



**ZÁKLADNÍ PRŮVODCE
PRO UKRAJINSKÉ
UPRCHLÍKY
PŘICHÁZEJÍCÍ DO
ČESKÉ REPUBLIKY**

1. Pobytové oprávnění
2. Bydlení
3. Práce a sociální podpora
4. Česká republika
5. Zdravotnictví
6. Vzdělání
7. Jazyk
8. Peníze a bankovníctví
9. Internet a telefony
10. Cestování
11. Hmotná pomoc

Datum poslední aktualizace: 28. března 2022

Užitečná telefonní čísla:

Linka důvěry Ministerstva vnitra: + 420 974 801 802

Linka pomoci Člověka v tísni: +420 770 600 800

Linka pomoci Organizace pro pomoc uprchlíkům: +420 228 229 942

Infolinka Charity ČR: +420 731 432 431

Help linka Člověka v tísni: tel. 770 600 800.

Linka právní pomoci PWC: +420 251 15 11 22

Linka VZP pro zdravotní pojištění: +420226201221

Covid helplinka: 1221

Upozornění: Tento dokument vznikl jako pomůcka pro příchozí z Ukrajiny a pro pomáhající jednotlivce, aby se lépe zorientovali ve velkém množství důležitých informací. Dokument je možné volně šířit bez jakýchkoliv omezení.

S návrhy a změnami nás prosím kontaktujte zde: vitejteCR@gmail.com

Autoři: Dr Jessie Barton Hronešová; Vaclav Stindl, MA MBA; Ing Hana Stindl Vitnerova, MA

Na aktualizaci dokumentu se podílelo Konsorcium nevládních organizací pracujících s migranty v ČR (www.migracnikonsorcium.cz). Kontakt: Lucie Kellnerová, kellnerova@migracnikonsorcium.cz

1. Pobytové oprávnění

a. Kde najdu oficiální informace?

Oficiální stránky [Ministerstva vnitra s průvodcem pro občany Ukrajiny](#) se všemi podrobnostmi:

Každý, kdo dorazil po 24. únoru, se musí přihlásit prostřednictvím [KRAJSKÝCH ASISTENČNÍCH CENTER POMOCI UKRAJINĚ \(KACPU\)](#)

KACPU je vaším hlavním kontaktním místem a může vám pomoci s vízem, prací, zdravotním pojištěním a ubytováním. Více [zde](#)

Zde je také užitečný [průvodce v ukrajinštině](#)

b. Na jaký pobytový status mám nárok?

Všichni občané Ukrajiny, vysídlení z Ukrajiny 24. 2. 2022 a později, nebo občané Ukrajiny, kteří před tímto datem pobývali v České republice na základě bezvízového styku či krátkodobého víza, mohou na základě zákona schváleného 21.3.2022 požádat o **dočasnou ochranu** v České republice. Vedle těchto ukrajinských občanů mohou o dočasnou ochranu požádat také

- Jejich rodinní příslušníci s jiným než ukrajinským občanstvím
- Držitelé mezinárodní ochrany (azylu) na Ukrajině, případně na Ukrajině žijící osoby bez státní příslušnosti
- Občané jiných zemí, kteří mají na Ukrajině trvalý pobyt a kteří se nemohou vrátit do země svého původu z důvodu hrozby nebezpečí (popsáno v § 179 odst. 2 zákona o pobytu cizinců)

Dočasná ochrana:

- Platí 1 rok, může být automaticky o 1 další rok prodloužena. Případné další prodloužení tohoto institutu bude podléhat politickému rozhodnutí na úrovni Evropské unie
- Opravňuje Vás bez omezení pracovat na území České republiky
- Opravňuje Vás čerpat humanitární dávky a další sociální podporu (detailnější informace k dispozici v sekci 8 tohoto dokumentu)
- Umožňuje Vám využívat český systém veřejného zdravotnictví

Občané, kteří na území ČR přišli před 21. 3. 2022 a získali speciální dlouhodobé vízum za účelem strpění (s kódem D/VS/u), jsou pro účely zákona považováni za držitele dočasné ochrany

O dočasnou ochranu můžete požádat jen v jedné zemi Evropské Unie. Pokud jste o ni již požádali v jiné členské zemi, nelze žádat znovu na území ČR.

Pokud o dočasnou ochranu žádat nechcete - například proto, že o ni chcete požádat v jiné zemi EU, můžete v České republice setrvat až 90 dní na základě bezvízového styku. Máte-li biometrický pas, není tedy v takovémto případě nutné žádat o nic. Výhody popsané výše se na Vás v takovém případě ale nevztahují.

c. Kde se přihlásit, co k tomu potřebuji?

KACPU. Naskenujte prosím tento [QR kód](#) a poté se zaregistrujte u svého KACPU

Žádost je nutné podat osobně, ve výjimečných případech prostřednictvím oprávněné osoby (pro informaci, kdo a za jakých okolností se může stát takto oprávněnou osobou volejte na linku Organizace pro pomoc uprchlíkům). Pro žádost o udělení dočasné ochrany je nutné doložit [tiskopis](#) a máte-li jej k dispozici, platný cestovní doklad. **O dočasnou ochranu lze požádat i v případě, že cestovní doklad nemáte - v takovémto případě vám může být bezplatně vydán doklad nový.**

d. Mohu získat bezplatnou právní pomoc?

Bezplatnou právní pomoc pro ukrajinské uprchlíky v ČR zabezpečuje řada organizací a jednotlivců, např. členové [Konsorcia nevládních organizací pracujících s migranty](#).

Ministerstvo vnitra: +420 974 801 802 (provoz nonstop)

[Ukrajinská infolinka Charita ČR:](#) tel. +420 731 432 431

[Infolinka Organizace pro pomoc uprchlíkům:](#) tel. +420 228 229 942

[InBáze:](#) RU: 733 785 940, 739 578 343, 704 928 609, 733 785 677, UK: 703 375 195, recepce (UK): 739 037 353 /

[Sdružení pro integraci a migraci:](#) tel. 224 224 379; právní 776 263 033 / 605 263 035 / 603 547 450; sociální 605 253 994

[Integrační centrum Praha:](#) tel. +420 775 751 748, ukr@icpraha.com

Bezplatné právní poradenství pro občany Ukrajiny (PWC ČR): tel. +420 251 15 11 22

Seznam soukromých advokátů, kteří ukrajinským uprchlíkům zdarma poskytují právní pomoc je pak k dispozici [zde](#).

Další pomoc najdete na www.umapa.eu

K dispozici je také základní [rozcestník](#) pro organizace poskytující pomoc napříč zeměmi EU

e. Budu smět pracovat?

Ano, 11. března schválila česká vláda zvláštní zákon, který **vám umožní pracovat ihned**, jakmile si práci najdete.

Více informací najdete na webu [Ministerstva práce a sociálních věcí](#) a [CzechInvestu](#)

f. Mohu po získání víza vycestovat mimo Českou republiku?

Máte-li status **dočasné ochrany**, můžete z ČR cestovat do kterékoliv země tzv. Schengenského prostoru podobně jako u bezvízového styku - tedy maximálně na 90 dní za každý půlrok (180 dní).

g. Co když se rozhodnu přestěhovat se mimo ČR?

O **dočasnou ochranu** lze bohužel zažádat jen v jedné členské zemi EU. Pokud jste tedy již držitelem dočasné ochrany na území ČR a chcete se přestěhovat a například pracovat na území některého z jiných členských států EU, závisí Vaše možnosti na konkrétních pravidlech nastavených v příslušné cílové destinaci. Toto také platí pro jakékoliv cílové destinace mimo Evropskou unii.

Váš záměr přestěhovat se z ČR do jiné země v každém případě doporučujeme konzultovat s právníkem (viz výše) v ČR a zejména ve Vaší cílové zemi (základní rozcestník pak také k dispozici pod [tímto odkazem](#))

2. Bydlení

a. Pomůže mi někdo najít ubytování?

Ano, s přechodným ubytováním vám KACPU může pomoci.
Více [zde](#).

Oficiální ubytování pro uprchlíky naleznete na [zde](#)
Nebo pište na ubytovaniukrajina@suz.cz

S ubytováním Vám mohou pomoci také neziskové organizace nebo obce. Například:

[Organizace pro pomoc uprchlíkům](#)

[Charita Česká republika](#)

[Diakonie Českobratrské církve evangelické](#)

[Sdružení pro integraci a migraci](#) – program Uprchlíci, vítejte

[MOST pro](#)

[La Strada](#)

b. Kde mohu hledat byty k pronájmu?

Podívejte se prosím na tento web a přejděte dolů na Ubytování:

<https://www.stojimezaukrajinou.cz/en>

Pokud chcete dlouhodobé ubytování, můžete se také podívat zde:

- bezrealitky.cz - bez zprostředkovatelského poplatku (pronajímáte přímo od majitelů domů)
- ulovdomov.cz
- <https://www.sreality.cz/hledani/pronajem/byty>
- <https://reality.idnes.cz/s/pronajem/byty>

c. Jaké jsou typické podmínky pro uzavření nájemní smlouvy?

Byty se v České republice nejčastěji pronajímají na 1 rok. Nájemce je obvykle povinen složit kauci ve výši 1 nebo 2 měsíčních nájmů a nájemné platí zpravidla měsíčně před nebo na začátku každého měsíce, kdy byt pronajímá. Poplatky za služby jako elektřina, plyn a internet se obvykle platí navíc k měsíčnímu nájomu (voda je naopak obvykle zahrnuta ceně). Pokud najdete svůj pronájem přes realitního makléře, musíte obvykle zaplatit také provizi makléře - obvykle se rovná jednomu měsíčnímu nájomu.

Jako nájemce máte zákonné právo ukončit smlouvu před uplynutím roční smlouvy, ale musíte to dát vědět 2 měsíce předem. Někdy se můžete dohodnout na dřívějším odchodu z nájomu, aniž byste museli platit nájem za dvouměsíční období, a to tak, že byste našli nového nájemníka, který po vás převezme smlouvu – to však závisí na individuální dohodě s pronajímatelem. Pronajímatel naopak smí smlouvu předčasně ukončit pouze v případě, že porušíte podmínky smlouvy např. tím, že neplatíte včas nájemné, že v bytě žije více lidí, než bylo sjednáno při vzniku nájomu, že poškozujete majetek nebo jinak hrubě porušujete smlouvu.

Pronajímatel také nemůže po dobu 1 roku platnosti smlouvy libovolně zvyšovat nájemné. Navýšit může pouze tu část, která pokrývá služby poskytované nájemci (např. úklid domu, vodovod, elektřina a vytápění společných prostor...) a pouze pokud to pokryje zvýšení nákladů, které mu vzniknou v souvislosti s pronájemem (k tomu by měla být předložena dokumentace). Některé smlouvy obsahují i ustanovení, které umožňuje pronajímátelei navýšit nájemné na konci daného kalendářního roku o výši inflace (zveřejněno Českým statistickým úřadem).

Za údržbu nemovitosti odpovídá pronajímatel. Jako nájemce platíte pouze drobnou údržbu (v ceně do ~1000 Kč) nebo opravy, které si svou nedbalostí přímo způsobíte. Odpovědnost za škody způsobené na cizím majetku (typicky úniky vody) může být složitější. Abyste předešli nepříjemným sporům, je dobré si pořídit relativně levné pojištění odpovědnosti - kupř. na <https://www.direct.cz> to lze pořídit za méně než 80 Kč/měsíc.

Dobrý přehled o tom, jak funguje pronájem v ČR, je také k dispozici zde: <https://blog.foreigners.cz/czech-lease-agreement/>

d. Jak číst české realitní inzeráty?

Byty či domy v České republice se obvykle popisují jak počtem pokojů, tak jejich rozlohou v metrech čtverečních. Počet pokojů uvedený v inzerátech zahrnuje pokoje, které lze využít jako ložnice nebo obývací pokoje - nezahrnuje však koupelny, komory atd. Kuchyň je obvykle uváděna také samostatně (nebo je uvedena jako součást obývacího pokoje). Byt 3+1 je tedy byt se 2 ložnicemi, obývacím pokojem a samostatnou kuchyní. Stejně tak 2+kk je byt s 1 ložnicí a obývacím pokojem, ve kterém je i kuchyň.

e. Kolik obvykle platím za nájem?

Bude záležet na velikosti bytu a lokalitě, ale v Praze v průměrné lokalitě najdete byt 50 m² pro rodinu za cenu kolem 15 000-17 000 Kč + poplatky (cca 600-700 EUR/měsíc). Rozumné nájemné za větší byt 2-3+1 (80-100 m²) v podobné lokalitě by se pohybovalo mezi 20 000 a 30 000 Kč/měsíc + poplatky.

Byty v centru Prahy (Praha 1, 2 a části dalších čtvrtí v jejich bezprostřední blízkosti) mohou být ještě dražší. Všimněte si, že bydlení v centru Prahy není nutností – město je kompaktní a má výbornou veřejnou dopravu, takže se (téměř) odkudkoli (téměř) kamkoli dostanete za méně než 45 minut.

Náklady na ubytování jsou v jiných městech výrazně levnější (kromě Brna, kde jsou téměř stejné jako v Praze). V krajských městech jako je Plzeň, České Budějovice nebo Pardubice by byt 2+kk o velikosti 1+1 o velikosti 50 m² stál 10 000 až 12 000 Kč/měsíc. V menších městech budou náklady na pronájem pravděpodobně ještě nižší.

Pro představu mrkněte na <https://www.sreality.cz/hledani/pronajem/byty> nebo www.bezrealitky.cz

f. Kolik obvykle platím za služby a internet?

To záleží na velikosti, roční době (je zima?), rychlosti internetu. Existují dva druhy energií - 1) poplatky za vodu, společná elektřina, výtah, popelnice (platí se pronajímateli) - cca 600 Kč měsíčně/na osobu (Zde se většinou platí za některé předem (zvané zálohy) a na konci roku pak dostanete vyúčtování) a 2) poplatky podepsané přímo s poskytovateli elektřiny/plynu/internetu - cca. 3-4000 Kč měsíčně. Nejlepší je zeptat se svého pronajímatele, jak vysoké poplatky v minulosti byly.

g. Jaké jsou možnosti krátkodobých pobytů?

Promluvte si prosím s KACPU a podívejte se na [oficiální ubytování pro uprchlíky](#). Můžete také použít airbnb.com, ale bývá to dražší. Hostely jsou obvykle mnohem levnější variantou (booking.com, hostels.com).

3. Práce a sociální podpora

a. Kde mohu nejlépe hledat práci?

- 1) Oficiální stránky [Úřadu práce](#)
- 2) Pracovní portály
 - a) pracovní portál vytvořený správci různých portálů (včetně jobs.cz, práce.cz atd) <https://www.workania.eu/cs/>
 - b) nejrozšířenější pracovní portál v ČR: www.jobs.cz (která má také [speciální sekci pro Ukrajince](#))
 - c) oficiální [pracovní portál připravený Czech Invest](#)
 - d) spontánní portál spojující možnosti uplatnění ve školství (připraven ScioŠkolou): <https://shkola.cz/>
 - e) pracovní portál pro [práce ve startupech](#)
 - f) dobrovolníky vytvořený [pracovní portál pro práce v IT, umění atd.](#)
 - g) pracovní portál ukrajinské [iniciativy ukrajinci.cz](#)
- 3) Pracovní agentury
 - a) [Manpower](#)
 - b) [Randstad](#)
 - c) [Adecco](#)

b. Může mi někdo pomoci najít práci?

Standardně jsou hlavním zdrojem pomoci při hledání práce v ČR místně příslušné [úřady práce](#).

Dále Vám také může pomoci KACPU nebo příslušné [Centrum pro podporu integrace cizinců](#) (CPIC) nebo [Ministerstvo práce a sociálních věcí](#).

c. Ve kterých profesích se práce snadno hledá?

V ČR je celkový nedostatek pracovních sil, takže byste měli být schopni najít práci. Služby (od péče o děti po hotely) celkově postrádají personál, stejně jako výroba, stavebnictví a zdravotnictví.

d. Jaké jsou typické platy v České republice?

Minimální mzda je v ČR 16 200 Kč za plný úvazek tedy 40 hodin týdně. Průměrná mzda v ČR pro rok 2021 byla **37 000 Kč hrubého**, což je kolem 1500 EUR. Platy jsou obvykle uváděny v hrubé výši – tedy před zdaněním, zdravotním a sociálním pojištěním. Odpovídající

průměrná čistá mzda je cca. 30 000 Kč měsíčně. Přepočty hrubých mezd na čistou výplatu naleznete na <https://www.vypocet.cz/cista-mzda>.

Zde je seznam některých průměrných hrubých platů za povolání (pouze orientačně):

Uklízečka: 19 000 Kč

Prodavačka: 25 000 Kč

Řidič autobusu: 38 000 Kč

Učitel: 45 000 Kč

Zdravotní sestra: 54 000 Kč

Lékař: 90 000 Kč

e. Jaké jsou typické pracovní podmínky v České republice?

Pracovní smlouva musí mít ze zákona písemnou formu a měla by obsahovat minimálně druh práce, místo výkonu práce a datum prvního pracovního dne.

Pracovní smlouvy v České republice mohou být uzavřeny na dobu určitou nebo na dobu neurčitou a obvykle zahrnují zkušební dobu - 3 měsíce. Po skončení této zkušební doby platí 2 měsíční výpovědní lhůta pro ukončení smlouvy. Mzda je obvykle vyplácena měsíčně, na konci každého odpracovaného měsíce. Česká republika má 40hodinový pracovní týden – pokud budete muset pracovat výrazně déle, máte právo na příplatek za práci přesčas nebo náhradní volno.

Zaměstnavatel je ze zákona povinen vám na své náklady poskytnout veškeré nástroje a vybavení nezbytné k bezpečnému výkonu vaší práce. Máte právo odmítnout práci v nebezpečných podmínkách a máte povinnost nahlásit takové nebezpečné podmínky svému zaměstnavateli a v případě potřeby i příslušným úřadům. V případě, že neúmyslně poškodíte majetek svého zaměstnavatele, musí zaměstnavatel prokázat, že škoda byla způsobena vaší nedbalostí, a může požadovat náhradu škody až do výše 4,5násobku vaší průměrné měsíční mzdy (tento strop neplatí, pokud škoda byla způsobena úmyslně nebo pod vlivem alkoholu nebo omamných látek). V některých situacích se zaměstnavatel může domáhat i náhrady ušlého zisku – opět však musí jednoznačně prokázat, že k tomuto ušlému zisku došlo vašimi jednáními (např. nedostavením se do práce).

Nikdy, za žádných okolností, nemá váš zaměstnavatel právo zadržet váš osobní majetek – a už vůbec ne jakékoli doklady totožnosti.

Více k tématu:

<https://www.justlanded.com/english/Czech-Republic/Czech-Republic-Guide/Jobs/Employment-Contracts> a zde <https://www.justlanded.com/english/Czech-Republic/Czech-Republic-Guide/Jobs/Introduction>

f. Jak napsat dobrý životopis pro zaměstnavatele v ČR?

Zkuste to stručně a přidejte fotku.

Tady je dobrý [návod](#)

g. Jak mohu začít pracovat jako OSVČ? Co bych měl mít na paměti, pokud se rozhodnu stát se OSVČ?

Musíte se zaregistrovat k samostatné výdělečné činnosti (Živnostenský list). Více najdete [zde](#)

h. Mohou mé dospívající děti pracovat?

Pokud jsou starší 15 let a mají ukončené základní vzdělání, mohou pracovat na vhodné pozici.

i. Dostanu nějakou finanční podporu předtím, než se mi podaří sehnat práci?

Držitelům dočasné ochrany je poskytnuta i humanitární dávka ve výši 5000 Kč, která Vám může být poskytnuta i opakovaně po dobu následujících pěti měsíců v případech, kdy Vaše příjmy nebudou stačit k pokrytí Vašich základních potřeb.

Vedle této humanitární pomoci je také k dispozici podpora v nezaměstnanosti v počáteční výši cca 5500 Kč měsíčně (následně klesající na cca 4000 Kč / měsíčně). Ta je však podmíněna doložením doby důchodového pojištění z výdělečné činnosti vykonávané na Ukrajině v délce nejméně 12 měsíců za poslední 2 roky. Pokud tuto podporu získáte, můžete tedy po dobu, než si najdete zaměstnání, pobírat cca 9-10,000 Kč měsíčně.

Výplatu veškerých dávek finanční pomoci zajišťují Úřady práce. Nepostačující majetkové a příjmové poměry je ideální doložit všemi dostupnými doklady, ale **stačí i čestné prohlášení**.

Humanitární dávku vyplácí Úřad práce a lze o ni požádat přes [online formulář](#)

j. Jaké daně platím jako zaměstnanec / OSVČ? jak to mám udělat?

Zaměstnanci i osoby samostatně výdělečně činné jsou povinni platit daň z příjmu fyzických osob, zdravotní pojištění a sociální pojištění (také počítáno jako procento z příjmu fyzických osob). Daňová přiznání jsou splatná každoročně, každý rok k 1. dubnu, stejně jako přiznání o příjmech za zdravotní a sociální zabezpečení (splatné do 8 dnů od podání přehledu).

Jste-li zaměstnání, většinu agendy s daněmi (včetně daňového přiznání) a zdravotním/sociálním pojištěním obvykle vyřizuje váš zaměstnavatel - ověřte si to u osoby / oddělení, které je za to u zaměstnavatele odpovědné. Pokud jste osoba samostatně výdělečně činná, budete muset platit měsíční odvody na sociální a zdravotní pojištění. Při podávání přehledů pro zdravotní a sociální zabezpečení se zaplacené zálohy porovnají s Vašimi dosaženými příjmy a může se stát, že budete muset určitou částku doplatit, nebo Vám bude vrácen přeplatek..

4. Česká republika

a. Jaké jsou příležitosti a životní úroveň při srovnání v různých částech České republiky?

Praha (~1,5 milionu obyvatel) jako hlavní město má nejvyšší platy, nejnižší míru nezaměstnanosti a nejvíce příležitostí. V Praze sídlí nejvyšší počet firem a řada nejvýznamnějších akademických, vědeckých a kulturních institucí. Je to také jedna z největších evropských turistických destinací a pravděpodobně nejvíce mezinárodní město České republiky. Praha má nejvyšší platy a nejnižší nezaměstnanost v zemi. Na druhou stranu (a v důsledku toho) jsou životní náklady v Praze také nejvyšší v zemi.

Pokud je vaší ambicí pracovat v odborných službách (účetnictví, finance, poradenství, právo, reality...) nebo ve velké společnosti, má Praha v rámci ČR velmi malou konkurenci. Pokud se rozhodnete pracovat v oblasti technologií, vysokého školství, zdravotnictví nebo cestovního ruchu – nebo studovat vysokou školu, Praha je také volbou číslo 1 – i když některá jiná místa v Česku mohou nabídnout velmi dobrou alternativu.

Brno, druhé největší město v Česku (~0,5 milionu obyvatel) a hlavní město Moravy – východní části Čech, představuje srovnatelnou alternativu k Praze. Je to pulzující město s dobrými univerzitami, obrovskou studentskou populací a rychle rostoucím technologickým sektorem. Mzdy a nezaměstnanost v Brně jsou srovnatelné s Prahou. Bohužel i životní náklady. Brno byste měli považovat za atraktivní alternativu k Praze, zvláště pokud chcete pracovat v technice nebo na akademické půdě.

Ostrava, Plzeň, Liberec, Olomouc, České Budějovice, Hradec Králové, Pardubice, Zlín
Tato města jsou krajská města s populací mezi 100 000 a 300 000. Každé z těchto měst má místní univerzitu (ty jsou často dobré), velké nemocnice a velké množství průmyslu (některé sídlí lokálně) a také dobré dopravní spojení do jiných částí země. Platy i životní náklady jsou o něco nižší než v Praze nebo Brně a míra nezaměstnanosti je o něco vyšší (i když stále velmi nízká). Tato města pravděpodobně nabízejí lepší kvalitu života, pokud chcete/potřebujete žít ve větším městě, ale vaše profese nevyžaduje, abyste byli „v centru dění“. Například zdravotní sestra v Olomouci má velmi podobný plat jako v Praze, přičemž platí výrazně nižší nájemné a/nebo jiné životní náklady.

Menší města a venkov

Města s počtem obyvatel nad ~10 000 lidí mají obvykle dobré spojení alespoň s hlavním městem místního regionu. Nějaký místní průmysl, ale celkově méně místních příležitostí, nižší platy. Místní infrastruktura je obvykle poměrně rozvinutá (několik supermarketů, kostel, banka, několik restaurací, fotbalový klub, divadlo). Velká část místních obyvatel dojíždí -

vzhledem k nižším nájmům to může a nemusí být finančně lepší varianta než bydlení v krajské metropoli. Spojení veřejnou dopravou do menších měst / vesnic je obvykle mnohem méně robustní - takže dojíždění / velké nákupy jsou poměrně obtížné, pokud nevlastníte auto. Dobré, pokud můžete pracovat lokálně / vzdáleně.

Kraj Ústecký, Karlovarský a Moravskoslezský

Tyto regiony jsou ekonomicky nejproblematictějšími částmi země. Platy v těchto regionech jsou nižší než jinde v Česku a míra nezaměstnanosti je stále nejvyšší v zemi – navzdory nedávným poklesům. Náklady na bydlení jsou zde podstatně nižší než v jiných částech Česka. Pro některé by tyto regiony mohly být atraktivní díky nízkým nákladům – ale vzhledem k jejich dosavadní zranitelnosti vůči ekonomickým šokům představují riskantní možnost.

Pro Prahu se podívejte sem: <https://metropolevsech.eu/wp-content/uploads/2021/02/Praha-ENG-update.pdf>

Zde je dobrý průvodce životem v České republice:
<https://www.expat.com/en/guide/europe/czech-republic/>

5. Zdravotní péče

Oficiální informace od Ministerstva zdravotnictví [zde](#).

a. Jak získám zdravotní pojištění?

Držitelé Dočasné ochrany získají automaticky a zdarma zdravotní pojištění na území ČR, platné **od okamžiku jejich vstupu na území ČR**.

Při návštěvě lékařského zařízení je dobré mít u sebe průkaz pojištěnce. Držitelé dočasné ochrany získávají automaticky pojištění u Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP) – vše vyřizují KACPU. Pokud osoba, které bylo přiznáno vízum, dosud doklad o zdravotním pojištění nemá, může si o něj požádat prostřednictvím [on-line registrace](#) u Všeobecné zdravotní pojišťovny. Nebo se může osobně dostavit na jakoukoliv [pobočku](#) VZP. Neodkladná zdravotní péče Vám bude zdarma poskytnuta i bez tohoto průkazu.

Více informací pro pojištěnce VZP je k dispozici [zde](#), telefonicky pak: +420226201221 a vyberte 8.

b. Co když ještě nemám zdravotní pojištění

Pokud jste držitelem Dočasné ochrany, zdravotní pojištění máte. Pokud máte v plánu o Dočasnou ochranu požádat, ale ještě předtím potřebujete vyhledat lékařskou péči, **budete se**

na vás i zpětně vztahovat zdravotní pojištění, které získáte společně s dočasnou ochranou (musíte ale požádat do 30 dnů)

Na tomto odkazu pak naleznete také [seznam lékařů](#) nabízejících lékařskou péči pro uprchlíky z Ukrajiny.

c. Jak se zaregistruji u lékaře?

Promluvte si s pojistitelem, u kterého budete registrováni (viz krok výše).

- 1) Oficiální informace od [Ministerstva zdravotnictví](#)
- 2) Aplikace [U lékaře pro Ukrajince](#)

d. Komunikace s lékařem?

[Komunikační kartičky pro návštěvu lékaře](#)

Je také užitečné mít s sebou vyplněný základní [anamnestický dotazník](#)

e. Platím za lékařské ošetření?

Obecně ne, protože to kryje vaše pojištění. Platili byste pouze v případě, že byste šli přes soukromého poskytovatele zdravotní péče.

f. Dostanu nějakou finanční pomoc, když onemocním? Pokud budu invalidní?

Ano, pokud jste zaměstnání, budete na nemocenské a pokud již nebudete moci pracovat, požádáte o zvláštní důchod.

g. Myslím, že by se mi hodilo promluvit si s psychologem

Krizové poradenství zdarma nabízí například:

[Linka sluchátko](#) (212 812 540)

[Sociální klinika](#)

[Sdružení pro integraci a migraci](#)

[InBáze](#)

Zdarma je k dispozici [aplikace VOS](#)

Ukrajinské psychology koordinuje nezisková organizace [AMIGA](#)

6. Vzdělání

a. Musí moje děti navštěvovat školu v České republice?

Oficiální [stránky Ministerstva školství zaměřené na Ukrajinu](#)

Další ucelené informace pro všechny stupně vzdělávání nabízí [Inkluzivní škola](#)

Nezisková organizace s nejbohatšími zkušenostmi v oblasti vzdělávání dětí s odlišným mateřským jazykem je [META o.p.s.](#)

Musí děti chodit do české školy?

Ano. Povinná školní docházka, včetně povinného předškolního vzdělávání (1 rok) se vztahuje i na cizince, kteří jsou oprávněni pobývat na území České republiky trvale nebo přechodně po dobu delší než 90 dnů.

Do kolika dnů po příchodu se musí děti do školy přihlásit?

Záleží na tom, jak se podaří zabezpečit jiné potřeby dítěte a rodiny (bydlení-místo pobytu, materiální a finanční zajištění atd.). Po dobu prvních tří měsíců pobytu v ČR není nutné zahájit povinnou školní docházku.

Pokud chcete, aby se vaše děti učily dál, je tu tento [youtube kanál](#)

b. Jak přihlásím své děti do základní školy?

Pro zápis dětí do mateřských a základních škol pro školní rok 2022/2023 bude otevřen **speciální termín od 1.6.2022 do 15.7.2022.**

Na stránkách [shkola.cz](#) si můžete najít pro své děti vhodnou školku nebo školu, která má již kapacitu. Pro pomoc v ukrajinštině volejte +420 234 705 539 nebo e-mail na ukrajina@shkola.cz.

K zápisu dětí nepotřebujete žádné speciální doklady, ale vezměte si s sebou pasy a imigrační doklady, pokud je máte.

Registrovat je můžete také na webu [Děti Ukrajiny](#).

Vaše děti nemusí k zápisu mluvit česky.

c. Jak přihlásím své děti na střední školu? Jaké typy sekundárního vzdělávání existují?

Existují různé typy středních škol, z nichž většina vyžaduje přijímací zkoušky.

Termín přihlášek do 1. kola přijímacího řízení na SŠ do prvního ročníku 2022/2023 byl pro nově příchozí uchazeče z Ukrajiny posunut:

- do oborů vzdělání s maturitní zkouškou do 5. dubna 2022;
- do ostatních oborů středního vzdělání do 8. dubna 2022.

d. Jak se mohu přihlásit na univerzitu? Jsou nějaké termíny?

V České republice je 26 státních a 2 soukromé univerzity. Jejich přehled naleznete [zde](#). Jak a kdy můžete začít zjistíte [zde](#).

Další akademický rok začne v září 2022.

Většina českých univerzit má speciální podmínky pro zápis ukrajinských studentů a u řady z nich je k dispozici zjednodušený proces pro přestup z ukrajinské univerzity na českou, resp. pro přijetí nových ukrajinských studentů do 1. ročníku. Pro podrobnější informace, včetně informací o termínu podání přihlášek (pro české studenty toto zpravidla bývá 31.3., pro studenty z Ukrajiny je tento termín zpravidla posunut) kontaktujte přímo Vámi zvolenou vysokou školu.

Studium v českém jazyce je zdarma, ale za přihlášku je třeba zaplatit malý poplatek (který může být opět prominut).

Pro Univerzitu Karlovu se podívejte [zde](#). Univerzita Karlova má seznam kurzů, které jsou stále dostupné [zde](#).

e. Jak dosáhnu oficiálního uznání mých dokladů o vzdělání?

Pokud máte nějaké oficiální dokumenty z Ukrajiny, předložte je. Poplatek za uznání (nostrifikace) bude prominut. Pokud ne, učiníte pouze čestné prohlášení o svém předchozím vzdělání. Pokud jde o vysokoškolské diplomy, zjistíte více [zde](#) nebo [zde](#)

f. Jsou nějaké poplatky, které bych musel platit za základní/střední/terciární vzdělávání?

Vzdělávání v ČR je na všech státních institucích bezplatné. Více [zde](#).

7. Jazyk

a. Jak dlouho trvá naučit se slušně česky?

Záleží, ale jako ukrajinský mluvčí byste neměli mít mnoho problémů, protože mnoho slov je podobných. Měli byste to zvládnout poměrně rychle. Pokud budete pilně studovat, pravděpodobně to zvládnete za pár měsíců!

b. Jaké mám možnosti, jak se naučit česky?

Nyní je stále více možností, ale místa se rychle zaplňují. KACPU vám může pomoci s jejich kurzem, ale mohou být plné.

Pokud chcete začít hned, zkuste youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UCmL35H01OXRRG2Mv-019Nw>

A také zde je [online učebnice češtiny](#):

Můžete si také stáhnout **Duolingo** do svého telefonu a učit se tak!

[Zdarma překladač](#) vytvořen Univerzitou Karlovou:

Zde je několik dalších možností:

- <https://www.cizinci.cz/web/uk> poskytuje kurzy češtiny a celkové integrace.
- <https://inbaze.cz/ru/kursy-cheshskogo-jazyka/>
- V Plzni poskytuje bezplatné kurzy jazyková škola Eufrat: <https://www.eufrat.cz/jazykove-kurzy/vyuka-cestiny-pro-ukrajince/>
- <https://p-p-i.cz/kurzy-cestiny-zdarma/>
- V Praze mrkněte na tyto stránky: <https://icpraha.com/en/> a <https://www.mozaika.eu/czech-language-courses-in-prague/>
- <https://www.cicops.cz/ru/kurzy>
- Na jižní Moravě: <https://www.cizincijmk.cz/>
- Pro děti je to také dobrá volba: <https://meta-ops.eu/how-to-participate/>

c. Jaké mám možnosti pro výuku angličtiny?

V Praze je mnoho jazykových škol, ale nejsou zdarma. Navštivte prosím <https://www.cizinci.cz/web/uk>, jaké bezplatné možnosti tam mohou být. Vaše děti se budou učit anglicky ve škole.

8. Peníze a bankovníctví

a. Jak získám bankovní účet? Kterou bych měl dostat?

Vyberte banku a postupujte podle těchto kroků. Budete potřebovat doklad totožnosti a vaše imigrační dokumenty. Pokud nemáte adresu, můžete použít adresu ambasády. Více [zde](#).

Například ČSOB banka nabízí speciální [akci pro Ukrajince](#): 1) získáte bonus 2500 Kč za otevření účtu 2) účet zdarma a 3) bankovní karta zdarma

b. Jak mohu nejlépe poslat peníze na Ukrajinu?

Pokud mají vaši příbuzní nebo přátelé přístup ke svým bankovním účtům a vy máte přístup ke svému vlastnímu účtu, použijte [wise.com](#), protože zrušil všechny poplatky za převody na Ukrajinu.

c. Jak nejlépe získat přístup k penězům ze svého ukrajinského bankovního účtu?

Pokud máte debetní/kreditní kartu, můžete vybírat peníze z jakéhokoli bankomatu nebo v bance. Ale to je docela drahé. Jednou z možností by mohl být Revolut. Pokud takový přístup nemáte, zkuste kontaktovat svou banku a získat další informace.

d. Hřivny mám v hotovosti, kde je nejlépe směním?

Bohužel české banky zatím neakceptují hřivny a kurzy ve směnárnách nejsou dobré (oficiální kurz hřivny je 1 UAH = 0,75 CZK; řada směnáren ale bohužel kupuje hřivny při kurzu 1 UAH = 0,3-0,4 CZK). Máte-li tedy stále ještě peníze na ukrajinském bankovním účtu, bývá výhodnější vybrat peníze z bankomatu nebo platit ukrajinskou platební kartou. V Polsku i na Slovensku již některé banky začaly hřivnové bankovky přijímat a je tak určitá naděje, že s tímto brzy začne i některá z českých bank.

Pokud navzdory všemu potřebujete vyměnit hotovost, zde je seznam několika, s nimiž jsme my osobně v minulosti (s jinými měnami) měli spíše pozitivní zkušenost:

Příklady směnáren: Společnost Exchange s.r.o. (Kaprova 14/13, Praha 1), Burza Nekázanka (Nekázanka 884/10, Praha 1)

9. Internet a telefony

a. Mohu získat české telefonní číslo?

Ano, výrazně vám to usnadní život a nejspíše vám to umožní ušetřit – jelikož už nebudete muset volat „mezinárodně“ při volání na česká čísla (volání z CZ mobilních operátorů na Ukrajinu jsou naopak zdarma) . Můžete získat zdarma SIM kartu. Můžete se dostat na poštu, jakýkoli obchod s tabákem a mnoho obchodů na rohu. Více si přečtete zde: <https://www.jobspin.cz/2021/03/expat-guide-getting-a-phone-number-in-the-czech-republic/>

b. Jaké jsou dobré nabídky s českými mobilními operátory?

Vybrat si můžete ze tří hlavních T-Mobile, Vodafone nebo O2. Zde je obsáhlý [přehled](#) v češtině. Více k telefonování v angličtině [zde](#). Pokud máte zájem o pay as you go (v podstatě sim kartu, kterou si dobíjíte) přejděte [sem](#).

Pokud potřebujete internet, Pay as you Go může být velmi drahé a lepší variantou je mít smlouvu s operátorem (nabízejí smlouvy, které můžete vypovědět s krátkou výpovědní lhůtou). Stačí přijít do prodejny O2, T-Mobile nebo Vodafone a nechat si to zařídit.

10. Cestování

a. Kolik stojí veřejná doprava?

V Praze nyní můžete jako **ukrajinský uprchlík cestovat zdarma (k identifikaci však musíte mít u sebe cestovní pas)**. Jakmile se to změní, můžete si koupit různé typy vstupenek. Pro Prahu se podívejte [zde](#).

Ve vlacích (České dráhy) můžete v současnosti cestovat také zdarma (prosím, mějte u sebe cestovní pas). Všechny jízdní řády dopravy jsou k nalezení na internetu (www.idos.cz) a vyžadují pouze základní znalost češtiny. Před cestou vlakem si vyzvedněte volnou jízdenku v pokladně.

b. Jak funguje parkování aut?

Ve většině měst je pro krátkodobé parkování. Je tedy potřeba kontrolovat značky a platit za hodinu/den. Můžete to udělat prostřednictvím telefonu a speciální aplikace. Sledujte prosím webové stránky města, kde se nacházíte. Pro Prahu se dají koupit dlouhodobé povolenky. Více [zde](#).

Parkování na speciálních modrých zónách v Praze je [předplacené](#). V místě, kde chcete zaparkovat své auto, budete potřebovat adresu trvalého bydliště. Pokud jste při žádosti o vízum poskytli úřadům jinou adresu, musíte ji změnit. Změnu adresy je třeba hlásit Ministerstvu vnitra prostřednictvím formuláře dostupného [zde](#).

c. Platí se za používání silniční sítě nějaké poplatky?

Ne v případě, že jedete na hranice či zpět z humanitárních důvodů. Viz [zde](#).

Jinak musíte platit za dálnice (např. D1). Musíte si pořídit **speciální dálniční známku na 10 dní, 30 dní nebo rok**. Více informací naleznete [zde](#).

d. Musím si sjednat nějaké pojištění auta?

Česká kancelář pojistitelů 1. března udělila autům s ukrajinskou SPZ výjimku. Po dobu 6 měsíců od vstupu do Schengenského prostoru se případné škody způsobené ukrajinskými vozidly na území České republiky zaplatí z garančního fondu České kanceláře pojistitelů.

Při nehodě pak Ukrajinci mohou volat na speciální linku +420 251 032 834, kde jim pomohou a poradí, jak škodu řešit.

Pokud cizinec zůstane v České republice déle, může si zažádat o přeregistrování auta a s českou SPZ si může sjednat české povinné ručení. Více [zde](#).

e. Kolik běžně stojí pojištění auta?

Základní pojištění se pohybuje od cca 850 Kč do 2500 Kč za rok a více. Viz v [ceníku](#).

11. Hmotná pomoc

a. Je k dispozici hmotná pomoc?

Na různých místech vznikají veřejné sbírky, včetně potravinových – najdete je například na této mapě: [Umapa](#).

Pokud potřebujete oblečení, můžete se obrátit například na [Šatník](#) v Pražské tržnici (Bubenské náměstí, Praha 7), viz [Budova 13, Pražská tržnice, Holešovice, 170 00 Praha 7](#)

Materiální podporu shromáždilo i [ukrajinské velvyslanectví](#)

V databázi [Pomáhej Ukrajině](#) najdete nabídky hmotné pomoci od jednotlivců a firem.

Nábytek nabízí [nábytková banka](#) i databáze nábytku (v češtině), ale aktuálně přijímá osoby doporučené buď Pražským integračním centrem nebo Charitou ČR

b. Kde je dobré nakupovat potraviny / nábytek / oblečení?

Dobrou kvalitu za nižší ceny nabízí například Lidl, Penny a Kaufland.

Elektronika je dobré koupit na Alza, Datart, Mall, kde se dají sehnat i další věci (ceny můžete porovnat běžně zde: [heureka.cz](#).) Ikea je dobrá volba na nábytek. Václavské náměstí je obvykle místem, kam Pražané chodí nakupovat oblečení. Existují některé možnosti rozpočtu, jako je Primark nebo obchody z druhé ruky - second hand. Za výhodný rozpočet získáte také oblečení online z Lidlu

c. Jaká je cena základního nábytku?

To se bude lišit, ale obvykle se to pohybuje kolem 3-4 000 Kč za postel a například kolem 1-2 000 Kč za stůl. Použitý nábytek můžete získat na Facebook Marketplace, bazar.cz a vinted.cz, ale IKEA má dobré možnosti rozpočtu na nový nábytek. Nábytek můžete získat zdarma také v nábytkové bance, různých facebookových skupinách nebo na [Pomáhej Ukrajině](#) a [nabytkovka.cz](#)