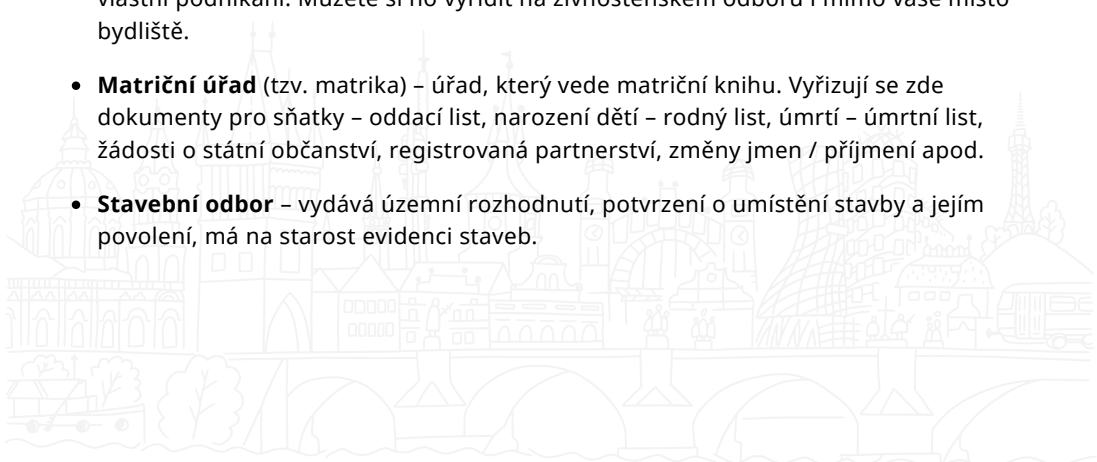
Hl. m. Prahu tvoří 57 samosprávních městských částí. Z těchto MČ je 22 samosprávních obvodů, které mají vlastní městské úřady. Podle místa vašeho bydliště spadáte ke konkrétnímu městskému úřadu. Na úřadech městské části můžete vyřídit mnoho důležitých věcí, které souvisí s životem v Praze – dokumenty týkající se sňatku, založení živnosti či vyřízení parkovací karty pro placené zóny ve vaší městské části. Na každém městském úřadu jsou tzv. odbory (živnostenský, matrika, sociální, školský apod.) a oddělení. Některé městské části se také dlouhodobě věnují agendě integrace cizinců – zaměstnávají referenta pro agendu integrace cizinců nebo interkulturního pracovníky, dále pro cizince pořádají různé akce, kurzy.

Kontakty na jednotlivé městské části



Odbory městských částí

- **Živnostenský odbor** – má na starost živnostníky a podnikatele – zde si založíte vlastní podnikání. Můžete si ho vyřídit na živnostenském odboru i mimo vaše místo bydliště.
- **Matriční úřad** (tzv. matrika) – úřad, který vede matriční knihu. Vyřizují se zde dokumenty pro sňatky – oddací list, narození dětí – rodný list, úmrtí – úmrtní list, žádosti o státní občanství, registrovaná partnerství, změny jmen / příjmení apod.
- **Stavební odbor** – vydává územní rozhodnutí, potvrzení o umístění stavby a jejím povolení, má na starost evidenci staveb.



- **Sociální odbor / odbor sociálních věcí** – věnuje se zejména sociální péči a prevenci – tento odbor zajišťuje dohled v problémových rodinách, kurátory pro děti a mládež, kurátory pro dospělé, vyřizuje žádosti o umístění v domě s pečovatelskou službou či domě seniorů, zajišťuje byty pro sociálně slabé občany, vydává parkovací karty pro občany s trvalým bydlištěm a pro lidi s invalidním důchodem. Pod tento odbor spadá často i tzv. OSPOD – orgán sociálně-právní ochrany dětí.
- **Odbor školství** – zajišťuje například umístění dítěte do mateřské školy / základní školy v místě bydliště; zřizuje a kontroluje školská zařízení, koordinuje školní vzdělávací plány a tím zajišťuje kvalitní výuku dětí, žáků a studentů.
- **Odbor dopravy** – vyřizuje vydání / změny řidičských průkazů a řidičských oprávnění, vyřizuje výměnu cizích řidičských průkazů za české, eviduje vozidla apod. V Praze se řidičské průkazy vydávají v budově MHMP, Business Centre Vyšehrad, Na Pankráci 1685/17, 19, Praha 4.
- **Odbor občansko-správních agend** – vyřizuje občanské doklady, cestovní pasy občanů ČR, eviduje obyvatele a adresy trvalého bydliště apod.

Czech POINT

 czechpoint.cz/public/

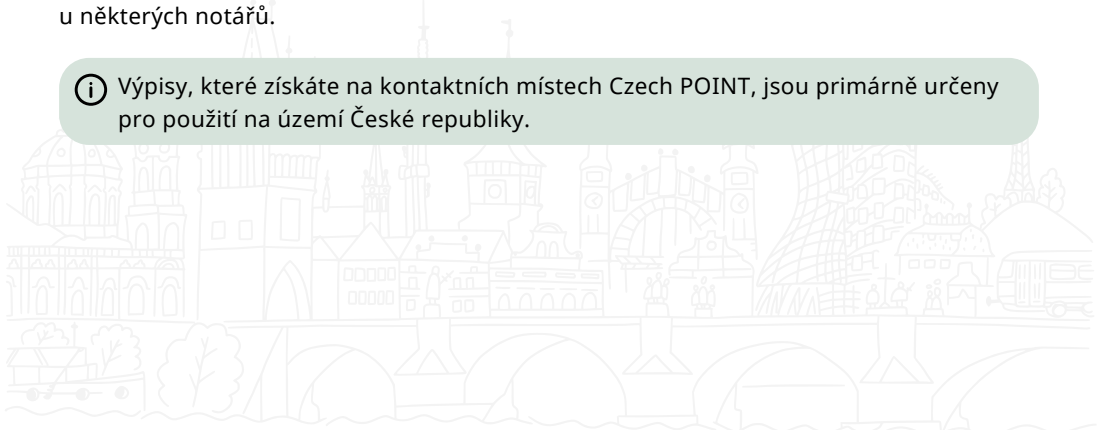
Czech POINT slouží jako asistované místo výkonu veřejné správy, umožňující komunikaci se státem prostřednictvím jednoho místa.

Poskytuje například následující služby:

- výpisy z katastru nemovitostí, obchodního rejstříku, živnostenského rejstříku, rejstříku trestů
- výpis z bodového hodnocení řidiče
- ověření podpisu
- ověření listin
- založení a správa datové schránky

Czech POINTy jsou dostupné na některých městských úřadech, ale také na České poště a u některých notářů.

 Výpisy, které získáte na kontaktních místech Czech POINT, jsou primárně určeny pro použití na území České republiky.





Pobyt v ČR

newinprague.cz/pobyt-v-cr

Pobytové záležitosti mají v ČR na starosti dvě složky Ministerstva vnitra ČR (MV ČR). Jedná se o Službu cizinecké policie a Odbor azylové a migrační politiky (OAMP).

Cizinecká policie

Služba cizinecké policie má na starosti vyřizování krátkodobých víz do 90 dnů, registraci nově příchozích migrantů do ČR, kontrolu pobytových oprávnění (např. v zaměstnání, na ulici) a represí nedodržení podmínek pobytu v ČR.

Oddělení pobytových agend

 Olšanská 2176/2, 130 51 Praha 3

 +420 974 820 317

 krpa.podatelna@pcr.cz

 Po: 08.00–18.00 St: 08.00–18.00 Čt: 08.00–15.00

Odbor azylové a migrační politiky (OAMP)

Pokud jste se rozhodli v ČR pobývat déle než 90 dnů, bude pro vás OAMP tou nejdůležitější institucí, se kterou budete velmi často komunikovat ohledně vašeho pobytu. OAMP řeší agendu dlouhodobých víz, dlouhodobých a trvalých pobytů, přechodných pobytů pro občany EU a jejich rodinné příslušníky, biometrické průkazy apod.

Dbejte na dodržování lhůt, které od OAMP obdržíte. Vždy se co nejdříve informujte, do kdy je nutné konkrétní pobytové záležitosti nebo nahlášení změn vyřešit. Tato pravidla jsou v ČR velice striktní.

 Pokud potřebujete navštívit OAMP, objednejte si termín vaší návštěvy dopředu – předejdete tak dlouhému čekání!

Termín si můžete rezervovat online na ipc.gov.cz nebo telefonicky:

Klientské centrum pro poskytování informací cizincům

Linka funguje pouze v českém a anglickém jazyce.

☎ +420 974 801 801

✉ pobyty@mvcz.cz

🕒 Po–Čt: 8.00–16.00 Pá: 8.00–14.00

Informační linka k dočasné ochraně

☎ +420 974 801 802

✉ ukrajina@mvcz.cz

🕒 Po–Čt: 8.00–16.00 Pá: 8.00–14.00

Na informační linku také můžete volat

- Pokud máte všeobecný dotaz k imigračním záležitostem.
- Pokud potřebujete zjistit náležitosti žádostí.
- Pokud si nejste jisti, jak postupovat v pobytových záležitostech nebo na které pracoviště se obrátit.

Seznam pracovišť OAMP

Oddělení pobytu cizinců Praha I – Žukovského

Městské části: Praha 3, Praha 2, Praha 1, Praha 6, Praha 7, Praha 8

📍 Žukovského 888/2, 161 00 Praha 6 – Ruzyně

🕒 Po, St: 8.00–17.00 Út, Čt: 8.00–15.00 Pá: 8.00–12.00 *

✳ pouze pro objednané klienty

Oddělení pobytu cizinců Praha II – Chodov

Městské části: Praha 10, Praha 4, Praha 5

📍 Cigánkova 1861/2, 148 00 Praha 4 – Chodov

🕒 Po, St: 8.00–17.00 Út, Čt: 8.00–15.00 Pá: 8.00–12.00 *

✳ pouze pro objednané klienty

Oddělení pobytu cizinců Praha V – Kolbenova

Městské části: Praha 9

 Kolbenova 942/38a, 190 00 Praha 9 – Vysočany

 Po, St: 8.00–17.00 Út, Čt: 8.00–15.00 *

 pouze pro objednané klienty

Oddělení pobytu cizinců Střední Čechy – Pekařská

Pro okresy: Praha-západ, Praha-východ

 Pekařská 641/16, 158 00 Praha 5 – Jinonice

 Po, St: 8.00–17.00 Út, Čt: 8.00–15.00 Pá: 8.00–12.00 *

 pouze pro objednané klienty

Oddělení pobytu cizinců Praha III – Hládkov (studentské pracoviště)

Působnost: zahraniční studenti (**3. země**) vysokých škol s pobytem v Praze včetně Prahy-východ a Prahy-západ

 ipc.gov.cz/kdo-jsou-obcane-tretich-zemi/

 Hládkov 682/9, 169 00 Praha 6 – Střešovice

 Po–Čt: 8.00–16.00 * Pá: 8.00–12.00 *

 pouze pro objednané klienty

Oddělení pobytu cizinců Praha – Specializované pracoviště-Letná

Pracoviště odbavuje pouze objednané klienty vyzvané správním orgánem.

 Nad Štolou 936/3, 170 00 Praha 7 – Holešovice (Letná)

 Po–Čt: 8.00–16.00 * Pá: 8.00–14.00 *

 pouze pro objednané klienty

 Vyplněný formulář a potřebné dokumenty **můžete poslat poštou na pracoviště Ministerstva vnitra** podle místa vašeho pobytu. Dokumenty je nutné posílat jako doporučený dopis, ideálně s dodejkou.

 tinyurl.com/newinprague2



- Pokud potřebujete ověřit dokumenty, můžete to zařídit na kterémkoliv **CzechPOINTu**.
- Pokud potřebujete zařídit úřední překlad, kontaktujte **soudního překladatele**.

 metropolevsech.eu/cs/potrebuji-resit/czechpoint/

 seznat.justice.cz

Krajské asistenční centrum pomoci Ukrajině (KACPU)

Pro vyřízení dočasné ochrany se obraťte na Krajské asistenční centrum pomoci Ukrajině.

 tinyurl.com/newinprague3

 Kolbenova 942/38a, 190 00 Praha - Vysočany

 Po–Čt: 8.00–15.00 Pá: 8.00–14.00



V Praze požádat o DO můžete pouze pokud máte zajištěno ubytování. Státní humanitární ubytování je přidělováno pouze na KACPU v Ostravě.



- Označte si poštovní schránku jménem – OAMP a další instituce s vámi budou komunikovat prostřednictvím dopisů.
- Své platné povolení k pobytu noste vždy při sobě.

Povinnosti cizinců

- Po příjezdu do České republiky musíte oznámit místo svého pobytu na území České republiky **příslušnému odboru cizinecké policie** (nebo, v případě občanů 3. zemi s dlouhodobým nebo trvalým pobytem, na pracovišti Ministerstva vnitra).

 tinyurl.com/newinprague4

- Máte povinnost na pracoviště OAMP hlásit všechny změny, které se týkají vašeho bydliště, příjmení, osobního stavu, změnu údajů v cestovním dokladu a v dokladu vydaném k pobytu na území ČR.
- Pokud Vám bylo od 1. ledna 2021 vydáno povolení k dlouhodobému pobytu nebo k trvalému pobytu (bez podmínky předchozího pobytu na území), pravděpodobně máte povinnost absolvovat adaptačně-integrační kurz, a to do jednoho roku ode dne převzetí průkazu o povolení k pobytu. **Zkontrolujte, zda se Vás tato povinnost týká.**

 aik.icpraha.com/form/

Podrobné informace o povinnostech cizinců

 ipc.gov.cz/povinnosti-cizincu/

Podrobné informace o pobytové legislativě

 ipc.gov.cz

- ❶ Pokud potřebujete radu týkající se pobytu, můžete se obrátit na Integrační Centrum Praha, které poskytuje bezplatné právní poradenství. Na poradenství je nutné se předem objednat na tel.: +420 252 543 846. Pokud ještě nemluvíte dobře česky a potřebujete tlumočení, můžete využít bezplatné služby interkulturních pracovníků.





Sociální zabezpečení

newinprague.cz/socialni-zabezpeceni



V ČR existuje systém sociálního zabezpečení, do kterého přispívají všichni ekonomicky aktivní obyvatelé (zaměstnanci, podnikatelé, atd.) a z kterého se poskytuje pomoc sociálně slabším spoluobčanům, rodinám s dětmi a dalším skupinám.

Sociální pojištění

Obyvatelé České republiky povinně odvádějí sociální pojištění ze svých příjmů. Toto pojištění zahrnuje důchodové pojištění, nemocenské pojištění a příspěvek na státní podporu zaměstnanosti.

Díky odvádění těchto plateb máte při dodržení všech podmínek nárok na

- starobní důchod
- nemocenskou dávku
- dávku mateřské či otcovské poporodní péče
- podporu při ošetřování člena rodiny

i Pro podnikatele je nemocenské pojištění dobrovolné. Pokud ale rozhodnete nemocenského pojištění neúčastnit, nemáte nárok na **nemocenské, peněžitou pomoc v mateřství, otcovskou dávku** nebo **dlouhodobé ošetřovné**.

- cssz.cz/web/cz/nemocenske
- cssz.cz/web/cz/penezita-pomoc-v-materstvi
- cssz.cz/web/cz/otcovska
- cssz.cz/web/cz/dlouhodobé-osetrovne

Výběrem sociálního pojištění a vyplácením zmíněných důchodů a dávek se zabývá **Česká správa sociálního zabezpečení**.

- cssz.cz/web/cz/kontakty/region/ossz/praha

⚠ Nemocenské pojištění je jeden z druhů sociálního pojištění a liší se od zdravotního pojištění. Z placeného zdravotního pojištění se financuje zdravotní péče, viz **Zdravotnictví**.

Státní sociální podpora a pomoc v hmotné nouzi

Státní sociální podpora představuje dávky, které jsou vypláceny osobám při narození a výchově dítěte, nedostatku prostředků na bydlení či smrti blízkého člověka:

- rodičovský příspěvek
- příspěvek na dítě
- příspěvek na bydlení
- porodné
- pohřebné

Pomoc v hmotné nouzi je určena osobám, které jsou ve velmi komplikované životní situaci a nemají dostatek prostředků na zajištění důstojného života:

- příspěvek na živobytí
- doplatek na bydlení
- mimořádná okamžitá pomoc

Žádosti o dávky státní sociální podpory a pomoc v hmotné nouzi se podávají na **kontaktní pracoviště úřadů práce**.

 uradprace.cz/web/cz/kontaktني-pracoviste

Humanitární dávka

Informace o humanitární dávce pro osoby s udělenou dočasnou ochranou

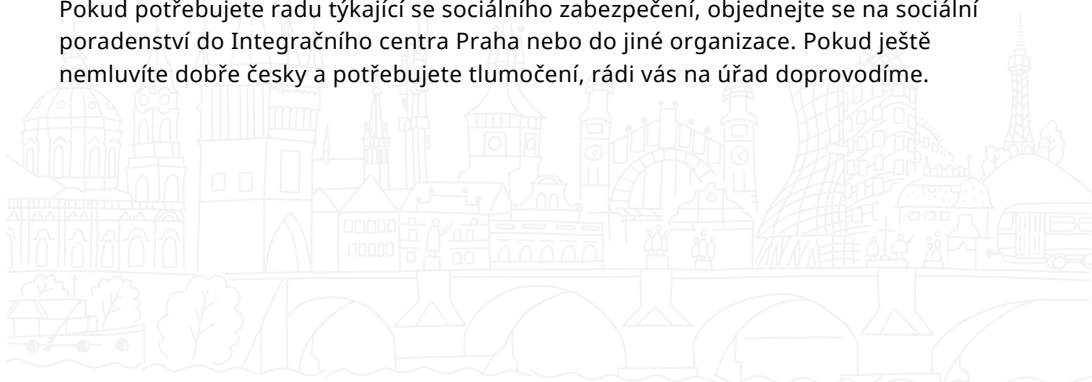
 ipc.gov.cz

S otázkami týkajícími se humanitární dávky, zaměstnanosti a bezpečné práce se můžete obrátit na **infolinku ÚP v ukrajinštině**:

 +420 950 180 100

 Po, St: 8.00–17.00 Út, Čt, Pá: 8.00–13.00

Pokud potřebujete radu týkající se sociálního zabezpečení, objednejte se na sociální poradenství do Integrovaného centra Praha nebo do jiné organizace. Pokud ještě nemluvíte dobře česky a potřebujete tlumočení, rádi vás na úřad doprovodíme.





Rodina a děti

newinprague.cz/rodina-a-deti

Hlavní město Praha se snaží svým obyvatelům poskytnout co nej příjemnější podmínky pro život.

Volnočasové aktivity pro děti

Ve všední dny po škole či školce, o víkendech nebo o prázdninách mohou vaše děti trávit čas zájmovými aktivitami, které podpoří rozvoj jejich talentu a umožní seznámení s novými kamarády.

Domy dětí a mládeže (DDM)

Centra zájmových kroužků a dalších aktivit: sporty, výuka cizích jazyků, malování, keramika, tanec, zpěv, hra na hudební nástroje atd. DDM pořádají také různé výlety a letní tábory.

 volnycaspraha.cz

Základní umělecké školy (ZUŠ)

Rozvoj hudebního, výtvarného, tanečního či literárně-dramatického talentu.

 seznamskol.cz/zakladni-umelecke-skoly/praha

Skaut

Celosvětové hnutí, jehož cílem je výchova dětí a mladých lidí k týmovosti, sebedůvěře, dobrodružnosti, samostatnosti a férovosti.

 skaut.cz/mapa

Interkulturní aktivity Inbáze

Aktivity pro vzájemné setkávání dětí s odlišným kulturním zázemím v přátelském prostředí.

 inbaze.cz/programy-pro-deti-a-mladez

Nízkoprahové kluby pro mladistvé

Volnočasové aktivity (výtvarné kroužky, sport, doučování apod.) a preventivní činnost (prevence kouření, zneužívání návykových látek, šikany apod.). Do klubu může přijít jakékoliv dítě/mladistvý a využít služeb klubu, které jsou zdarma. Díky těmto klubům tráví děti svůj volný čas smyslně, v bezpečném prostředí.

 streetwork.cz

Městské části

Nabízí různé volnočasové aktivity pro své obyvatele, například Dny dětí, aktivity pro seniory apod.

Volnočasové aktivity pro rodiny

Praha nabízí mnoho možností, jak čas s rodinou využít smyslně. Často ani není nutné chodit daleko od domova. Stačí se porozhlédnout – možná i vy máte v okolí svého bydliště kulturní instituci se zajímavým programem.

Komunitní centra

Prostor, který nabízí kulturní program a pro místní obyvatele a podporuje jejich vzájemné seznámení.

 tinyurl.com/newinprague5

Portál Kudy z nudy

Internetový vyhledávač aktuálních možností volnočasového vyžití (kultura, sport, výlety, gastronomie).

 kudyznudy.cz/kam-pojedete/hlavni-mesto-praha

 Zajímavý kulturní či vzdělávací program často připravují také **knihovny**.

 mlp.cz

Řešení rodinných problémů

Někdy věci v rodině nefungují tak, jak by měly a jak bychom si přáli. V těchto nelehkých chvílích se můžete obrátit na specialisty, kteří vám pomohou situaci zvládnout a poskytnou vám odbornou pomoc. Všechny uvedené služby mohou být v případě vašeho zájmu plně anonymní.

Linka bezpečí

Bezplatná telefonická linka krizové pomoci pro děti a mladistvé (až do 26 let). Linka poskytuje krizovou pomoc a poradenství dětem a studentům, kteří se dostanou do náročné životní situace nebo řeší každodenní starosti a problémy, s kterými si neví rady.

☎ +420 116 111

📄 linkabezpeci.cz

✉ pomoc@linkabezpeci.cz

💬 linkabezpeci.cz/chat

🕒 Nonstop

Rodičovská linka

Poskytuje telefonickou krizovou intervenci a poradenství především rodičům, prarodičům a ostatním členům rodiny.

☎ +420 606 021 021

📄 rodicovskalinka.cz

Pomoc obětem domácího násilí

Bílý kruh bezpečí

☎ +420 116 006

📄 bkb.cz

Acorus

☎ +420 283 892 772

📄 acorus.cz

🕒 Nonstop linka pomoci

Rosa

☎ +420 800 60 50 80 (bezplatná linka)

📄 rosacentrum.cz



ProFem

☎ +420 608 22 22 77

📧 profem.cz

🕒 Po–Čt: 09.00–17.00 Pá: 9.00–15.00 So, Ne: 9.00–17.00

Charita, Magdala

☎ +420 737 234 078

📧 praha.charita.cz/sluzby/magdala

🕒 Nonstop linka pomoci

Odbor sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD)

OSPOD je odborem, který spadá pod sociální odbory na městských úřadech. OSPOD zastupuje zájmy dítěte v řízeních, v nichž se rozhoduje o nezletilých dětech (např. komu bude dítě svěřeno do výchovy, jaké bude výživné, jak bude upraven styk rodičů s dětmi).

Péče o seniory

Vysoký věk s sebou přináší omezení soběstačnosti, kterému je třeba čelit. Existují různé služby, které vám a vašim blízkým mohou pomoci. Může se jednat například o dovoz jídla, asistenci, společenský program či pečovatelské služby. O možnostech se můžete informovat na úřadu městské části v místě bydliště.



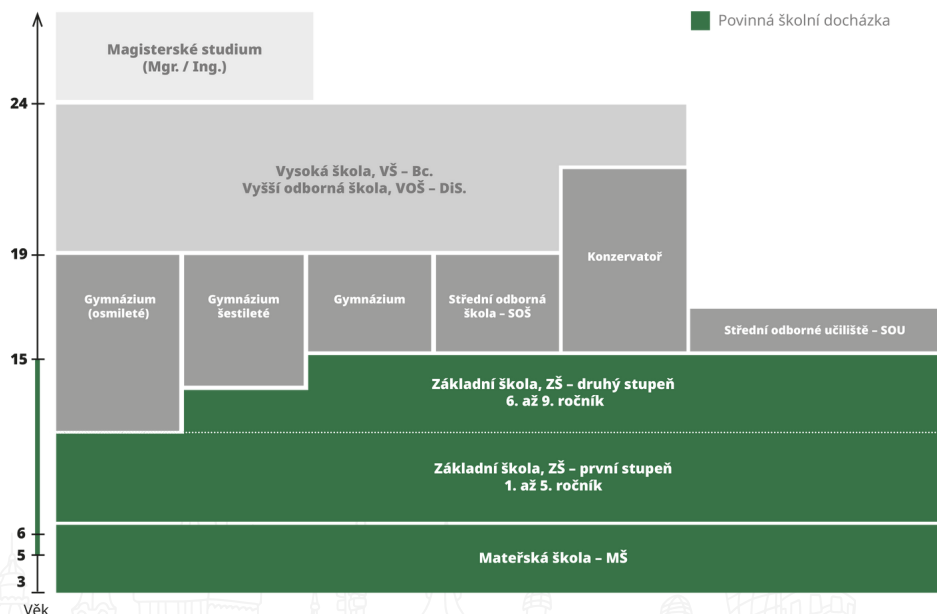


Vzdělávání

newinprague.cz/vzdelavani

Školy v České republice se dělí na státní a soukromé. Na státních školách se neplatí školné, zatímco na soukromých školách ano. Výši školného si určují soukromé školy samy. Docházka na základní školu a poslední rok mateřské školy jsou povinná. Další vzdělání je dobrovolné.

Většina škol i školek nabízí vlastní programy na integraci dětí cizinců, kde se věnují snadnějšímu začlenění dětí s odlišným mateřským jazykem do výuky. V případě zájmu se informujte u dané školy nebo odboru školství městské části.



Mateřská škola (školka)

Mateřskou školu obvykle navštěvují děti od 3 do 6 let věku.

Do 5 let věku je docházka do mateřské školy dobrovolná. Po dovršení 5 let je po dobu jednoho roku povinná (před nástupem na základní školu). Tento poslední ročník předškolního vzdělání je poskytovaný bezplatně.

Do mateřské školy musíte dítě přihlásit – zápisy probíhají od 2. května do 16. května. Vždy si s předstihem zjistíte přesné datum zápisu v konkrétní škole. Podmínkou nástupu do mateřské školy je řádné očkování dítěte (tato povinnost se netýká dítěte, které plní povinné předškolní vzdělávání).

❗ V ČR máme nedostatek míst v mateřských školách, tzn. že vaše dítě nemusí být do vámi vybrané školky přijato. V takovém případě by vám měla být nabídnuta volná místa v dalších mateřských školách v dané městské části.

Seznam mateřských škol v Praze

 seznamskol.eu/typ/materska-skola/

Základní škola

Základní školu obvykle navštěvují děti od 6 do 15 let věku.

Docházka do základní školy je devítiletá a je povinná.

Zápisy do základní školy probíhají každoročně od 1. dubna do 30. dubna. Vždy si s předstihem zjistíte přesné datum v konkrétní škole. I mimo termín zápisu je možné dítě do školy zapsat. V tomto případě doporučujeme kontaktovat ředitele školy.

Pokud vaše dítě ještě není dostatečně připraveno na nástup do první třídy základní školy, můžete požádat o odklad školní docházky. Tuto žádost je nutné podat písemně a musí být posouzena pedagogicko-psychologickou poradnou a odborným lékařem nebo klinickým psychologem. Nástup do základní školy je možné odložit maximálně do 8 let věku dítěte.

Seznam základních škol v Praze

 seznamskol.eu/typ/zakladni-skola/

Střední škola

Podmínkou přijetí na střední školu je dokončené studium na základní škole.

Ke studiu na střední škole jsou vybíráni žáci na základě výsledků přijímacích zkoušek, které si stanovují školy, případně na základě vysvědčení ze základní školy.

Přihlášky ke studiu se podávají do 20. února (u oborů s talentovou zkouškou do 30. listopadu). Vždy si s předstihem zjistěte přesné datum odevzdání přihlášek a přijímacích zkoušek v konkrétní škole.

Seznam středních škol v Praze

 seznamskol.eu/typ/stredni-skola/

Informace k jednotné přijímací zkoušce

 cermat.gov.cz

Vysoká škola

Podmínkou přijetí na vysokou školu je ukončené středoškolské vzdělání s maturitou. Další podmínky se liší podle typu vysoké školy.

Přihlášky na vysokou školu se obvykle podávají do 28. února. Vždy si s předstihem zjistěte přesné datum odevzdání přihlášek a přijímacích zkoušek v konkrétní škole.

Seznam vysokých škol v Praze

 seznamskol.eu/typ/vysoka-skola/

Informace o maturitní zkoušce

 cermat.gov.cz

Školská poradenská zařízení

V případě, že má vaše dítě ve škole problémy (se známkami, chováním, fungováním v kolektivu apod.), nezvládá tempo výuky kvůli jazyku nebo máte podezření, že trpí poruchou učení, můžete se obrátit buď na jeho učitele, nebo přímo na školská poradenská zařízení:

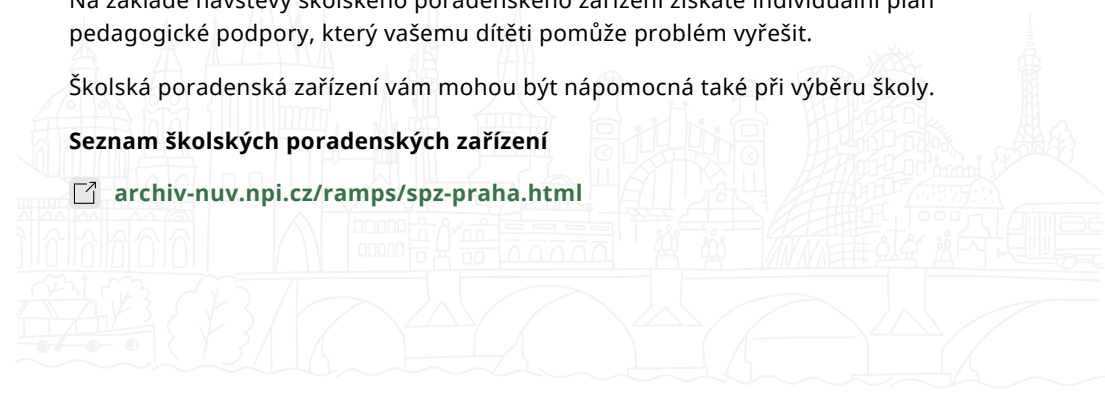
- pedagogicko-psychologické poradny (PPP)
- speciálně pedagogická centra (SPC)

Na základě návštěvy školského poradenského zařízení získáte individuální plán pedagogické podpory, který vašemu dítěti pomůže problém vyřešit.

Školská poradenská zařízení vám mohou být nápomocná také při výběru školy.

Seznam školských poradenských zařízení

 archiv-nuv.npi.cz/ramps/spz-praha.html



Doučování a přípravné kurzy

Obecně prospěšná společnost Nová škola nabízí **doučování v knihovně**. Tato služba je poskytována zdarma na nízkoprahovém principu, tj. pro zapojení není potřeba nic jiného, než přijít a mít zájem.

 novaskolaops.cz/spolecne-v-knihovne-o-co-jde

META, o.p.s. vytvořila pro žáky s odlišným mateřským jazykem, kteří se teprve učí česky, **moderní online nástroje**. Organizace poskytuje žákům-cizincům také přípravné kurzy na střední školy a komplexní poradenské služby v této oblasti.

 inkluzivniskola.cz/cdj-online-nastroje-meta

Informační portál o vzdělávání v ČR

 doskolyspolecne.cz

Praktický rádce

 meta-ops.eu/prakticky-radce/informace/

Nostrifikace – uznání vašeho vzdělání

Uznání zahraničních vysvědčení a diplomů (tzv. nostrifikace) je důležité, pokud chcete v ČR pokračovat ve studiu nebo najít zaměstnání.

Informace o uznání zahraničního vzdělání

 tinyurl.com/newinprague6

Nostrifikace základního a středoškolského vzdělání provádí Magistrát hl. m. Prahy.

Odbor školství, mládeže a sportu MHMP

 Jungmannova 29/35, 111 21 Praha 1

 Po–Čt: 8.00–18.00 Pá: 8.00–16.00

Pro nostrifikaci základního či středního vzdělání je třeba s vyplněnou žádostí předložit:

- zahraniční vysvědčení + úřední překlad
- přehled předmětů s hodinovou dotací za jednotlivé roky studia + úřední překlad
- doklad o místě pobytu v ČR
- úhrada správního poplatku 3 000 Kč

Pokud potřebujete **nostrifikovat vysokoškolské vzdělání**, najdete v rámci České republiky obor, který obsahem odpovídá oboru, který jste vystudovali v zahraničí a kontaktujte veřejnou vysokou školu, která tento obor vyučuje. Tato škola následně nostrifikaci provede.

K vyplněné žádosti je nutné přiložit:

- kopii úředně ověřeného diplomu + úřední překlad
- kopii úředně ověřeného dodatku k diplomu nebo seznamu zkoušek + úřední překlad
- správní poplatek činí 3 000 Kč

Vzdělání vám může být uznáno ihned nebo na základě dodatečných zkoušek.



- Ověřit dokumenty můžete na kterémkoliv **CzechPOINTu**.
- Pro zajištění úředního překladu kontaktujte **soudního překladatele**.



tinyurl.com/newinprague15



seznat.justice.cz



Pokud potřebujete poradit ohledně nostrifikace vzdělání, můžete se obrátit na **Integrační centrum Praha**, které poskytuje bezplatné sociální poradenství. Na poradenství je nutné se předem objednat na tel.: +420 252 543 846. Pokud ještě nemluvíte dobře česky a potřebujete tlumočení, můžete využít bezplatné služby **interkulturních pracovníků**.



icpraha.com



tinyurl.com/newinprague7





Kurzy českého jazyka

newinprague.cz/kurzy-ceskeho-jazyka

Znalost českého jazyka vám zjednoduší komunikaci s úřady, s potenciálními zaměstnavateli nebo zákazníky, ale pomůže vám i k zapojení do kulturního života a nalezení českých přátel. Pokud máte děti, znalost češtiny vám umožní dítě aktivně podporovat při přípravě do školy. Je také jednou z povinností pro získání trvalého pobytu a českého státního občanství.

ICP a další neziskové organizace nabízejí nejen kurzy českého jazyka pro začátečníky, mírně pokročilé, pokročilé, ale i kurzy profesního jazyka, který je důležitý pro vaše snadnější pracovní uplatnění. Tyto kurzy jsou někdy zcela zdarma nebo za malý poplatek. Do kurzů můžete docházet dlouhodobě či nárazově, jen když se vám to hodí (tzv. nízkoprahové kurzy).

Integrační centrum Praha (ICP)

 icpraha.com/kurzy-ceskeho-jazyka/

Centrum pro integraci cizinců (CIC)

 cicops.cz/cz/kurzy

META

 meta-ops.eu/cizinci/kurzy-cestiny/

Poradna pro integraci (PPI)

 p-p-i.cz/kurzy-jazyku-praha/

InBáze

 inbaze.cz/kurzy-ceskeho-jazyka/

Pokud se na kurz nedostanete, můžete také využít bezplatných online a video kurzů od Centra pro integraci cizinců nebo organizace META:

Čeština do školy

 tinyurl.com/newinprague8

Čeština do práce

 tinyurl.com/newinprague9

Videokurz češtiny pro začátečníky

 tinyurl.com/newinprague10

výuková platforma **Levou zadní online**

 tinyurl.com/newinprague11

Zkoušky z českého jazyka pro získání trvalého pobytu a českého občanství

Znalost českého jazyka je jednou z podmínek pro získání trvalého pobytu (znalost na úrovni A2) a českého státního občanství (znalost na úrovni B1). K získání českého občanství musíte také vykonat zkoušku z českých reálií.

 cestina-pro-cizince.cz

Kurzy českého jazyka ke zkoušce k TP v ICP vás na zkoušky připraví!

 tinyurl.com/newinprague12

Přehled organizací aktuálně nabízejících kurzy češtiny

 tinyurl.com/newinprague16





Zdravotnictví

newinprague.cz/zdravotnictvi

Zdravotní služby v České republice jsou poskytovány všem jejím obyvatelům na základě všeobecného zdravotního pojištění.

Zdravotní pojištění

Mít řádně zaplacené a platné zdravotní pojištění je v ČR povinné pro každého.

Všichni občané ČR a obyvatelé EU jsou účastníky **veřejného zdravotního pojištění**, stejně jako

- cizinci s trvalým pobytem
- azyianti
- držitelé doplňkové ochrany
- držitelé dočasné ochrany
- cizinci mladší 18 let s platným povolením k dlouhodobému pobytu
- všichni další cizinci, kteří jsou zaměstnání

Cizinci s dalšími typy pobytů, pokud nejsou zaměstnání, musí mít komerční zdravotní pojištění u **soukromé zdravotní pojišťovny**.

 Pokud máte veřejné zdravotní pojištění, musíte zajistit hrazení pojistného každý měsíc, ať už ho za Vás hradí zaměstnavatel nebo jste samoplátce. Pokud patříte do kategorie pojištěnců za které hradí pojistné stát, musíte to nahlásit pojišťovně.

 Kartičku zdravotní pojišťovny mějte vždy u sebe!

Lékařská péče

Každý by měl být zaregistrovaný u **praktického lékaře**. Na něj se můžete obrátit s jakýmikoliv zdravotními problémy a on vám v případě potřeby vystaví doporučení ke specializovanému lékaři (neurolog, urolog apod.). Svého praktického lékaře musejí mít také děti.

Kromě praktického lékaře byste měli mít také svého **zubaře** a ženy **gynekologa**.

-  Pokud nemůžete najít lékaře nebo vás lékaři odmítají, obraťte se na svoji zdravotní pojišťovnu, která vám předá seznam smluvních lékařů, kteří vás ošetří. Vzhledem k nedostatku lékařů se může stát, že vás lékař odmítne z důvodu naplnění kapacity. V takovém případě je nutné pokračovat v hledání.

Záchranná služba

Telefonická linka, která přivolá pomoc záchranářů k pacientovi. Tuto službu lze využít výhradně v případě náhlých těžkých onemocnění nebo úrazů, kdy se pacient nemůže sám dopravit k lékaři, a kdy je nezbytné rychlé ošetření na místě události a případně přeprava postiženého do zdravotnického zařízení za stálého poskytování neodkladné zdravotní péče, aby nedošlo k dalšímu zhoršení jeho zdravotního stavu nebo ohrožení života.

- 155 – zdravotnická záchranná služba
- 112 – jednotné evropské číslo tísňového volání

-  Linku 112 můžete využít, i když nemluvíte česky, díky operátorům, kteří hovoří různými jazyky. Nicméně je důležité vědět, že hovor zvedne hasič záchranář, což může způsobit zdržení při přepojování hovoru.

- **ZÁCHRANKA** – mobilní aplikace pro tísňové volání

 zachrankaapp.cz

-  Doporučujeme v mobilním telefonu nainstalovat aplikaci Záchranka pro rychlé kontaktování zdravotnické záchranné služby. Aplikace odešle nouzovou zprávu s vaší přesnou polohou. Díky aplikaci přivoláte pomoc i když nemůžete mluvit.

Pohotovostní služba

Pokud vaše situace nevyžaduje volání záchranky, můžete mimo ordinální hodiny praktického lékaře přijít na kteroukoliv pohotovost.

Thomayerova nemocnice

 Vídeňská 800, 140 59 Praha 4 Pávilon B1 (vpravo od hlavní brány)

 ftn.cz

 Pro dospělé: +420 261 082 520 +420 603 566 584

 Pro děti: +420 261 083 783 +420 603 566 587

 Po–Pá: 19.00–06.30 Volné dny nepřetržitý provoz

Fakultní nemocnice v Motole

📍 V Úvalu 84, 150 06 Praha 5 Hala urgentního příjmu – modrá budova P

📧 fnmotol.cz

☎ +420 224 438 590

☎ Speciální cizinecké oddělení: +420 224 433 691 +420 224 433 681

🕒 Po–Pá: 19.00–06.30 Volné dny nepřetržitý provoz

Nemocnice na Bulovce

📍 Budínova 2, 180 00 Praha 8 Přízemí budovy č. 2

📧 bulovka.cz

☎ +420 283 842 222 +420 266 083 301

🕒 Po–Pá: 19.00–06.00 Volné dny nepřetržitý provoz

Fakultní nemocnice Královské Vinohrady

📍 Šrobárova 50, 100 00 Praha 10 Přízemí pavilonu S

📧 fnkv.cz

☎ +420 267 163 778

🕒 Po–Pá: 18.30–23.00 * So, Ne: 8.00–20.00 *

✳ Mimo uvedené hodiny poskytují službu lékařské pohotovostní služby lékaři Centrálního příjmu interních klinik.

Ústřední vojenská nemocnice

📍 U Vojenské nemocnice 1200, 169 02 Praha 6 Budova CH2

📧 uvn.cz

☎ +420 973 203 571

🕒 Po–Pá: 18.00–06.00 Volné dny 7.00–7.00 dne následujícího

Poliklinika Šustova

📍 Šustova 1930/2, 149 00 Praha 4 – Chodov

📧 eucklinika.cz

☎ +420 296 506 302

🕒 Po–Pá 18.00–07.00 Volné dny nepřetržitý provoz



Práce

newinprague.cz/prace

Pokud v Praze plánujete pracovat nebo podnikat, musíte dbát na splnění všech podmínek a plnit povinnosti spojené s vaší činností.

Vstup na trh práce

Ne všichni cizinci mají v ČR volný přístup na trh práce. Podmínky se liší podle typu pobytového oprávnění a podle dalších kritérií.

Podrobněji o vstupu na trh práce

 icpraha.com/hledani-prace-v-cr/

Hledání zaměstnání

V případě, že nejste zaměstnání nebo zaměstnání ztratíte a splňujete zákonem dané podmínky, můžete se evidovat na úřadě práce, který nabízí podporu v nezaměstnanosti, rekvalifikační kurzy a zprostředkovává nabídky práce. Na konkrétní úřad práce se registrujete v místě vašeho bydliště.

Podrobněji o hledání zaměstnání přes Úřad práce

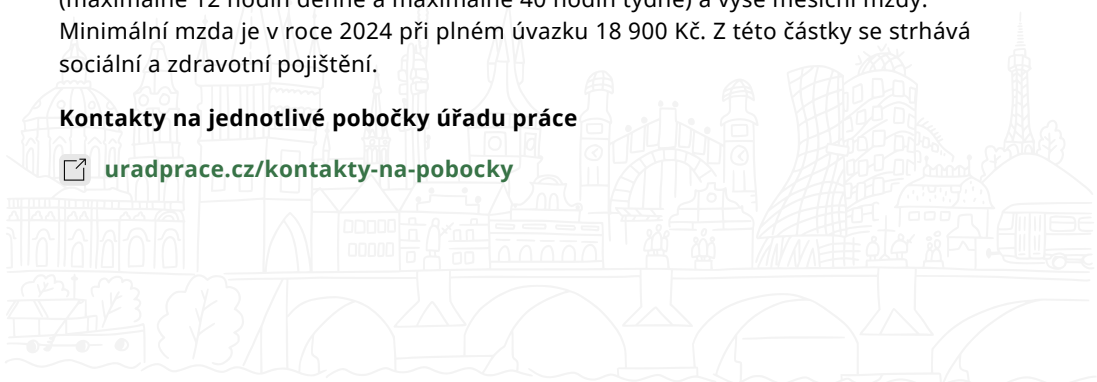
 icpraha.com/hledani-zamestnani-pres-urad-prace/

Zaměstnání si můžete hledat také sami – můžete využít pracovní portály **jobs.cz** nebo **prace.cz**, které slouží k inzerování volných pracovních míst.

Až se vám podaří zaměstnání najít, musíte se zaměstnavatelem podepsat pracovní smlouvu. Dejte si pozor, aby ve smlouvě byla uvedena zákonná pracovní doba (maximálně 12 hodin denně a maximálně 40 hodin týdně) a výše měsíční mzdy. Minimální mzda je v roce 2024 při plném úvazku 18 900 Kč. Z této částky se strhává sociální a zdravotní pojištění.

Kontakty na jednotlivé pobočky úřadu práce

 uradprace.cz/kontakty-na-pobocky



 Pokud si nejste jisti, zda a za jakých podmínek můžete v ČR pracovat, nebo potřebujete konzultaci ohledně hledání práce nebo pracovní smlouvy, můžete se obrátit na Integrační centrum Praha, které poskytuje bezplatné sociální poradenství. Na poradenství je nutné se předem objednat na tel.: +420 252 543 846. Pokud ještě nemluvíte dobře česky a potřebujete tlumočení, můžete využít bezplatné služby interkulturních pracovníků.

Podnikání

V ČR můžete podnikat jako osoba samostatně výdělečně činná (OSVČ), nebo jako právnická osoba.

Pokud si chcete založit živnostenské oprávnění a stát se tak OSVČ, stačí navštívit kterýkoliv živnostenský úřad, bez ohledu na to, kde bydlíte. Cena za vyřízení je 1000 Kč.

Kontakty na pracoviště Živnostenských úřadů pro Prahu

 tinyurl.com/newinprague13

Jako OSVČ máte do 1. dubna každého roku povinnost odevzdat daňové přiznání. Pokud ho neodevdáte, hrozí Vám velké finanční pokuty a může to ovlivnit i prodloužení vašeho pobytu na území ČR. Daňové přiznání se odevzdává na příslušný finanční úřad dle místa sídla vašeho podnikání/firmy. Pokud za vás daňové přiznání zpracovává daňový poradce, prodlužuje se lhůta pro podání do 1. července.

Jako podnikatel máte taky povinnosti vůči zdravotní pojišťovně (v případě když jste účastníkem veřejného pojištění) a České správě sociálního zabezpečení, včetně podávání přehledu o příjmech a výdajích za kalendářní rok. Výše případných záloh na pojistné Vám bude vypočtena na základě toho jestli máte podnikání jako hlavní nebo vedlejší činnost a na základě přehledu za předchozí kalendářní rok.

Alternativně, pokud splňujete podmínky, můžete se přihlásit do paušálního režimu (tzn. budete platit jednu paušální zálohu místo placení daně z příjmů a záloh na důchodové pojištění a veřejné zdravotní pojištění a nebudete muset podávat daňové přiznání a pojistné přehledy).

 tinyurl.com/newinprague17

Kontakty na pracoviště Finančních úřadů pro Prahu

 tinyurl.com/newinprague14

Informace o sociálním pojištění pro OSVČ

 cssz.cz/web/cz/osvc-snadne-a-prehledne

Expat Centre Prague

 expat.praha.eu/business



Řešení krizových situací

newinprague.cz/reseni-krizovych-situaci

Pokud se ocitnete v krizové situaci, je důležité mít uložená krizová telefonní čísla a vědět, že v Praze působí neziskové organizace, které poskytují pomoc v těžkých životních situacích.

Pomoc v řešení krizových situací



Bezplatné krizové telefonní číslo pro celou EU

112



Hasiči

150



Záchránná služba

155



Městská policie

156



Policie ČR

158



Pomoc v řešení krizových situací

Každý se může dostat do těžké životní situace, kdy ztratí střechu nad hlavou, zaměstnání, stane se obětí trestného činu, diskriminace apod. V Praze sídlí mnoho neziskových organizací, na které se můžete bez obav obrátit. Tyto organizace poskytují poradenství a další služby.

Domácí násilí

Jakýkoliv druh násilí, i v rámci rodiny, je v ČR trestný a měl by být ohlášen na Policii ČR.

V případě, že se stanete obětí domácího násilí nebo víte o někom, kdo obětí pravděpodobně je, obraťte se přímo na Policii ČR nebo níže uvedené organizace.

Bílý kruh bezpečí

 U Trojice 2, 150 00 Praha 5

 Linka pomoci: +420 116 006

 bkb.cz

 bkb.praha@bkb.cz

 Po–Čt: 17.00–20.00 Pá: 9.00–13.00 *

 * pouze pro objednané (objednat se lze na tel. č. +420 257 317 110)

Intervenční centrum Praha

 Chelčického 39, 130 00 Praha 3

 +420 281 911 883 +420 734 510 292

 csspraha.cz/intervencni-centrum

 icpraha@csspraha.cz

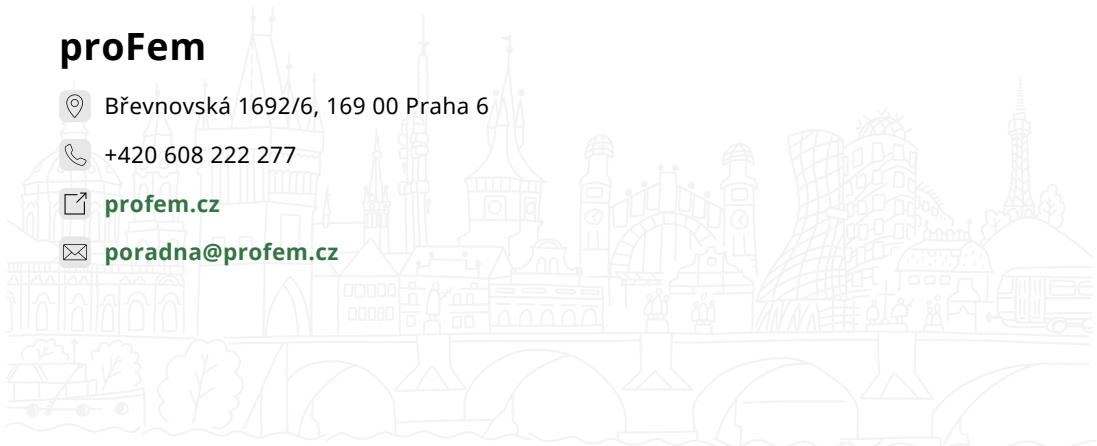
profem

 Břevnovská 1692/6, 169 00 Praha 6

 +420 608 222 277

 profem.cz

 poradna@profem.cz



Rosa

- 📍 Na Slupi 1483/14, 128 00 Praha 2
- 📞 +420 241 432 466
- 📞 Bezplatná linka ROSA: +420 800 60 50 80
- 📄 rosa-os.cz
- ✉ info@rosacentrum.cz

Drogy

Následující organizace poskytují informace o drogové problematice, pomáhají s odvykáním nebo bezplatně vyměňují injekční stříkačky tak, aby se alespoň zamezilo šíření nemocí mezi lidmi závislými na drogách.

Drop In

- 📍 Karolíny Světlé 286/18, 110 00 Praha 1
- 📞 +420 222 221 124
- 📞 Poradenská linka: +420 222 221 431
- 📄 dropin.cz
- ✉ stredisko@dropin.cz

Sananim

- 📍 Na Skalce 819/15, 150 00 Praha 5
- 📞 Infolinka: +420 602 666 415 (Po–Pá: 9.00–13.00)
- 📄 sananim.cz

Prev-Centrum

- 📍 Meziškolská 1120/2, 169 00 Praha 6
- 📞 Ambulance: +420 233 355 459
- 📞 Prevence: +420 242 498 335
- 📞 Služby pro děti a mládež: +420 242 498 334
- 📄 prevcentrum.cz
- ✉ ambulance@prevcentrum.cz

Předsudečné násilí

V případě, že se stanete obětí útoku na základě své příslušnosti k etnické, rasové, náboženské, sexuální, politické či sociální skupině, subkultuře, anebo z důvodu svého věku či zdravotního stavu, vyhledejte bezplatnou pomoc.

Poradna Justýna, In IUSTITIA

 Eliášova 28, 160 00 Praha 6

 Objednání: +420 773 177 636 +420 800 922 922

 Telefonické konzultace: +420 773 177 636 +420 800 922 922

 in-ius.cz

 poradna@in-ius.cz

Bezdomovectví

Bezdomovectví je často spojeno se ztrátou bydlení v důsledku tíživé finanční situace, ztráty zaměstnání nebo např. rozvodu manželství. Pokud se dostanete do situace, kdy takříkajíc „ztratíte střechu nad hlavou“, kontaktujte následující organizace, které nabízejí poradenské služby, ale i přenocování, možnost základní hygieny, jídlo a ošacení.

Maltézská pomoc

 Lázeňská 2, 118 00 Praha 1

 +420 736 620 894

 maltezskapomoc.cz

 lidevnouzi@maltezskapomoc.cz

Nízkoprahová denní centra Naděje

 Bolzanova 1604/7, 110 00 Praha 1 (pro osoby od 18 do 26 let)

 +420 775 868 841

 nadeje.cz/praha/phndcbolzanova

 bolzanova.praha@nadeje.cz

 U Bulhara 46, 110 00 Praha 2 (pod Severojižní magistrálou)

 +420 775 868 860

 nadeje.cz/praha/phndcubulhara

✉ ubulhara.praha@nadeje.cz

📍 Chodovská 3256/4, 141 00 Praha 4 (pro osoby od 18 let ve zhoršeném zdravotním stavu)

☎ +420 770 147 288

📄 nadeje.cz/praha/phndcmichle

✉ praha@nadeje.cz

Noclehárny Naděje

📍 Bolzanova 1604/7, 110 00 Praha 1 (pro zájemce do 26 let)

☎ +420 222 243 434

🕒 Po-Pá: 8.30–16.00

📍 U Bulhara 46, 110 00 Praha 2 (pro zájemce od 26 let)

☎ +420 775 868 860

🕒 Po-Pá: 8.30–16.00

📍 Noclehárna Na Slupi 12, 128 00 Praha 2

☎ +420 775 889 601

📄 nadeje.cz/praha/phnocnaslupi

📍 Noclehárna Husitská 70, 130 00 Praha 3 – Žižkov

☎ +420 775 868 862

📄 nadeje.cz/praha/phnoczizkov

❗ **Jak si nocleh zajistit:** Požádejte o nocleh v nízkoprahových centrech, která jsou u tramvajové zastávky Hlavní nádraží (linky 5, 9, 26).

Armáda spásy v České republice, z. s.

Centrum sociálních služeb B. Bureše

📍 Tusarova 1271/60, 170 00 Praha 7

☎ +420 737 215 419

📄 armadaspasy.cz/pobocky/praha/praha-centrum-socialnich-sluzeb-b-burese

✉ jitka.klanova@armadaspasy.cz

Centrum sociálních služeb Karla Larssona

 Kodaňská 1441/46, 101 00 Praha 10

 +420 777 497 200

 armadaspasy.cz/pobocky/praha/centrum-socialnich-sluzeb-karla-larssona-praha

 sarka.bauerova@armadaspasy.cz

Dluhy a exekuce

Každý se může dostat do tíživé finanční situace, která vyvrcholí dluhy, případně exekucí. Informaci o tom, jak s dluhy zacházet, co je to splátkový kalendář, osobní bankrot apod. vám poskytne sociální pracovník. Obrátit se můžete také na specializovanou poradnu.

Poradna při finanční tísni

 Hvězdova 19, 140 00 Praha 4

 +420 222 922 240 +420 800 722 722

 financnitisen.cz

 poradna@financnitisen.cz

Člověk v tísni

poradenství bez objednání: Po a St: 9.30–17.00

 Vltavské ul. 24, 150 00 Praha 5 – Smíchov

 +420 770 600 800

 clovekvtisni.cz

 jakprezitdluhy@clovekvtisni.cz

Obchod s lidmi, prostituce

Následující organizace poskytují bezplatnou pomoc pro lidi, kteří se stali oběťmi obchodu s lidmi, vykořisťování nebo prostituce.

ROZKOŠ bez RIZIKA

 Bolzanova 1, 110 00 Praha 1

 +420 224 234 453

 rozkosbezrizika.cz

 [prahe@rozkosbezrizika.cz](mailto:praha@rozkosbezrizika.cz)

LaStrada

-  P. O. Box 305. 111 21 Praha 1
-  +420 222 717 171 +420 800 077 777
-  strada.cz
-  pomoc@strada.cz

Oblastní inspektorát práce

Pokud se domníváte, že váš zaměstnavatel neplní povinnosti nebo jinak porušuje pracovní smlouvu, kterou jste s ním uzavřeli, můžete podat podnět k provedení kontroly na inspektorát práce.

-  Náměstí Barikád 1122/2, 130 00 Praha 3 - Žižkov
-  +420 950 179 335
-  suiip.cz/web/oip03
-  [prahe@suiip.cz](mailto:praha@suiip.cz)

Gamblerství

Gamblerství je závislost na hazardních hrách, která může způsobovat vážné finanční, psychické a sociální problémy. Pro pomoc se můžete obrátit na následující organizaci.

Stop závislosti, o. s.

-  +420 775 122 273
-  info@stopzavislosti.cz





Doprava

newinprague.cz/doprava

Pro cestování Prahou můžete využít metro, tramvaje, autobusy i příměstské vlaky, neboli městskou hromadnou dopravu (MHD). Všechny informace o dopravě, aktuální novinky, jízdní řády a pravidla cestování najdete na webových stránkách **Dopravního podniku hlavního města Prahy (DPP)**.

 dpp.cz

Jízdní řády IDOS

 idos.cz/vlakyautobusymhdvse/spojeni/

- Při cestování jakýmkoliv dopravním prostředkem je povinností každého cestujícího mít u sebe platnou a řádně označenou jízdenku.
- Jízdenku si můžete zakoupit v automatech (ve stanicích metra a na některých zastávkách MHD), v informačních střediscích DPP nebo v trafikách, nebo formou SMS z českých telefonních čísel.
- Pokud cestujete po Praze pravidelně a často, vyplatí se vám zakoupit jízdenku s delší časovou platností (tzv. Lítačku).

 pidlitacka.cz

- V dopravních prostředcích a v prostorách metra kontrolují platnost jízdenek revizoři. Ti mají povinnost se legitimovat a ukázat služební průkaz. Vy se naopak musíte prokázat platnou jízdenkou.

Nezapomeňte jízdenku označit v žlutých terminálech umístěných u vchodů do metra, v tramvajích, autobusech i vlacích. Bez označení je neplatná.

 Pokud nebudete mít platnou jízdenku, hrozí vám pokuta 1 500 Kč, respektive 1000 Kč, pokud zaplatíte na místě.



Parkování v Praze

V Praze jsou postupně zřizovány zóny placeného stání. Podle barev poznáte, kdo a na jak dlouho může na daném místě parkovat:

- **Modré zóny** jsou určeny pro parkování rezidentů s dlouhodobou parkovací kartou.
- **Fialové zóny** jsou určeny pro neomezené parkování rezidentů s dlouhodobou parkovací kartou. Návštěvníci zde mohou parkovat max. 24 hodin, a to jen po platbě v parkovacím automatu nebo přes **webovou aplikaci**.

 ke-utc.appspot.com/static/

- **Oranžová zóna** je vyhrazena pro krátkodobé parkování (max. 3 hodiny) návštěvníků. Také zde se platí prostřednictvím parkovacích automatů či přes webovou aplikaci **Virtuální parkovací hodiny**.

 ke-utc.appspot.com/static/

- **Zelená zóna** je označení parkovišť P+R (Park and Ride), B+R (Bike and Ride) a K+R (Kiss and Ride) parkovacích míst. U některých stanic metra a stanic vlaků jsou záchytná parkoviště, která vám umožní zanechat auto nebo kolo na parkovišti a pro cestování po Praze pak využít MHD. K+R jsou místa pro krátkodobé zastavení (max. 5 min).

Více informací o rozmístění zón se dozvíte na webových stránkách konkrétních městských úřadů nebo na webových stránkách parking.praha.eu.

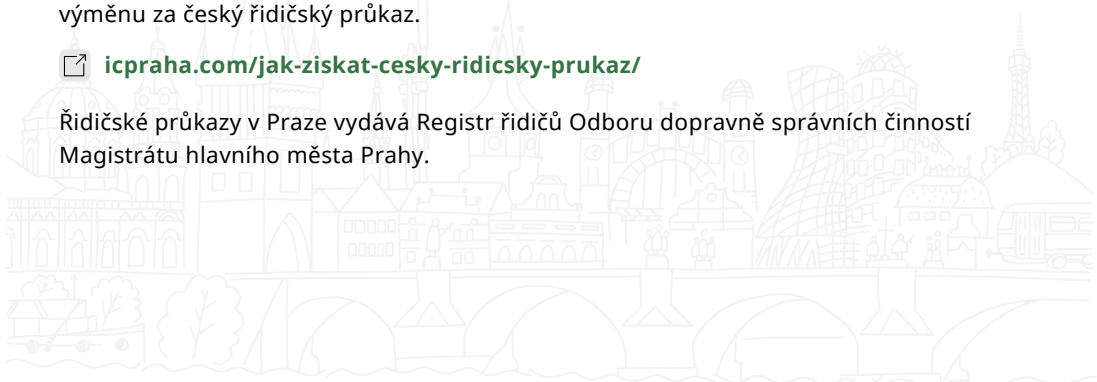
 Parkovací kartu si za poplatek vyřídíte ke svému vozidlu na městském úřadu, kde máte hlášený trvalý pobyt.

Řidičský průkaz

V případě, že jste občan země mimo EU a máte pobytové oprávnění v ČR na dobu méně než jeden rok, můžete v ČR využívat mezinárodní řidičský průkaz. Pokud vám byl uznán trvalý nebo přechodný pobyt na dobu delší než jeden rok, musíte do 3 měsíců požádat o výměnu za český řidičský průkaz.

 icpraha.com/jak-ziskat-cesky-ridicky-prukaz/

Řidičské průkazy v Praze vydává Registr řidičů Odboru dopravně správních činností Magistrátu hlavního města Prahy.





Kultura

newinprague.cz/kultura

Zapojení se do kulturního a společenského života je jednou z důležitých stránek integrace. V Praze je velká síť kulturních zařízení – divadla, kluby, hudební sály, tančírny atd.

Galerie hlavního města Praha zajišťuje nejen stálé expozice a výstavy, ale i doprovodné programy.

 ghmp.cz

Národní muzeum je největší muzeum České republiky, které se skládá z pěti odborných ústavů: Přírodovědeckého muzea, Historického muzea, Českého muzea hudby, Náprstkova muzea asijských, afrických a amerických kultur a Knihovny Národního muzea.

 nm.cz

Národní galerie Praha spravuje největší sbírku výtvarného umění v Česku. Nabízí různé akce a vzdělávací programy pro děti a dospělé.

 ngprague.cz

Muzeum hlavního města Prahy nabízí vzdělávací programy včetně přednášek, komentovaných prohlídek a workshopů pro dospělé návštěvníky.

 muzeumprahy.cz

Museum Kampa nabízí významnou sbírku moderního a současného umění.

 museumkampa.cz

Národní zemědělské muzeum je skvělé místo pro celou rodinu, díky řadě interaktivních exponátů se zde dobře zabaví děti i dospělí.

 nzm.cz

Národní technické muzeum nabízí rozsáhlé expozice věnované historii a vývoji techniky, zahrnující oblasti jako doprava, astronomie, fotografie, architektura a další vědecké a technické obory. Najdete zde dokonce i technické kroužky pro děti.

 ntm.cz

Městská knihovna v Praze půjčuje nejen knihy v češtině a dalších jazycích, ale i elektronické čtečky, hudbu, filmy a obrazy. Dále pořádá kulturní akce, pořady pro děti, přednášky, školení, koncerty i divadelní představení. Na všech pobočkách knihovny je k dispozici zdarma připojení k internetu.

 mlp.cz

Nevíte, kam se dnes vydat? Podívejte se na stránky **Co dělat v Praze** nebo **Portál kudy z nudy.cz**.

 praha.eu/co-delat-v-praze

 kudyznudy.cz





Pomoc cizincům

newinprague.cz/pomoc-cizincum

V Praze působí řada neziskových organizací, které nabízejí podporu cizincům v různých aspektech integrace a dalších životních situacích. Jejich služby jsou poskytovány zdarma díky financování z různých zdrojů, včetně veřejných a soukromých.

Integrační centrum Praha o. p. s.

Integrační centrum Praha o. p. s. (ICP) je nezisková organizace působící od roku 2012 na území hlavního města Prahy, kde poskytuje bezplatně služby migrantům ze zemí mimo EU. ICP je součástí sítě integračních center, která se nacházejí v jednotlivých krajích České republiky.

Všechny služby ICP jsou financovány z evropských fondů, rozpočtu hl. m. Prahy a dalších dotací, proto jsou nabízeny klientům ICP **zdarma**.

Nabízené služby:

sociální poradenství

- hledání mateřských, základních a středních škol a komunikace s nimi
- uznávání zahraničního vzdělání (nostrifikace)
- hledání lékaře, informace o zdravotním pojištění
- poradenství ohledně manželství, narození, úmrtí
- asistence při hledání práce a při vyplňování formulářů a životopisů
- základní poradenství ohledně důchodů a sociálních dávek
- žádost o státní občanství

právní poradenství

- prodloužení pobytu, změny účelu pobytu, žádost o pobyt a odvolání
- sloučení rodiny
- kontrola dokumentů a pomoc s porozuměním oficiálních dokumentů především z Ministerstva vnitra ČR
- základní konzultace ohledně smluv (nájemních, pracovních atd.)
- poskytujeme také základní poradenství v oblastech: uzavírání a zánik manželství, pomoc při diskriminaci, ověřování dokumentů apod.

doprovody na úřady

- pomoc při komunikaci s úřady
- tlumočení a asistence při jednáních

kurzy českého jazyka

- různé jazykové úrovně
- kurzy pro dospělé i pro děti

vzdělávací semináře

- odborné přednášky o historii České republiky, o zvycích a tradicích, o pobytech v ČR, o jejím zdravotním, sociálním nebo vzdělávacím systému apod

kulturní a komunitní aktivity

- akce, které mají za cíl sbližovat Čechy s migranty a podpořit jejich přátelské soužití

 icpraha.com

 facebook.com/ICPraha

 instagram.com/icpraha

 info@icpraha.com

Seznam neziskových organizací pracujících s migranty

V Praze sídlí několik neziskových organizací, které nabízejí **zdarma** pomoc pro migranty při jejich integraci do české společnosti. Nebojte se využít kvalitních služeb těchto organizací.

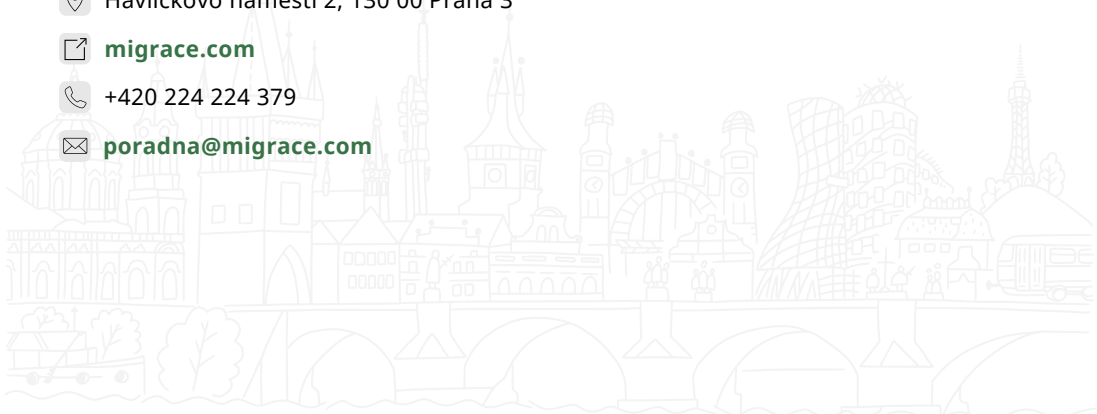
Sdružení pro integraci a migraci (SIMI)

 Havlíčkovo náměstí 2, 130 00 Praha 3

 migrace.com

 +420 224 224 379

 poradna@migrace.com



Poradna pro integraci (PPI)

 Opletalova 921/6, 110 00 Praha 1

 p-p-i.cz

 +420 603 281 269

 [Praha@p-p-i.cz](mailto:p Praha@p-p-i.cz)

InBáze

 Legerova 357/50, 120 00 Praha 2

 inbaze.cz

 Po-Čt: +420 739 037 353

 info@inbaze.cz

Organizace pro pomoc uprchlíkům (OPU)

 Kovářská 4, 190 00 Praha 9

 opu.cz

 +420 730 158 779

 opu@opu.cz

Arcidiecézní charita – Poradna pro migrant a uprchlíky

 Londýnská 44, 120 00 Praha 2

 Praha.charita.cz/sluzby/migrace

 +420 224 813 418

 migrace@Praha.charita.cz

Centrum pro integraci cizinců (CIC)

 Perneroва 32/10, 186 00 Praha 8

 cicpraha.org

 +420 704 600 700

 info@cicpraha.org



META

📍 Žerotínova 1124/35, 130 00 Praha 3

📄 meta-ops.cz

📞 +420 773 639 395 +420 775 339 003

✉️ poradenstvi@meta-ops.cz

Nová škola

📍 Křižíkova 344/6, 186 00 Praha 8

📄 novaskolaops.cz

📞 +420 737 544 773

✉️ novaskola@novaskolaops.cz

Centrum demokratického vzdělávání (CDV)

📍 Kovářská 4, 190 00 Praha 9

📄 demokraticke-vzdelavani.cz

📞 +420 601 166 750

✉️ info@demokraticke-vzdelavani.cz

Multikulturní centrum Praha (MKC)

📍 Náplavní 1, 120 00 Praha 2

📄 mkc.cz

📞 +420 296 325 345

✉️ infocentrum@mkc.cz

Slovo 21

📍 Tábořská 979/5, 140 00 Praha 4

📄 slovo21.cz

📞 +420 604 242 363

✉️ info@slovo21.cz



AMIGA

 Záhřebská 539/15, 120 00 Praha 2

 amiga-migrant.cz

 +420 736 101 609

 info@amiga-migrant.cz

Romodrom

 Na Březince 1513/14, 150 00 Praha 5 – Smíchov

 romodrom.cz

 +420 771 526 081

 info@romodrom.cz

Další užitečné kontakty

Česká advokátní komora

 cak.cz

Seznam soudních překladatelů

 seznat.justice.cz

UNHCR

 help.unhcr.org





Dobrovolnictví

newinprague.cz/dobrovolnictvi

Skvělým způsobem, jak poznat českou kulturu a jazyk, seznámit se s novými přáteli a udělat něco prospěšného pro společnost, je dobrovolnictví – vykonávání společensky prospěšné činnosti bez nároku na finanční odměnu.

Dobrovolnictví se můžete věnovat ve volném čase, který tak vyplníte smysluplnými aktivitami. Dobrovolnická zkušenost se vám navíc bude hodit do životopisu.

V rámci dobrovolnictví se můžete věnovat různým tématům, jako je například práce se sociálně či zdravotně znevýhodněnými lidmi, ochrana lidských práv, ochrana přírody, podpora kulturního života, humanitární pomoc nebo dobrovolnictví ve sportovních a vzdělávacích aktivitách.

V České republice je mnoho organizací a iniciativ, které nabízejí dobrovolnické příležitosti a podporují zapojení cizinců.

Dobrovolnické příležitosti

Dobrovolnik.cz – databáze dobrovolnických příležitostí podle tématu

 dobrovolnik.cz

Idobrovolník – databáze dobrovolnických příležitostí

 idobrovolnik.cz/cs

INEX-SDA – dobrovolnické workcampy v Česku i v zahraničí

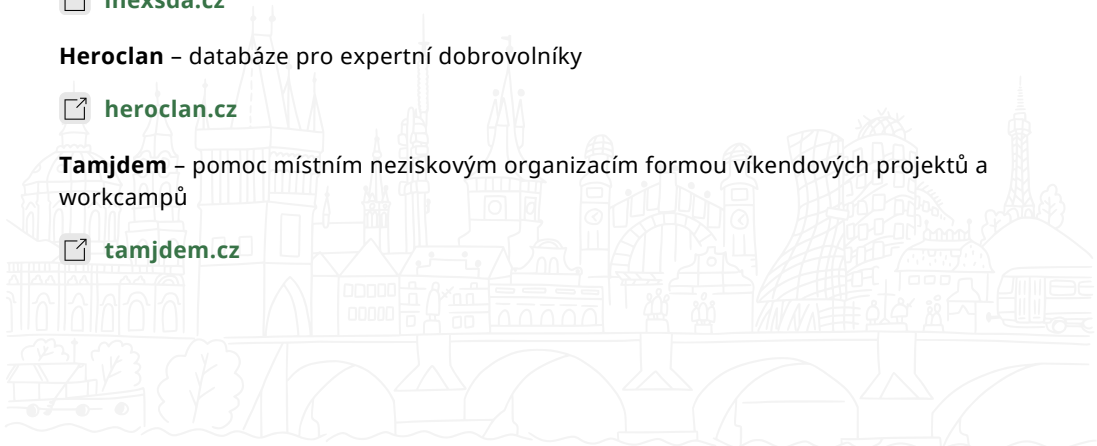
 inexsda.cz

Heroclan – databáze pro expertní dobrovolníky

 heroclan.cz

Tamjdem – pomoc místním neziskovým organizacím formou víkendových projektů a workcampů

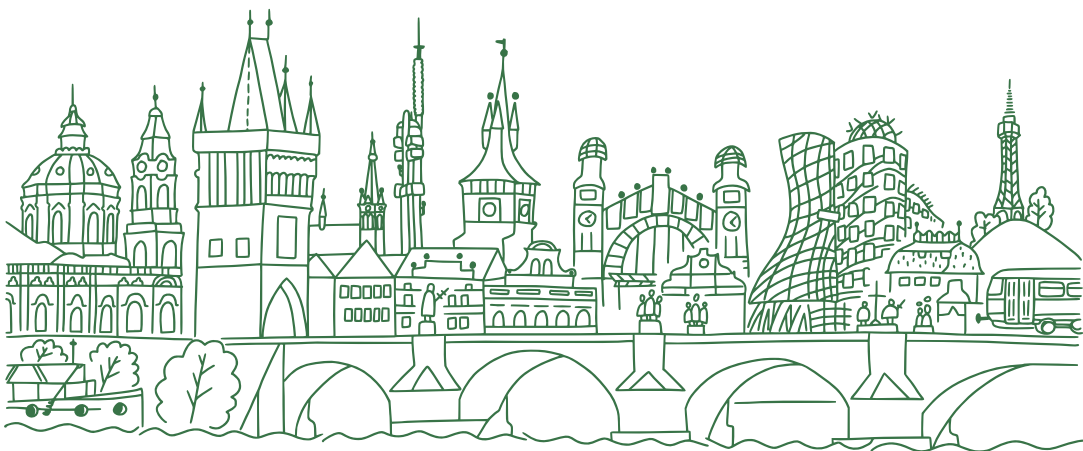
 tamjdem.cz



Dobrovolnictví v ICP – V ICP se můžete věnovat dobrovolnictví v rámci realizaci jednorázové akce, či jednorázové účasti na úklidové dobrovolnické akce (Uklidme Česko, Sázejme stromy apod.), a nebo v rámci dlouhodobé spolupráce, kdy dobrovolník vede jazykové kluby probíhající na pravidelné bázi. Pokud máte zájem, můžete se účastnit našich jazykových klubů nebo přijít navštívit naše dobrovolnické aktivity.

 icpraha.com/zapojte-se/dobrovolnictvi-v-icp/





**Spolufinancováno
Evropskou unií**



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY



**INTEGRAČNÍ
CENTRUM
PRAHA**



Projekt "V Praze jsme doma: Společná cesta k integraci", registrační číslo CZ.12.01.02/00/23_010/0000015,
je spolufinancován Evropskou unií, z rozpočtu Ministerstva vnitra České republiky a Magistrátu hl. m. Prahy.