

GUÍA PARA EXTRANJEROS

VARSOVIA

PFM
POLSKIE FORUM
MIGRACYJNE

Warszawa, 2021

język hiszpański

Varsovia. Guía para extranjeros
Varsovia, 2021
traducción al español: Anna Sierosławska-Agüera



El proyecto „Wsparcie integracji cudzoziemców na Mazowszu”
está cofinanciado por el programa nacional de Fundusz Azylu,
Migracji i Integracji. Bezpieczna przystań.



La única responsabilidad recae en el autor. La Comisión Europea y el Ministerio del Interior y Administración de Polonia no se responsabilizan del uso de la información proporcionada.

FUNDACIÓN FORO POLACO DE MIGRACIÓN (FUNDACJA POLSKIE FORUM MIGRACYJNE)

Desde el año 2007 ayudamos a los extranjeros que residen en Polonia y promovemos el diálogo intercultural.

📍 : ul. Szpitalna 5/14, Warszawa

☎ : tfno. +48 22 110 00 85

☎ : +48 692 913 993

✉ : info@forummigracyjne.org

✉ : zapisy@forummigracyjne.org

🌐 : www.forummigracyjne.org

Comité editorial

Karolina Czerwińska, Agnieszka Kosowicz, Anna Maciejko

ISBN: 978-83-960814-0-7

Varsovia, 2021

Publicación gratuita. Prohibida su venta.

ÍNDICE

¡Bienvenidos en Varsovia!	4
Legalización de residencia	5
Asuntos oficiales	6
Empadronamiento	10
Certificados del Registro Civil	11
Matriculación del coche	11
Carné de conducir	11
Trabajo	12
Impuestos	14
Seguros	17
Asistencia jurídica gratuita	19
Asistencia social	20
Policía	24
Teléfonos de emergencia:	24
Organizaciones no gubernamentales	25
Educación	33
Enseñanza del polaco	34
Voluntariado	35
Salud	36
SANEPID	41
Discapacidad	42
Transporte público	42
Servicios espirituales	45
Cultura y ocio	46
Teléfonos de emergencias	49
Acerca de la Fundación PFM	51

¡BIENVENIDOS EN VARSOVIA!

Este folleto está destinado a vosotros y vosotras – los y las migrantes que desde hace poco sois habitantes de nuestra ciudad. Aquí hemos recopilado información sobre las instituciones y oficinas a las que podéis acudir.

Queremos que sepáis cuáles son vuestros derechos y responsabilidades en Polonia, además de dónde informaros o buscar ayuda en determinadas situaciones. Este folleto es una guía sobre cómo está organizada nuestra ciudad y dónde se tramitan varios asuntos.

Conforme a las leyes que hacen referencia a los extranjeros, los derechos de las y los migrantes son distintos, dependiendo de la condición jurídica de cada persona y del tipo de documento que le otorga el derecho de

residir en Polonia. En consecuencia, no todos los migrantes tienen el mismo derecho en cuanto a la seguridad social o empleo. No todos tienen acceso a los servicios prestados por Urząd Pracy (Oficina del Empleo) – sin embargo, ¡muchos sí lo tienen!



Merece la pena destacar que existen varios servicios a los que tiene acceso todo el mundo, independientemente de su condición jurídica: posibilidad de recibir asistencia médica en una situación de riesgo vital, pero también, por ejemplo, de acceso a bibliotecas o museos.

Es interesante saber que en Polonia hay organizaciones no gubernamentales que ofrecen una amplia gama de servicios de forma gratuita.

Y lo más importante: cada uno de vosotras y vosotros tiene derecho a la igualdad de trato, a la seguridad, a la igualdad en el trabajo y a ser respetados.

Os deseamos que aprovechéis plenamente estos derechos que tenéis en Polonia.

*Fundación
Foro polaco de migración*

**LA WEB OFICIAL
DE LA CIUDAD DE VARSOVIA**
warszawa19115.pl



LEGALIZACIÓN DE RESIDENCIA

Asuntos relacionados con la legalización de la residencia en Polonia (cambios en la tarjeta de residente, solicitud de una nueva tarjeta), registro de invitaciones, emisión de permisos de trabajo, registro de residencia de ciudadanos de la UE, prestaciones para los titulares de Karta Polaka (Tarjeta del ciudadano polaco) y asuntos relacionados con la obtención de la ciudadanía polaca se tramitan en Urząd Wojewódzki (gobierno regional). Wydział Spraw Cudzoziemców (Departamento de Extranjeros) de Mazowiecki Urząd Wojewódzki atiende a los extranjeros en dos localizaciones. La sede principal es donde acudir para todos los trámites excepto para la residencia permanente. Toda la correspondencia con MUW también debe enviarse a la dirección de la sede en la calle Marszałkowska. Para presentar la solicitud en Urząd Wojewódzki en persona (lo cual permite la verificación de documentos y la obtención de un sello en el pasaporte que legaliza la ampliación de residencia si la documentación está completa), hay que concertar cita a través del formulario online. La solicitud también puede presentarse en a la oficina o enviarse por correo. El formulario y más detalles sobre la legalización de la residencia se puede encontrar en la web

🌐 <https://mazowieckie.pl/pl/dla-klenta/cudzoziemcy>

La página está disponible en polaco, ruso e inglés.

Gobierno Regional, La sede principa (Mazowiecki Urząd Wojewódzki, Siedziba Główna)

OFICINA DE EXTRANJERÍA (WYDZIAŁ SPRAW CUDZOZIEMCÓW)

- 📍 : ul. Marszałkowska 3/5, 00-624 Warszawa
- 📄 : <https://mazowieckie.pl/pl/dla-klenta/cudzoziemcy>
(la página está disponible en polaco, ruso e inglés)
- 📞 : línea directa automática: (22) 695 67 71
- 📧 : formulario de contacto:

🌐 <https://kontaktwsc.mazowieckie.pl/>

Para presentar presencialmente en el Urząd Wojewódzki de Varsovia una solicitud que permita la verificación de documentos y la obtención del sello en el pasaporte que legalice la prolongación de la residencia, hay que pedir cita previa a través del formulario en línea en la página web <https://mazowieckie.pl/pl/dla-klenta/cudzoziemcy>. También es posible presentar la solicitud en la oficina o enviarla por correo.

La sede en ul. Krucza

SOLICITUDES DE RESIDENCIA PERMANENTE O DE LARGA DURACIÓN DENTRO DE LA UE

- 📍 : ul. Krucza 5/11, 00-548 Warszawa, Puerta E



ASUNTOS OFICIALES

La mayoría de los asuntos oficiales en Varsovia se resuelven en una oficina local del mismo barrio donde vive el interesado. En Varsovia hay 18 barrios. Cada uno tiene su propia oficina local, Urząd Dzielnicy, donde se tramitan los asuntos relacionados con empadronamiento, permisos de conducir, matriculación de vehículos, contratación de matrimonios o registros de nacimiento, entre otros. A veces todos los departamentos de Urząd Dzielnicy están ubicados en un solo lugar, otras veces – en localizaciones distintas.

BEMOWO

📍 : ul. Powstańców Śląskich 70, 01-381 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 76 44

🌐 www.bemowo.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco



BIAŁOLEKA

📍 : ul. Modlińska 197, 03-122 Warszawa

☎ : tfno. 22 676 66 03

🌐 www.bialoleka.waw.pl

🌐 : la web disponible en polaco e inglés

**BIELANY**

📍 : ul. Stefana Żeromskiego 29, 01-882 Warszawa

☎ : tfno. 22 373 33 33

🌐 www.bielany.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco

**MOKOTÓW**

📍 : ul. Rakowiecka 25-27, 02-517 Warszawa

☎ : tfno. 22 565 14 00

🌐 www.mokotow.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco

**OCHOTA**

📍 : ul. Grójecka 17A, 02-021 Warszawa

☎ : tfno. 22 578 36 45

🌐 www.urzadochota.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco

**PRAGA POŁUDNIE**

📍 : ul. Grochowska 274, 03-841 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 55 55

🌐 www.pragapld.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco

**PRAGA PÓŁNOC**

📍 : ul. ks. Ignacego Kłopotowskiego 15, 03-708 Warszawa

☎ : tfno. 22 590 05 00

🌐 www.praga-pn.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco

**REMBERTÓW**

📍 : al. gen. Antoniego Chruściela 28, 04-401 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 38 00

🌐 www.rembertow.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Śródmieście

📍 : ul. Nowogrodzka 43, 00-691 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 91 09

🌐 www.srodmiescie.warszawa.pl

🌐 : la web está en polaco, pero la información básica está disponible también en alemán, inglés, español, francés, húngaro, italiano y ruso



Targówek

📍 : ul. Ludwika Kondratowicza 20, 00-983 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 87 27

🌐 www.targowek.waw.pl

🌐 : la web disponible en polaco e inglés



Ursus

📍 : pl. Czerwca 1976 r. 1, 02-495 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 60 00

🌐 www.ursus.warszawa.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Ursynów

📍 : al. Komisji Edukacji Narodowej 61, 02-777 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 71 00

🌐 www.ursynow.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Wawer

📍 : ul. Żegańska 1, 04-713 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 70 00

🌐 www.wawer.warszawa.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Wesoła

📍 : ul. 1 Praskiego Pułku 33, 05-075 Warszawa

☎ : tfno. 22 773 60 00

🌐 www.wesola.waw.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Wilanów

📍 : ul. Franciszka Klimczaka 2, 02-797 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 50 00

🌐 www.wilanow.pl

🌐 : la web solamente en polaco



Włochy

📍 : al. Krakowska 257, 02-133 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 44 44

🌐 www.ud-wlochy.waw.pl

🌐 : (la web solamente en polaco)



Wola

📍 : al. Solidarności 90, 01-003 Warszawa

☎ : tfno. 22 443 58 00

🌐 www.wola.waw.pl

🌐 : (la web solamente en polaco)



Żoliborz

📍 : ul. Juliusza Słowackiego 6-8, 01-627 Warszawa

☎ : tfno. 22 560 13 13

🌐 www.zoliborz.org.pl

🌐 : (la web está en polaco, pero la información básica está disponible también en inglés, alemán y francés)



LAS DIRECCIONES Y LOS DATOS DE CONTACTO DE TODAS LAS OFICINAS LOCALES SE PUEDEN ENCONTRAR AQUÍ

🌐 www.informacja.warszawa.pl/urzedy_miejskie



EL CENTRO MUNICIPAL DEL CONTACTO

(MIEJSKIE CENTRUM KONTAKTU)

🌐 <https://warszawa19115.pl/>

🌐 : la web está disponible en polaco e inglés



EMPADRONAMIENTO

En virtud de la Ley de registro de la población, del 24.09.2010, un extranjero que proviene de fuera de la Unión Europea está obligado a empadronarse cuando su estancia en Polonia supera los 30 días.

Hay que empadronarse en los 4 días posteriores a la fecha de residencia en un lugar determinado. El procedimiento es gratuito.

El empadronamiento se obtiene en las oficinas de Biuro Administracji i Spraw Obywatelskich (administración y asuntos cívicos) en los barrios correspondientes de Varsovia (en la tabla anterior). Los detalles sobre qué documentos hacen falta y cómo es el procedimiento de empadronamiento se pueden encontrar aquí (en polaco e inglés)

© <https://warszawa19115.pl/-/zameldowanie-na-pobyt-czasowy-cudzoziemcow>

-oraz-obywateli-panstw-czlonkowskich-unii-europejskiej-i-czlonkow-ich-rodzin



Un extranjero puede estar empadronado sólo hasta la fecha de caducidad de su documento que le otorga el derecho a residir en Polonia.



CERTIFICADOS DEL REGISTRO CIVIL

Contraer matrimonio, obtener un documento que acredita matrimonio o deceso, registrar nacimiento de un bebé: estos trámites se realizan en Urząd Stanu Cywilnego (Registro Civil). Cada uno de los barrios de Varsovia tiene su propio Urząd Stanu Cywilnego. Sus direcciones (que no siempre coinciden con las de las sedes principales de Urząd Dzielnicy) se pueden consultar aquí (solamente en polaco):



© <https://usc.um.warszawa.pl/siedziby-usc>

Las personas que no están empadronadas en ningún barrio deben acudir a Urząd Stanu Cywilnego Dzielnicy Śródmieście.

MATRICULACIÓN DEL COCHE

La compra de un coche en Polonia o la compra de un coche en el extranjero requiere su matriculación en Polonia, dentro de los 30 días siguientes a la compra del coche. El seguro del coche es una condición imprescindible para la matriculación. La matriculación se realiza en un Wydział obsługi mieszkańców (departamento de atención al ciudadano) de cada barrio. El seguro del coche hay que adquirirlo por separado en una compañía de seguros.

Los Wydział obsługi mieszkańców se pueden encontrar en las sedes principales de los Urząd Dzielnicy (las direcciones en la tabla anterior).

CARNÉ DE CONDUCIR

En el caso de personas procedentes de la mayoría de países fuera de la UE, los carnés de conducir tienen una validez de 6 meses a partir de la fecha de inicio

de la estancia permanente o temporal en Polonia. Tras este periodo, teniendo previsto prolongar la residencia en Polonia, hay que cambiar el carné de conducir extranjero por uno polaco. El procedimiento se lleva a cabo en Urząd Dzielnicy. Merece la pena señalar que un conductor puede tener sólo un carné de conducir válido: un extranjero pierde el carné de conducir emitido en su país de origen al obtener el documento polaco.

TRABAJO

Como norma general, los extranjeros necesitan un permiso para trabajar en Polonia. El permiso se emite para trabajar para un empleador específico, en un puesto específico. Un cambio de empleador requiere un cambio del permiso de trabajo. A veces, la condición de extranjero le da derecho a trabajar sin permiso: este es el derecho de, por ejemplo, los graduados de universidades polacas o las personas cubiertas por la protección internacional (refugiados y personas cubiertas por la protección subsidiaria).

Algunos tipos de trabajo tampoco requieren que los extranjeros tengan un permiso de trabajo (por ejemplo enseñanza de idiomas extranjeros en escuelas públicas o actividad artística ocasional).

Más detalles sobre los derechos de los extranjeros para trabajar en Polonia se pueden consultar aquí (información en polaco, ruso e inglés):

📄 <https://udsc.gov.pl/cudzoziemcy/obywatele-panstw-trzecich/chce-pracowac-w-polsce/>



OFICINA DE EMPLEO (URZĄD PRACY MIASTA ST. WARSZAWY)

Aquí encontrarás ofertas de trabajo. Dependiendo de su condición jurídica, los extranjeros también pueden beneficiarse de otros tipos de apoyo de Urząd Pracy: cursos profesionales y formación, asesoramiento en la búsqueda de empleo, cambio de profesión o adquisición de nuevas competencias, así como subvenciones para hacerse autónomo o llevar su propia empresa.

LA WEB DE URZĄD PRACY EN VARSOVIA:

📄 <http://warszawa.praca.gov.pl/>



(disponible en polaco, inglés, ruso, ucraniano y bielorruso)

URZĄD PRACY M. ST. WARSZAWY TIENE TRES SUCURSALES

1) Sucursal al servicio de las personas de los siguientes barrios

BIAŁOŁĘKA, PRAGA PŁD., PRAGA PŁN., REMBERTÓW, TARGÓWEK, WAWER ORAZ WESOŁA

📍 : ul. Grochowska 171B, 04-111 Warszawa

☎ : centralita telefónica: 22 391 13 00

@ : sekretariat.grochowska@up.warszawa.pl

2) Sucursal al servicio de las personas de los siguientes barrios

BEMOWO, BIELANY, MOKOTÓW, OCHOTA, ŚRÓDMIEŚCIE, URSUS, URSYNÓW, WILANÓW, WŁOCHY, WOLA, ŻOLIBÓRZ

📍 : ul. Ciołka 10A, 01-402 Warszawa

@ : sekretariat.ciolka@up.warszawa.pl

3) Punto de atención a las personas con discapacidad

(DE TODOS LOS BARRIOS)

📍 : ul. Młynarska 37a, 01-175 Warszawa

@ : mlynarska@up.warszawa.pl

Es aconsejable consultar el sitio web de Zielona Linia (Linea verde) sobre contratación de los empleados y la búsqueda de empleo: www.zielonalinia.gov.pl. También se pueden encontrar allí artículos únicamente sobre el tema de la contratación de extranjeros:



📍 <http://zielonalinia.gov.pl/web/zielona-linia/-/zatrudnianie-cudzoziemcow-32145>

En Varsovia hay muchas agencias de empleo, donde se puede encontrar apoyo remunerado para buscar trabajo. Vale la pena destacar que estos servicios también los ofrece Urząd Pracy de forma gratuita.

Las organizaciones no gubernamentales también les ofrecen a los extranjeros apoyo en el mercado laboral; los detalles sobre su oferta se encuentran en la sección "Organizaciones no gubernamentales".

INSPECCIÓN NACIONAL DE TRABAJO (PAŃSTWOWA INSPEKCJA PRACY)

Si el empleador te trata injustamente, puedes buscar ayuda en Państwowa Inspekcja Pracy.

Inspección Local de Trabajo (Okręgowy Inspektorat Pracy w Warszawie)

📍 : ul. Płocka 11/13, 01-231 Warszawa

ASESORAMIENTO JURÍDICO GRATUITO SOBRE EL TRABAJO EN POLONIA:

- ☎ : tfno. 459 599 000 – desde teléfonos móviles
- ☎ : tfno. 801 002 006 – desde teléfonos fijos
- ☎ : Oficina: tfno. 22 425 11 94
- ☎ : Secretaría: tfno. 22 628 96 29

🌐 : <https://warszawa.pip.gov.pl/>

@ : kancelaria@warszawa.pip.gov.pl



IMPUESTOS

Cada persona legalmente empleada paga impuestos que su empleador paga en su nombre a Urząd Skarbowy (la Agencia Tributaria). Una vez al año (hasta final de abril) hay que liquidar el impuesto del año anterior: el empleado paga la parte del impuesto que falta o recibe un reembolso si el impuesto pagado durante el año resulta ser demasiado alto. Si tienes un contrato de trabajo (“umowa o pracę”) con un único empleador y no tienes derecho a ningún subsidio, el sistema fiscal lo liquidará automáticamente. Sin embargo, si en el último año has firmado contratos con diferentes empleadores (por ejemplo “umowa o dzieło”, o “zlecenie”) o puedes solicitar, por ejemplo, una reducción del impuesto por hijos, debes liquidar tu PIT (es decir, la declaración de impuestos) personalmente. Este asunto se tramita en Urząd Skarbowy (la Agencia Tributaria) competente del lugar de residencia del empleado en el último año (no necesariamente el lugar de empadronamiento). También se puede recurrir a una organización no gubernamental, por ejemplo Fundacja Polskie Forum Migracyjne, solicitando ayuda con liquidación de la declaración de impuestos.

OFICINAS DE URZĄD SKARBOWY EN VARSOVIA

(TODAS LAS WEBS SOLAMENTE EN POLACO):

Urząd Skarbowy Warszawa-Bemowo

- 📍 : ul. Białobrzaska 53A, 02-325 Warszawa
- ☎ : tfno. 22 570 88 00

🌐 : <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urzed-skarbowy-warszawa-bemowo>

- 📍 : municipios: Raszyn, Warszawa-Bemowo, Warszawa-Ursus, Warszawa-Włochy



Urząd Skarbowy Warszawa-Bielany

📍 : ul. Skalbmierska 5, 01-844 Warszawa

☎ : tfno. 22 569 32 00

🌐 : <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-warszawa-bielany>

📍 : municipios: Izabelin, Łomianki, Stare Babice, Warszawa-Bielany

**Urząd Skarbowy Warszawa-Mokotów**

📍 : Ul. Postępu 16A, 02-676 Warszawa

☎ : tfno. 22 502 00 00

🌐 : <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/web/bip-1401>

[/urząd-skarbowy-warszawa-mokotow](#)

📍 : dzielnica Warszawa-Mokotów gminy Warszawa-Centrum

**Urząd Skarbowy Warszawa-Praga**

📍 : ul. Jagiellońska 15, 03-719 Warszawa

☎ : tfno. 22 509 18 00

🌐 : <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/web/bip-1401>

[/urząd-skarbowy-warszawa-praga](#)

📍 : barrios: Warszawa-Praga Południe del municipio Warszawa-Centrum, Warszawa-Praga Północ del municipio Warszawa-Centrum



Pierwszy Urząd Skarbowy Warszawa-Śródmieście

📍 : ul. Lindleya 14, 02-013 Warszawa

☎ : tfno. 22 584 61 00

🌐 <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl>

[/pierwszy-urzed-skarbowy-warszawa-srodmiescie](#)

📍 : la parte norte del barrio Warszawa-Śródmieście del municipio Warszawa-Centrum, barrio Warszawa-Żoliborz del municipio Warszawa-Centrum



Drugi Urząd Skarbowy Warszawa-Śródmieście

📍 : ul. Jagiellońska 15, 03-719 Warszawa

☎ : tfno. 22 51 13 501

🌐 <http://www.mazowieckie.kas.gov.pl/drugi-urzed-skarbowy-warszawa-srodmiescie>

📍 : la parte sur del barrio Warszawa-Śródmieście del municipio Warszawa-Centrum, barrio Warszawa-Ochota del municipio Warszawa-Centrum. El límite de la cobertura de Pierwszy y Drugi Urząd Skarbowy en el barrio Śródmieście está en la avenida Aleje Jerozolimskie. La parte norte de Aleje Jerozolimskie (números pares) está cubierta por Pierwszy Urząd, la parte sur de Aleje Jerozolimskie (números impares) está cubierta por Drugi Urząd.



Urząd Skarbowy Warszawa-Targówek

📍 : ul. Dąbrowszczaków 14, 03-482 Warszawa
 ☎ : tfno. 22 511 76 00

🌐 <http://www.mazowieckde.kas.gov.pl/web/bip-1401>

[/urząd-skarbowy-warszawa-targowek](#)

📍 : municipios: Warszawa-Białołęka, Warszawa-Targówek

**Urząd Skarbowy Warszawa-Ursynów**

📍 : ul. Wynałazek 3, 02-677 Warszawa
 ☎ : tfno. 22 548 68 00

🌐 <http://www.mazowieckde.kas.gov.pl>

[/urząd-skarbowy-warszawa-ursynow](#)

📍 : municipios: Warszawa-Ursynów, Warszawa-Wilanów

**Urząd Skarbowy Warszawa-Wawer**

📍 : ul. Ludwika Mycielskiego 21, 04-379 Warszawa
 ☎ : tfno. 22 870 03 41

🌐 <http://www.mazowieckde.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-warszawa-wawer>

📍 : localidades: Sulejówek, Wesola, municipios: Halinów, Warszawa-Rembertów, Warszawa-Wawer

**Urząd Skarbowy Warszawa-Wola**

📍 : ul. Powstańców Śląskich 2D, 01-381 Warszawa
 ☎ : tfno. 22 533 66 00

🌐 <http://www.mazowieckde.kas.gov.pl/urząd-skarbowy-warszawa-wola>

📍 : barrio Warszawa-Wola del municipio Warszawa-Centrum



SEGUROS

Todas las personas que trabajan legalmente (con el contrato “umowa o pracę” o “umowa zlecenie”) en Polonia están cubiertas por un seguro social y de salud obligatorio: el empleador paga contribuciones a Zakład Ubezpieczeń Społecznych - ZUS (Seguridad Social) en nombre del empleado. El empleado también puede añadir en su seguro a sus hijos u otros miembros de la familia inmediata. Además, puede informar al empleador que desea pagar cotizaciones por enfermedad, lo cual le da derecho a recibir la prestación en caso de enfermarse (esto hará que el salario neto será más bajo).

El empleado también tiene la posibilidad de verificar por sí mismo si su empleador cumple con las obligaciones relacionadas con las contribuciones a ZUS. Más detalles (en polaco):

📄 <https://www.zus.pl/baza-wiedzy/o-platformie-uslug-elektronicznych-pue-/o-platformie-uslug-elektronicznych-pue-/jaksprawdzic-czy-firma-zglosila-mnie-do-ubezpieczenia>



MÁS DETALLES:

📄 : www.zus.pl

la web disponible en polaco, inglés, alemán y ruso.

En caso de desempleo y falta de seguro médico, un extranjero puede adquirir un seguro médico por libre en Narodowy Fundusz Zdrowia (Fondo Nacional de Salud) – datos de contacto a continuación – que le da derecho a utilizar el servicio público de salud (su costo mensual en noviembre de 2020 es de aprox. 470 PLN). También hay una gran cantidad de compañías de seguros en Varsovia que ofrecen seguros médicos en clínicas y hospitales privados. Merece la pena comparar las ofertas y conocer en detalle la cobertura del seguro.

OFICINAS DE ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH – ZUS (SEGURIDAD SOCIAL)

ZUS-I Oddział w Warszawie

(PARA EL BARRIO ŚRÓDMIEŚCIE)

📍 : ul. Senatorska 6/8, 00-917 Warszawa

ZUS-II Oddział w Warszawie

(PARA LOS BARRIOS PRAGA-POŁUDNIE, REMBERTÓW, WAWER, WESOŁA)

📍 : ul. Podskarbińska 25, 03-829 Warszawa

ZUS-III Oddział w Warszawie

(PARA LOS BARRIOS MOKOTÓW, WILANÓW)

📍 : ul. Czerniakowska 16, 00-701 Warszawa

ZUS Inspektorat Warszawa-Żoliborz

(PARA LOS BARRIOS ŻOLIBORZ, BIELANY)

📍 : ul. Kasprzowicza 151, 01-949 Warszawa

ZUS Inspektorat Warszawa-Wola

📍 : ul. Wrocławska 20, 01-493 Warszawa

ASISTENCIA JURÍDICA GRATUITA

En Varsovia hay unos 20 puntos en los que las personas que no pueden sufragar los gastos de asistencia jurídica de pago pueden buscar asesoramiento jurídico gratuito. Esta ayuda está disponible en los Urząd Dzielnicy (las oficinas locales), bibliotecas o centros culturales. No se ofrece ayuda con la legalización de la residencia. Tampoco se ofrece asistencia en asuntos relacionados con gestionar el autónomo o empresas.

El asesoramiento gratuito puede estar relacionado con el derecho laboral, civil, penal, de familia y con otras áreas. Para recibir asesoramiento hay que presentar un documento de identidad. También es necesario rellenar una declaración de incapacidad de cubrir los gastos del asesoramiento por cuenta propia.

La información sobre los puntos de asistencia jurídica se puede consultar aquí (en polaco e inglés):

© <http://www.um.warszawa.pl/nieodplatnapomocprawna>



Además, en Varsovia hay varias organizaciones que ofrecen asesoramiento gratuito sobre la legalización de la residencia. Proporcionamos información sobre ellos en la sección “Organizaciones no gubernamentales”.

ASISTENCIA SOCIAL

La posibilidad de beneficiarse de la ayuda social en Polonia depende de la situación jurídica del extranjero. Como regla general, el apoyo de las instituciones de ayuda lo pueden aprovechar las personas que tienen el derecho de residencia permanente en Polonia (tarjeta de residencia permanente, tarjeta de residente de la UE de larga duración, la condición de refugiado o protección subsidiaria), así como algunas personas con permiso de residencia temporal (dependiendo de la base para la emisión del dicho permiso).

Otras personas con permiso de residencia temporal en Polonia tienen derecho a asistencia en forma de alojamiento o alimentos en algunos casos. La información detallada sobre las posibilidades de beneficiarse de la ayuda está disponible en los centros de asistencia social de los barrios.

EL SISTEMA DE APOYO EN VARSOVIA INCLUYE VARIOS

TIPOS DE INSTITUCIONES:

Atención a las familias (Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie)

WCPR apoya a las personas cubiertas por la protección internacional (refugiados y personas con protección subsidiaria) durante los programas de integración.

📍 : ul. Lipińska 2, 01-001 Warszawa

☎ : tfno. 22 599 71 00

Información para extranjeros:

🌐 <https://wcpr.pl/nasze-uslugi/cudzoziemcy/kontakt>



Ayuda social (Ośrodki Pomocy Społecznej)

Los Ośrodek Pomocy Społecznej ofrecen apoyo a los y las migrantes, dentro de las posibilidades especificadas en la Ley de asistencia social (es decir, dependiendo de la condición jurídica de cada persona).

Los Ośrodek Pomocy Społecznej están en todos los barrios. Pueden prestar servicios únicamente a los residentes del dado barrio.

La lista de las direcciones y contactos de todos los OPS en Varsovia se puede consultar aquí (solamente en polaco):

© <http://www.pomocy.waw.pl/przykladowa-strona/osrodki-pomocy-spolecznej/>

**Carné de Familia Numerosa (Karta Dużej Rodziny)**

Las familias con al menos tres hijos menores de edad que tengan residencia permanente en Polonia pueden solicitar el carné de familia numerosa. El carné da derecho a varios descuentos.

Más detalles:

© <https://warszawa19115.pl/~karta-duzej-rodziny>

**Intervención en crisis (Interwencja kryzysowa)**

Si experimentas violencia o por otras razones te encuentras en una crisis provocada por una emergencia, puedes solicitar la asistencia psicológica, jurídica, psiquiátrica y social (incluido un albergue) en Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej (centro de intervención en crisis). El centro también ofrece ayuda a las personas sin hogar; aquí puedes encontrar información actualizada sobre los centros de atención a las personas sin hogar en Varsovia.

El sitio cuenta con un albergue a disposición de las personas con derecho de residencia permanente en Polonia. Otras formas de apoyo que



ofrece este centro están disponibles para los y las migrantes independientemente de su condición jurídica.

El personal del centro trabaja en polaco, pero es posible concertar una reunión con un trabajador social de habla inglesa.

Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej

1) DEPARTAMENTO DE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS (DZIAŁ INTERWENCJI KRYZYSOWEJ)

-  : ul. 6-go Sierpnia 1/5, 02-843 Warszawa
-  : tfno. móvil 514 202 619
-  : interwencjakryzysowa@woik.waw.pl
-  : Albergue y ambulatorio están siempre abiertos



2) PUNTO DE INTERVENCIÓN (PUNKT INTERWENCYJNY)

- 📍 : Pl. Dąbrowskiego 7, 00-057 Warszawa
- ☎ : móvil 535 430 902
- ☎ : fijo 22 837 55 59
- ✉ : punkt.interwencyjny@woik.waw.pl
- 🕒 : horario de atención: 8.00-20.00

3) CENTRO DE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA FAMILIAR**(PORADNIA DS. PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE)**

- 📍 : ul. Belgijska 4, 02-511 Warszawa
- ☎ : móvil 667 833 400
- ☎ : fijo 22 845 12 12
- ✉ : poradnia-przemocdomowa@woik.waw.pl

La web de Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej (solamente en polaco):

🌐 www.woik.waw.pl

**AYUDA A LOS NIÑOS**

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (Fundación Damos fuerza a los niños) ofrece atención psicológica, psiquiátrica y jurídica gratuita para los niños que sean víctimas de abuso o violencia, para sus padres y tutores, además de ayudar a los padres que estén experimentando dificultades en la crianza de niños pequeños (de 0-6 años).

Centro del Niño y de la Familia (Centrum Dziecka i Rodziny - Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę)

- 📍 : ul. Walecznych 59, 03-926 Warszawa
- ☎ : tfno. 22 616 16 69
- ✉ : cdir@fdds.pl

🌐 www.fdds.pl

🕒 : la web disponible en polaco e inglés

**ATENCIÓN A LAS VÍCTIMAS DE TRATA**

Si te fuerzan a trabajar contra tu voluntad o sabes de alguna persona en esta situación, puedes llamar a la policía (datos de contacto a continuación) o contactar con Fundacja La Strada.

Fundacja La Strada

- ☎ : tfno. +48 605 687 750

🌐 <https://www.strada.org.pl/>

🕒 : la web disponible en polaco e inglés



POLICÍA

Comisaría de Policía Nacional en la Capital (Komenda Stołeczna Policji)

 : ul. Nowolipie 2, 00-150 Warszawa

 : tfno. de emergencia: 22 603 65 55

Punto de atención al público

 : 22 603 66 26

LAS DIRECCIONES DE LAS COMISARÍAS REGIONALES DE POLICÍA NACIONAL – LLAMADAS KOMENDA REJONOWA POLICJI – EN LOS BARRIOS SE PUEDEN CONSULTAR AQUÍ:

 <http://www.policja.waw.pl/pl/kontakt/komendy-rejonowe-i-pow/>

[/46,Komendy-rejonowe-i-powiatowe-garnizonu-warszawskiego.html](http://www.policja.waw.pl/pl/kontakt/komendy-rejonowe-i-powiatowe-garnizonu-warszawskiego.html)



TELÉFONOS DE EMERGENCIA:



Teléfono de emergencias

 : **112**

Urgencias y ambulancias (Pogotowie Ratunkowe)

 : 999



Bomberos (Straż Pożarna)

 : 998

Policía nacional (Policja)

 : 997



Policía local (Straż Miejska)

 : 986

Emergencias de gas (Pogotowie gazowe)

 : 992



ORGANIZACIONES NO GUBERNAMENTALES

Las organizaciones no gubernamentales son iniciativas sociales de diversa índole que, por norma general, funcionan gracias a medios distintos a los fondos gubernamentales. La mayor parte de la asistencia de las ONGs está disponible de forma gratuita o por debajo del precio de mercado.

En Varsovia operan más de 2750 distintas ONGs. Se especializan en varias áreas: deporte, servicios de salud, apoyo a las personas con discapacidades, cultura y arte, entre otros. La lista completa de las ONGs se encuentra aquí:

📍 <http://ngo.um.warszawa.pl/organizacje-pozarządowe/baza-warszawskich-organizacji-pozarządowych>



Además, en Varsovia funcionan organizaciones que se especializan en la ayuda a las y los migrantes:

Fundación Foro polaco de migración

(Fundacja Polskie Forum Migracyjne)

📍 : ul. Szpitalna 5/14, 00-031 Warszawa

☎ : fijo 22 110 00 85

☎ : móvil 692 913 993

📍 www.forummigracyjne.org

📄 : <https://www.facebook.com/PolskieForumMigracyjne/>

🕒 : **Atención jurídica** : Ayuda en el mercado laboral : Ayuda social : Atención psicológica : Enseñanza del polaco : preparación al parto, apoyo a las mamás migrantes, liquidación de impuestos, apoyo a los migrantes con enfermedades crónicas y discapacitados, voluntariado



Asociación de intervención jurídica (Stowarzyszenie Interwencji Prawnej)

📍 : ul. Siedmiogrodzka 5, 01-204 Warszawa

☎ : tfno. 22 621 51 65

📍 <https://interwencjaprawna.pl>

📄 : <https://www.facebook.com/Stowarzyszenie.Interwencji.Prawnej>

🕒 : **Atención jurídica** : Ayuda social



Fundación „Nuestra elección”

ul. Ludwika Zamenhofska 1

Iglesia greco-católica

ul. Miodowa 16

Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie - centro de las personas discapacitadas

ul. Gen. Andersa 5

Asociación de intervención jurídica

ul. Siedmiogrodzka 5

Fundación de Helsinki para los Derechos Humanos

ul. Zgoda 11

FROG - Fundación del desarrollo al extranjero - las fronteras

ul. Mazowiecka 12/13

Gobierno regional

ul. Krucza 5/11

Mezquita

Al. Bohaterów Września 23

Gob

- Wydział S

ul.



Centro multicultural de Varsovia

📍 ul. Jagiellońska 54

Iglesia ortodoxa

📍 aleja „Solidarności” 52

Casa de la cultura Casco Antiguo

📍 Rynek Starego Miasta 2

FISE - Fundación de las iniciativas sociales y económicas

📍 ul. Nowy Świat 49, lok. 201

Centro del Niño y de la Familia, Fundación Damos fuerza a los niños

📍 ul. Walecznych 59

Fundación Linguae Mundi

📍 ul. Mikołaja Kopernika 17

Fundación Foro polaco de migración

📍 ul. Szpitalna 5/14

Fundación para Somalia

📍 ul. Bracka 18

Fundación Salvación

📍 ul. Krucza 6/14A

Biuro regionalni Spraw Cudzoziemców

📍 Marszałkowska 3/5

Fundación de Helsinki para los Derechos Humanos

(Helsinkińska Fundacja Praw Człowieka)

📍 : ul. Zgoda 11, 00-018 Warszawa

☎ : tfno. 22 556 44 40 nro. interno 2

🌐 : <https://www.hfhr.pl>

🕒 : **Atención jurídica** (atención a los migrantes una vez a la semana)



Fundación para la Libertad (Fundacja dla Wolności)

📍 : ul. Ordynacka 9, 00-364 Warszawa

☎ : tfno. 502 070 701

🌐 : <https://www.fundacjadlawolnosci.org/>

🕒 : **Ayuda social** : Etnoliga – liga de fútbol intercultural



Fundación Salvación (Fundacja Ocalenie)

📍 : Krucza 6/14A, 00-537 Warszawa

🌐 : <https://ocalenie.org.pl/>

📱 : <https://www.facebook.com/FundacjaOcalenie>

🕒 : **Atención jurídica** : **Ayuda en el mercado laboral** : **Ayuda social** : **Atención psicológica** : **Enseñanza del polaco** : ayuda material, atención a domicilio de una enfermera, ayuda con la búsqueda de alojamiento



Cáritas

📍 : ul. Okopowa 55, 01-043 Warszawa

☎ : tfno. 22 334 85 00

📧 : caritaspolska@caritas.pl

🌐 : <https://caritas.pl/pomoc-w-polsce/migranci-i-uchodzcy/>

🕒 : **Ayuda en el mercado laboral** : **Ayuda social** : **Atención psicológica** : cofinanciación de la compra de medicamentos y de alquiler (una única ayuda para los migrantes en una situación difícil), ayuda material



Fundación para Somalia (Fundacja dla Somalii)

📍 : ul. Bracka 18/63, 2ª planta, 00-028 Warszawa

☎ : tfno. 22 658 04 87

🌐 : <http://fds.org.pl/>

📱 : <https://pl-pl.facebook.com/FundacjaDlaSomalii>

🕒 : **Atención jurídica** : **Ayuda en el mercado laboral** : **Ayuda social** : **Atención psicológica** : **Enseñanza del polaco** : Las bases del emprendimiento



Fundacja Linguae Mundi

📍 : ul. M. Kopernika 17, 00-359 Warszawa

☎ : tfno. 22 625 42 53

🌐 : <http://linguamundi.pl/>

🕒 : **Enseñanza del polaco** : conocer la cultura de Varsovia



Casa abierta (Dom Otwarty)

GRUPO INFORMAL (GRUPA NIEFORMALNA)

🌐 : <https://www.facebook.com/InicjatywaDomOtwarty/>

🕒 : **Ayuda social** : asistencia/interpretación en los hospitales, ayuda material



Fundación „Nuestra elección” (Fundacja „Nasz Wybór”)

📍 : ul. Zamenhofa 1, 00-153 Warszawa

☎ : tfno. 22 258 40 18

🌐 : <https://naszwybor.org.pl>

🕒 : **Ayuda en el mercado laboral** : **Ayuda social** : apoyo a las iniciativas culturales de los migrantes



Con pan y sal (Chlebem i Solą)

🌐 <https://www.facebook.com/polacydlauchodzcow/>

- 🕒 : Ayuda en el mercado laboral : Ayuda social : toda la oferta ÚNICAMENTE a los refugiados, personas protegidas y durante el procedimiento de solicitud de asilo



Centro verbita del migrante FuShenfu (Werbistowskie Centrum Migranta FuShenfu)

📍 : ul. Ostrobramska 98, Warszawa

☎ : tfno. 22 610 02 52

☎ : móvil 781 904 555

✉ : centrum@migrant.pl

🌐 <https://www.facebook.com/>

[/Werbistowskie-Centrum-Migranta-Fu-Shenfu-174025973027166/](https://www.facebook.com/Werbistowskie-Centrum-Migranta-Fu-Shenfu-174025973027166/)

- 🕒 : Ayuda social : Enseñanza del polaco : servicios espirituales para los católicos en vietnamita, y también en español, inglés y chino



Centro social jesuita „En acción” (Jezuickie Centrum Społeczne „W Akcji”)

📍 : ul. Rakowiecka 61, 02-532 Warszawa (entrada desde ul. Boboli)

☎ : tfno. 797 907 588

✉ : kontakt@wakcji.org

🌐 <http://www.wakcji.org/>

- 🕒 : Atención jurídica : Ayuda social : Enseñanza del polaco : ayuda material, iniciativas integrativas



Fundación para diversidad social

(Fundacja na rzecz Różnorodności Społecznej)

☎ : tfno. 574 682 244

🌐 : <https://www.facebook.com/pg/FundacjaNaRzeczRoznorodnoscSpolescnej>

🕒 : consultas relacionadas con el acceso a la educación



Fundación del desarrollo allende las fronteras (FROG - Fundacja Rozwoju Oprócz Granic)

📍 : ul. Mazowiecka 12/24, 00-048 Warszawa

☎ : tfno. 517 459 418

🌐 : <https://www.facebook.com/fundacjafrog>

🕒 : **Atención jurídica** : **Ayuda en el mercado laboral** : **Enseñanza del polaco** : consultas en el ámbito de legalización de la residencia, el mercado laboral y la enseñanza del polaco son de pago



FISE Fundación de las iniciativas sociales y económicas

(Fundacja Inicjatyw Społeczno-Ekonomicznych FISE)

📍 : ul. Nowy Świat 49 lok. 201, 00-042 Warszawa

☎ : tfno. 730 623 658

☎ : tfno. 730 623 779

🌐 : <https://fise.org.pl/>

🕒 : **Ayuda en el mercado laboral** : asesoramiento y cursos profesionales para los migrantes



Casa de la cultura Casco Antiguo

(Staremijski Dom Kultury)

📍 : Rynek Starego Miasta 2, 00-272 Warszawa

🌐 : www.sdk.pl

✉ : porady.prawne@sdk.pl,

✉ : paulina.zajac@sdk.pl

☎ : tfno. 721 981 113

🕒 : **Atención jurídica** : **Enseñanza del polaco** : No hacen falta los documentos que acrediten la condición del residente en Polonia (karta pobytu – tarjeta del residente, visado, etc.)



La oferta de las ONGs está sujeta a cambios ya que depende de los fondos obtenidos por las organizaciones. La oferta actual se puede consultar directamente en los sitios web de las organizaciones.

CENTRO MULTICULTURAL DE VARSOVIA

(WARSZAWSKIE CENTRUM WIELOKULTUROWE)

Esta iniciativa, co-creada por la ciudad capital de Varsovia y organizaciones no gubernamentales, ofrece asesoramiento y cursos de polaco, además de la oportunidad de participar en diversas actividades artísticas, culturales y de integración para las y los migrantes. Ofrece la posibilidad de trabajo voluntario, y también ofrece de forma gratuita un espacio para eventos a organizaciones de migrantes y grupos informales que asocian a extranjeros.

📍 : ul. Jagiellońska 54, 03-463 Warszawa

☎ : tfno. 22 648 11 11

✉ : centrum@cww.waw.pl

🌐 : <https://centrumwielokulturowe.waw.pl/>

🌐 : la web en polaco e inglés



EDUCACIÓN

En Polonia todos los niños menores de 18 años están sujetos a la educación obligatoria, independientemente de la condición jurídica y la ciudadanía de sus padres. Varsovia ofrece educación a todos los niveles. También hay escuelas para adultos.

El niño y los padres pueden elegir la escuela a la que quieren que vaya su hijo. La escuela, en cambio, puede decidir si admite al niño o no, dependiendo de la disponibilidad de plazas libres en las clases. Sin embargo, no es posible negar la admisión al niño en una escuela “rejonowa”, es decir, la que le corresponde al niño según su lugar de residencia.

LA LISTA DE ESCUELAS EN VARSOVIA

EN FORMA DE UN BUSCADOR DISPONIBLE EN POLACO E INGLÉS, SE PUEDE CONSULTAR AQUÍ:

<http://www.kuratorium.waw.pl/pl/form/3,Wykaz-szkol-i-placowek.html>



Algunas de las escuelas públicas están particularmente bien preparadas para educar a los niños migrantes, ofreciendo las llamadas unidades preparatorias. En las mencionadas unidades estudian niños que han venido recientemente a Polonia, generalmente durante 2 semestres. La enseñanza en la unidad preparatoria consiste principalmente en aprender polaco. Cuando el profesor evalúa que el alumno tiene un dominio suficiente del polaco, se incorpora a la clase regular donde aprende todas las asignaturas según el plan de estudios básico.

Lista de escuelas con unidades preparatorias en el curso escolar 2020/2021:

COLEGIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Szkoła Podstawowa Nr 58 im. Tadeusza Gajcego w Warszawie

- 📍 : ul. Mieszka I nr 7, 03-886 Warszawa
- ☎ : tfno. 22 679 03 43
- 🌐 : <https://sp58.edupage.org/>

Szkoła Podstawowa Nr 221 im. Barbary Bronisławy Czarnowskiej

- 📍 : ul. Ogrodowa 42/44, 00-876 Warszawa
- 📍 : ul. Żelazna 71, 00-871 Warszawa
- ☎ : tfno. 22 620 17 40, 22 620 24 44
- 🌐 : <http://sp221.edu.pl/>

INSTITUTO DE ENSEÑANZA SECUNDARIA

XLV Liceum Ogólnokształcące im. Romualda Traugutta

-  : ul. Miła 26, 01-047 Warszawa
-  : tfno. 22 838 35 32, 22 838 98 96
-  : <https://traugutt.edupage.org/>

Merece la pena señalar que además de las escuelas públicas estatales, en Varsovia también hay escuelas privadas (de dos tipos: “szkoła prywatna” y “szkoła społeczna”; ambos son de pago). Existe una red de escuelas bilingües, escuelas de idiomas extranjeros en las embajadas, así como las llamadas escuelas de sábado, por ejemplo para niños de habla rusa y ucraniana. Lo mejor es buscar información sobre estas instituciones a través de la embajada del país de origen de cada persona.

ENSEÑANZA DEL POLACO

Hay muchas academias en Varsovia que ofrecen cursos del polaco para extranjeros. Varias ONGs también ofrecen cursos gratuitos o parcialmente exentos del pago.

LOS CURSOS DE POLACO LOS OFRECEN, ENTRE OTROS:

-  : Fundacja Linguae Mundi
-  : Fundacja dla Somali
-  : Fundacja Ocalenie
-  : FROG
-  : Staromiejski Dom Kultury
-  : Jezuickie Centrum Społeczne „W akcji”
-  : Warszawskie Centrum Wielokulturowe

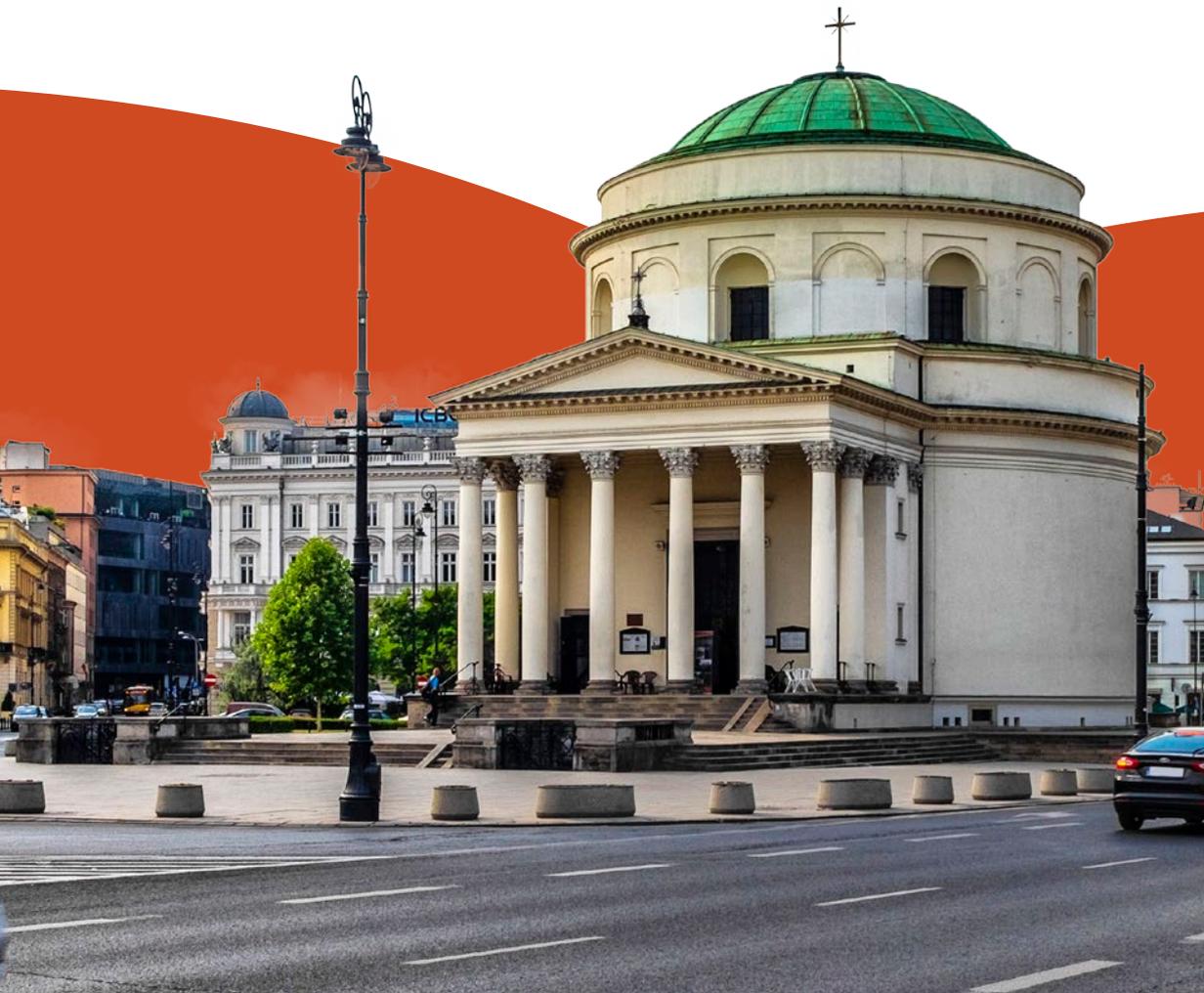
Proporcionamos los datos de contacto de estas organizaciones en la sección “Organizaciones no gubernamentales”.

VOLUNTARIADO

Varsovia ofrece muchas y diversas oportunidades de voluntariado. La información sobre oportunidades de trabajo voluntario se puede consultar, por ejemplo, en la web (solamente en polaco):

🌐 <https://ochotnicy.waw.pl/>

Casi todas las universidades en Varsovia también tienen centros de voluntariado. Muchas organizaciones no gubernamentales e instituciones culturales también aprovechan el trabajo de los voluntarios.



SALUD

El sistema de salud pública en Polonia opera sobre la base del seguro: contribuciones pagadas a Zakład Ubezpieczeń Społecznych (Seguridad Social - puedes leer más sobre este tema en el capítulo sobre ZUS). En los hospitales y clínicas públicos es posible recibir atención gratuita únicamente si el paciente tiene seguro médico. Solamente la atención para salvar vidas es gratuita para todos.

El sistema público de salud en Polonia actualmente no funciona muy bien. No todos los servicios están disponibles incluso para los asegurados. En consecuencia, muchos polacos asegurados utilizan servicios médicos de pago.



URGENCIAS Y AMBULANCIAS (POGOTOWIE RATUNKOWE)

112 Ó 999

SON LOS NÚMEROS DE EMERGENCIA EN CASOS RELACIONADOS CON LA PROTECCIÓN DE LA SALUD

El empleado de urgencias en base a la entrevista decide si enviar o no una ambulancia al paciente. Como norma general, una ambulancia se mandará a por un paciente sólo en una situación de riesgo inmediato para la vida.

Ojo, si se llama la ambulancia sin razón para ello, ¡el paciente puede recibir una factura!

HOSPITALES

En Varsovia hay muchos hospitales, incluidos numerosos hospitales especializados. Excepto en situaciones de emergencia, el uso de hospitales es posible con citación previa de un médico de cabecera.

La lista de hospitales con las direcciones y números de teléfono se puede consultar aquí:

🌐 <https://warszawa19115.pl/-/wykaz-szpitali>



HOSPITALES SELECCIONADOS:

en Bielany (Szpital Bielański)

📍 : ul. Cegłowska 80, Warszawa

☎ : tfno.: 22 56 90 500

🌐 : www.bielanski.med.pl

URGENCIAS (ODDZIAŁ RATUNKOWY)

☎ : tfno.: 22 56 90 120 (hasta las 15:00),

☎ : tfno.: 22 56 90 131/3 (24 horas)

en Bródno (Szpital Bródnowski)

📍 : ul. Kondratowicza 8, Warszawa

☎ : Registración (Rejestracja), tfno.: 22 326 52 26

☎ : Información, tfno.: 22 326 53 17 (lu.-vie. 08:00-15:30)

- : Admisión (Izba przyjęć), tfno.: 22 326 56 76
- : Urgencias (Oddział Ratunkowy – SOR), tfno.: 22 326 56 76
- : Oftalmología (Okulistyka), tfno.: 22 326 59 77
- : Admisión de ginecología y obstetricia (Izba przyjęć ginekologiczno – położnicza), tfno.: 22 326 57 69
- : www.szpital-brodnowski.waw.pl

Centralny Szpital Kliniczny MSWiA

- : ul. Wołoska 137, Warszawa
- : tfno. 22 508 20 00
- : Registración (Rejestracja), tfno.: 22 508 15 52
- : Ambulancia (Pogotowie), tfno.: 22 508 15 00
- : Urgencias (Oddział ratunkowy), tfno.: 22 508 15 10
- : www.cskmswia.pl

HOSPITALES SELECCIONADOS PARA NIÑOS:

Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny

- : ul. Żwirki i Wigury 63A, Warszawa
- : Información (Punkt informacyjny) tfno.: 22 317 91 64, 22 317 91 65
- : <http://spdsk.edu.pl/>

Wojewódzki Szpital Dziecięcy im. prof. dr. med. J. Bogdanowicza

- : ul. Niekańska 4/24, Warszawa
- : Secretaría (Sekretariat), tfno.: 22 672 78 42
- : Admisiones planeadas (Izba Przyjęć Planowanych), tfno.: 22 50 98 440
- : Urgencias (Oddział ratunkowy), tfno.: 22 50 98 412
- : www.nieklanska.pl

HOSPITALES SELECCIONADOS DE GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA:

Szpital Ginekologiczno-Położniczy ul. Inflancka 6

- : Secretaría (Sekretariat), tfno.: 22 697 31 10
- : Registración – asistencia en el embarazo (Rejestracja wizyt – prowadzenie ciąży), tfno.: 22 697 33 33
- : www.szpital-inflancka.pl

Szpital Ginekologiczno-Położniczy

- : ul. Madalińskiego 25, Warszawa

- ☎ : Secretaría de la Dirección del Hospital (Sekretariat Dyrekcji Szpitala), tfno.: 22 45 02 215
- ☎ : Admisión (Izba przyjęć), tfno.: 22 45 02 221
- ☎ : Información y citas para consultas externas (Informacja i zapisy do Przychodni Przyszpitalnej), tfno.: 22 45 12 600 de 8:00 a 15:00 (martes, jueves de 10:00 a 18:00)
- 🌐 : www.szpitalmadalinskiego.pl



URGENCIAS HOSPITALARIAS

En los hospitales de Varsovia hay un sistema de urgencias hospitalarias llamadas “ostry dyżur”: es un servicio de guardia las 24 horas del día de médicos de diversas especialidades en instalaciones designadas. En casos urgentes se puede acudir allí sin cita previa con el médico. La información actual sobre las urgencias hospitalarias se puede obtener en cualquier hospital (la ubicación varía).

CENTROS DE SALUD

(PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA)

POZ también se conoce como “przychodnia zdrowia” – centro de salud: aquí encontrarás médico de familia, pediatra, médico de cabecera o dentista. En Varsovia hay muchos centros de salud que operan como entidades públicas o privadas, pero contratadas por Narodowy Fundusz Zdrowia (Fondo Nacional de Salud). Ambos tipos de centros pueden ser utilizados por las personas que pagan (por sí mismas o a través de su empleador) contribuciones al seguro médico, o sea que están aseguradas.

Una vez obtenido el seguro, es aconsejable acudir a un centro de salud y registrarse como paciente, eligiendo uno que podamos utilizar cómodamente (cerca



del lugar de residencia o del trabajo, o bien conveniente por otros motivos). Es posible cambiar de médico de cabecera de forma gratuita tres veces al año.

El mapa interactivo de los servicios básicos de salud está disponible en la web de la sucursal de Narodowy Fundusz Zdrowia de la región de Mazowsze:

🌐 <http://www.nfz-warszawa.pl/dla-pacjenta/co-kazdy-pacjent-wiedziec-powinien>

[/podstawowa-opieka-zdrowotna/](#)



ASISTENCIA MÉDICA PARA PERSONAS NO ASEGURADAS

Conforme a las leyes en Polonia, la asistencia médica para personas no aseguradas es posible solamente mediante pago. Sin embargo, hay una organización no gubernamental en Varsovia que ofrece asistencia médica gratuita a las personas sin hogar. Además, atienden a los extranjeros no asegurados que no pueden buscar ningún otro tipo de asistencia médica. Dado que los médicos de esta clínica trabajan de forma voluntaria, es mejor llamar antes de la visita y comprobar la posibilidad de consulta.

Médicos de Esperanza (Lekarze Nadziei)

📍 : ul. Wolska 172, 01-258 Warszawa

🕒 : abierto de lunes a viernes en el horario de 9:00 a 16:00

☎ : tfno. (fax) 22 836 81 82

✉ : lekarzenadziei@vp.pl

🌐 <http://lekarzenadziei.waw.pl/>



SANEPID

OFICINA SANITARIA Y EPIDEMIOLOGICA

Esta institución es responsable de los aspectos epidemiológicos – en el contexto de epidemias, pruebas, cuarentena – pero también realiza las pruebas necesarias para trabajar en las profesiones relacionadas con la producción de alimentos (książeczki Sanepidu – “libritos de Sanepid”).

SANEPID tiene sucursales en varios barrios de Varsovia. Más detalles:

🌐 <https://www.pssewawa.pl/>



DISCAPACIDAD

En Polonia existe un sistema de apoyo para personas con discapacidad. Sin embargo, sólo pueden utilizarlo las personas que tengan un certificado de discapacidad obtenido en Polonia. La obtención de un certificado de discapacidad sólo es posible en caso de extranjeros con derecho a residencia en Polonia de larga duración.

Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie

CENTRO DE LAS PERSONAS DISCAPACITADAS (STOLECZNE CENTRUM OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH)

WCPR es una entidad que, entre otros, se ocupa de la evaluación de discapacidad. Las personas que deseen obtener dicho certificado y, por lo tanto, diversos beneficios, deben consultarlo en WCPR.

📍 : ul. Gen. Andersa 5, Warszawa

☎ : Centro de atención telefónica al cliente: 22 50 97 119, 22 50 97 129, 22 50 97 161, 22 50 97 162

🌐 <https://wcpr.pl/>



Punto de información y consulta para personas con discapacidad (PIKON – Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dla Osób Niepełnosprawnych)

PIKON es una entidad en la que una persona discapacitada puede averiguar qué formas de apoyo ofrecen la ciudad de Varsovia o las instituciones públicas (por ejemplo ZUS)

📍 : Al. Solidarności 93, 00-144 Warszawa

☎ : tfno. 661 439 072

📧 : pikon@wcpr.pl

🌐 <https://wcpr.pl/zadania/pikon/pikon-oferta>



TRANSPORTE PÚBLICO

BILLETES

En Varsovia hay metro, autobuses, tranvías, un sistema de bicicletas urbanas, patinetes eléctricos y alquiler de coches por horas.

Los mismos billetes de transporte público sirven para el metro, autobuses y tranvías, así como para los trenes que circulan dentro de Varsovia.

Los billetes se pueden comprar en quioscos, máquinas expendedoras (algunas están disponibles en los tranvías y autobuses más modernos) o mediante aplicaciones móviles (por ejemplo jakdojade.pl). ¡Atención! Los conductores de autobuses y tranvías no venden billetes. Hay que validar el billete en el validador al subir el vehículo o en la puerta del metro. Los billetes que son de varios viajes solo deben validarse en el primer viaje.



La información sobre los tipos de billetes se puede consultar aquí:

🌐 <https://ztm.waw.pl>

🌐 : la web disponible en polaco e inglés

Las personas que utilizan el transporte público habitualmente pueden obtener



“karta miejska” (“carné municipal”) que les permite comprar un billete para uno o tres meses. Dicho carné se puede solicitar en línea aquí:

© <https://personalizacja.ztm.waw.pl/>

Para ello, es necesario preparar una foto digital en color (por ejemplo como para un pasaporte). El carné está listo para recoger en el plazo de unos días en el “punkt obsługi pasażerów” (oficina de atención a los pasajeros) seleccionado – se pueden encontrar por ejemplo en las estaciones de metro.



CARNÉ DEL VARSOVIANO (KARTA WARSZAWIAKA)

Si vives en Varsovia y liquidas impuestos en Varsovia, puedes solicitar Karta Warszawiaka. Este carné te da derecho a grandes descuentos en la compra de billetes de transporte público de larga duración, y también ofrece descuentos en otros servicios de la ciudad, como por ejemplo entrada a las piscinas.

BICICLETA

Varsovia tiene una red de carriles bici en un desarrollo constante. Está en uso el sistema de bicicletas urbanas Veturilo. Los primeros 20 minutos de usar la bici son siempre gratuitos, luego se aplican tarifas. El servicio está disponible previa inscripción.



Más detalles:

🌐 <https://www.veturilo.waw.pl/veturilo-jak-to-dziala/>

🌐 : la web en polaco, inglés, alemán y ruso

Merece la pena señalar que en Varsovia (en la parte trasera de Bazar Różyc-ki) está Otwarty Warsztat Rowerowy (Taller Abierto de Bicicletas). Allí se puede reparar o comprar una bicicleta usada a un precio económico.

🌐 <http://mierzwysoko.org.pl/dzialania/otwarty-warsztat-rowerowy/>



SERVICIOS ESPIRITUALES

Varsovia ofrece lugares de oración para seguidores de muchas religiones y también en varios idiomas.

Iglesia ortodoxa:

PRAWOSŁAWNA KATEDRA METROPOLITALNA ŚW. MARII MAGDALENY W WARSZAWIE

📍 : Al. Solidarności 52, 03-402 Warszawa

☎ : tfno. 22 619 84 67

Iglesia grecoatlónica:

PARAFIA GRECKOKATOLICKA P.W. ZAŚNIĘCIA NAJŚWIĘTSZEJ MARII PANNY W WARSZAWIE

📍 : ul. Miodowa 16, 00-246 Warszawa

☎ : tfno. 22 831 17 18; 606 733 999

Iglesia grecoatlónica:

PARAFIA BŁ. BP. MIKOŁAJA CZARNECKIEGO W WARSZAWIE CERKWI GRECKOKATOLICKIEJ

W POLSCE

📍 : ul. Domaniewska 20, 02-672 Warszawa

Mezquita (Meczet):

COMUNIDAD MUSULMANA (MUZUŁMAŃSKA GMINA WYZNANIOWA W WARSZAWIE)

📍 : ul. Wiertnicza 103, 02-952 Warszawa

☎ : tfno. 22 842 9174

Mezquita (Meczet):

OŚRODEK KULTURY MUZUŁMAŃSKIEJ W WARSZAWIE

📍 : Al. Bohaterów Września 23, 02-389 Warszawa

@ : okm.warszawa@gmail.com
☎ : tfno. 22 636 72 46

Iglesia evangélica de Augsburgo:

PARAFIA EWANGELICKO-AUGSBURSKA ŚWIĘTEJ TRÓJCY

📍 : ul. Kredytowa 4, 00-062 Warszawa
☎ : tfno. 22 556-46-60
🌐 : <https://www.trojca.waw.pl/>

Iglesia evangélica reformada:

📍 : Al. Solidarności 76a, 00-145 Warszawa
☎ : tfno. 22 636 99 45
🌐 : <http://reformowani.org.pl/>

Iglesia pentecostal

📍 : ul. Sienna 68/70, 00-825 Warszawa
☎ : tfno. 22 595 18 22
🌐 : <http://www.sienna.waw.pl/>

Iglesia bautista

ZBÓR KOŚCIOŁA CHRZEŚCIJAN BAPTYSTÓW W WARSZAWIE

📍 : ul. Waliców 25, 00-865 Warszawa
🌐 : <https://baptysci.waw.pl/>

La Iglesia Católica

Los servicios católicos en idiomas extranjeros (a veces menos de una vez a la semana) se ofrecen en Varsovia en inglés, francés, español, chino, árabe, vietnamita, alemán, italiano, coreano, lituano, armenio, húngaro, filipino y latín.

Más detalles:

🌐 <http://archwwa.pl/wyszukaj-msze/msze-swiete-w-jezykach-obcych/>

(la web en polaco, inglés, italiano y español)



CULTURA Y OCIO

La información sobre la oferta cultural de Varsovia se puede consultar en los sitios web:

🌐 : <https://cojestgrane.pl/polska/mazowieckie/warszawa> (cines, teatros, conciertos,

eventos culturales - en polaco)

- 📄 : <https://www.repertuary.pl/> (cartelera de cine, en polaco e inglés)
- 📄 : <http://www.kulturalna.warszawa.pl/> (la web municipal, en polaco)
- 📄 : <https://www.kiwiportal.pl/wydarzenia/m/warszawa> (en polaco)
- 📄 : <http://kulturalnie.waw.pl/> (en polaco)

Es interesante saber que en Varsovia también hay iniciativas de teatro que involucran a migrantes, como por ejemplo Strefa WolnoSłowa (Zona de PalabraLibre). Más detalles: www.strefawolnoslowa.pl

PEQUEÑOS CONSEJOS:

- 🕒 : Varios cines ofrecen entradas más baratas los lunes o miércoles.
- 🕒 : La mayoría de los museos en Varsovia cierra los lunes.
- 🕒 : Los domingos de verano el parque Łazienki Warszawskie ofrece conciertos gratuitos de música de Chopin.
- 🕒 : Distintos museos ofrecen entrada gratuita una vez a la semana, por ejemplo Muzeum Powstania Warszawskiego (Museo del Levantamiento de Varsovia) el domingo; Muzeum Kolejnictwa (Museo del Ferrocarril) el lunes, Muzeum Narodowe (Museo Nacional) el martes; Zamek Królewski (Castillo Real) el miércoles; Muzeum Historii Żydów Polskich (Museo de Historia de los Judíos Polacos) POLIN, Centrum Sztuki Współczesnej (Centro del Arte Contemporáneo), Pałac w Wilanowie (Palacio de Wilanów), Muzeum Etnograficzne (Museo Etnográfico) y Galeria Sztuki (Galería de Arte) Za-



chęta - el jueves.

- ☉ : Centrum Nauki Kopernik (Centro de la Ciencia Copernicus) ofrece una bolsa mensual de entradas gratuitas para personas en una situación económica difícil. Más detalles:

☉ <http://www.kopernik.org.pl/odwiedz-nas>

[/bezplatne-wejscie-dla-osob-w-trudnej-sytuacji-spoecznejekonomicznej/](http://www.kopernik.org.pl/odwiedz-nas/bezplatne-wejscie-dla-osob-w-trudnej-sytuacji-spoecznejekonomicznej/)



BIBLIOTECAS

Para apuntarse a una biblioteca hace falta sólo un documento de identidad; no hace falta (casi nunca) el número PESEL o la tarjeta de residencia.

En muchos barrios, el sistema de bibliotecas está interconectado: al inscribirse en una biblioteca en el barrio, se pueden usar todas las demás bibliotecas en ese barrio.



La lista de las bibliotecas de Varsovia se puede consultar aquí:

📍 <https://www.bibliotekiwarszawy.pl/>

Algunas bibliotecas tienen colecciones en idiomas extranjeros. Los libros en idiomas extranjeros están por ejemplo en:



Wypożyczalnia Zbiorów Obcojęzycznych – Warszawa-Praga

📍 : ul. J. Meissnera 5, 03-982 Warszawa,

☎ : tfno. 22 613 62 73

📍 <http://www.bppragapd.pl/wyposzczalnia-zbiorow-obcojezycznych>

📍 : colecciones en 8 idiomas extranjeros



Ursynoteka- Wypożyczalnia Zbiorów Obcojęzycznych,

📍 : ul. Edwarda Dembowskiego 12, 02-781 Warszawa,

☎ : tfno. 22 899 18 87

📍 <https://ursynoteka.pl/>

📍 : colecciones en inglés, ruso y alemán



Muchas bibliotecas organizan además varios eventos culturales con entrada gratuita.

TELÉFONOS DE EMERGENCIAS

Número europeo de emergencia

☎ : tfno. 112

Urgencias, ambulancias (Pogotowie Ratunkowe)

☎ : tfno. 999

Bomberos (Straż Pożarna)

☎ : tfno. 998

Policía nacional (Policja)

☎ : tfno. 997

Policía local (Straż Miejska)

☎ : tfno. 986

Línea directa de urgencias hospitalarias

(Infolinia – ostre dyżury szpitalne)

☎ : tfno. 800 777 770

Emergencias de gas (Pogotowie gazowe)

☎ : 992

Emergencias de luz

(Pogotowie energetyczne):

BEMOWO, BIELANY, WOLA, ŚRÓDMIEŚCIE (AL NORTE DE ALEJE JEROZOLIMSKIE), ŻOLIBORZ

☎ : tfno. 22 821 51 11

**MOKOTÓW, OCHOTA, ŚRÓDMIEŚCIE (AL SUR DE ALEJE JEROZOLIMSKIE), WILANÓW,
WŁOCHY, URSYNÓW**

☎ : tfno. 22 821 52 11

PRAGA PÓŁNOC, BIAŁOŁĘKA, TARGÓWEK

☎ : tfno. 22 821 53 11

PRAGA POŁUDNIE, REMBERTÓW, WAWER

☎ : tfno. 22 821 54 11

WESOŁA

☎ : tfno. 778 28 00, 778 28 22

Emergencias de calefacción comunitaria

(Pogotowie ciepłownicze)

☎ : tfno. 993

Emergencias de agua y alcantarillado

(Pogotowie wodociągowo – kanalizacyjne)

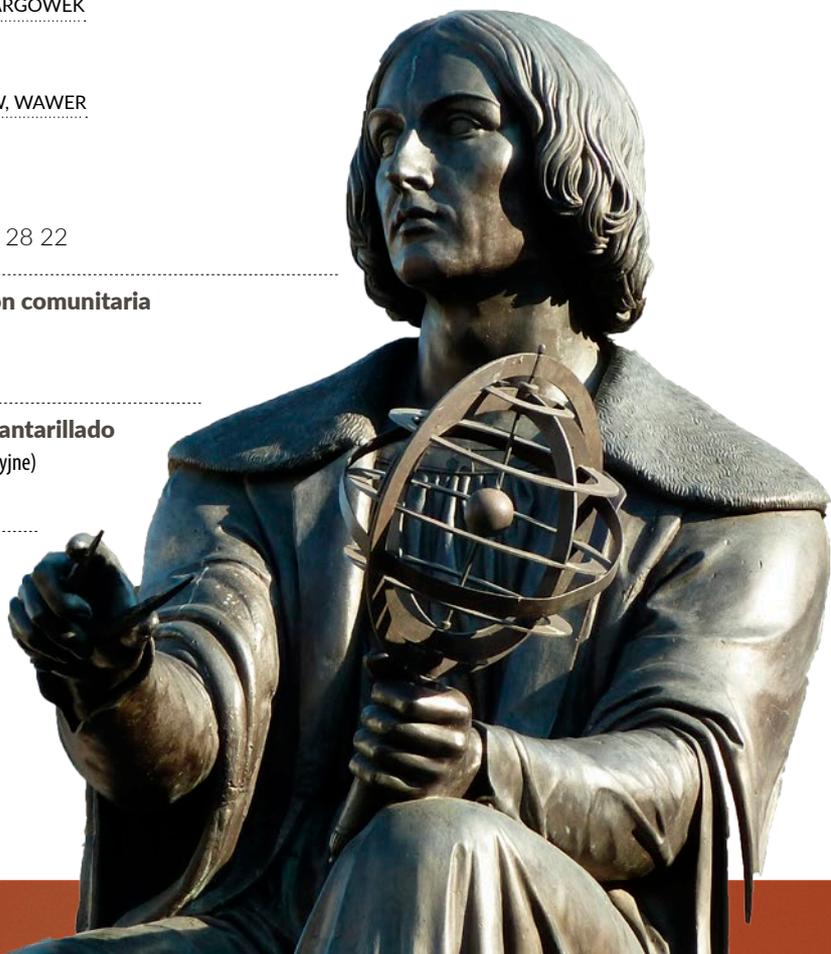
☎ : tfno. 994

**Teléfono de seguridad
para los turistas extranjeros**

TOURIST EMERGENCY LINE

☎ : tfno. 0 800 200 300

☎ : tfno. 608 599 999



ACERCA DE LA FUNDACIÓN PFM

Fundacja Polskie Forum Migracyjne ofrece a extranjeros consultas gratuitas sobre: legalización de la residencia en Polonia, trabajo y empleo en Polonia, hacerse autónomo y establecer una sociedad de responsabilidad limitada, seguro social y de salud (ZUS), mercado laboral: cómo escribir una carta de presentación y currículum, cómo encontrar un mejor trabajo.

También puedes concertar una consulta gratuita con:

- ☎ : psicólogo – para adultos y niños,
- ☎ : asesor profesional,
- ☎ : abogado,
- ☎ : asesor de emprendimiento y desarrollo,
- ☎ : asistente de integración.

Además, gestionamos inscripciones a:

- ☎ : escuelas interculturales de parto,
- ☎ : grupos de apoyo para mamás migrantes con niños menores de 2 años.

Te invitamos a pedir cita en línea, por teléfono o en la oficina de la Fundación.

- ☎ : +48 692 913 993
- ☎ : +48 22 110 00 85
- ☎ : de lunes a viernes, de 10:00 a 15:00

- @ : zapisy@forummigracyjne.org
- 🌐 : www.forummigracyjne.org
- 📘 : www.facebook.com/PolskieForumMigracyjne
- 📍 : ul. Szpitalna 5/14, 00-031 Warszawa

DTP: Presspekt™ Grupa Wydawnicza Leszek Waligóra, ul. Gliwicka 35, 42-600 Tarnowskie Góry, <https://presspekt.pl>

licenses: Mapnik like rules - version 1.1 06.04.2014 Modified by Ole Nielsen
CCSA3.0, Open Database License © autorzy OpenStreetMap, and others

