



RĘKA W RĘKĘ

Дитина в спектрі аутизму в Польщі – poradnik для родин з України



Stowarzyszenie LEVEL UP

Головна редакторка: Марцеліна Ласковніцка (Marcelina Laskownicka)

Авторки: команда проєкту “Рука в руці” (“Ręka w rękę”)

- Ольга Дзівнєль (Olga Dziwniel)
- Моніка Жачкевіч (Monika Żaczekiewicz)
- Ягода Плескач (Jagoda Pleskacz)
- Вікторія Лак (Wiktoria Luck)

Редакція:

- Анна Пижановска (Anna Pyrzanowska)
- Ніколь Шидло (Nicole Schydlo)

Переклад:

- Ольга Дзівнєль (Olga Dziwniel)
- Тетяна Гармідер (Tetiana Harmider)

Верстка та графічне оформлення: команда Graphics Masters

- Марта Квецьєнь (Marta Kwiecień)

Варшава, лютий 2026



RĘKA W RĘKĘ

[Ręka w rękę - Stowarzyszenie LEVEL UP](#)

Цей poradник видано в межах проекту «Рука в руці», що реалізується Stowarzyszeniem LEVEL UP. Проект було профінансовано Європейським Союзом.



**Finansowane przez
Unię Europejską**

«Виключну відповідальність за зміст цієї публікації несе Stowarzyszenie LEVEL UP, і вона не обов'язково відображає позицію Європейського Союзу».



Stowarzyszenie LEVEL UP
[Stowarzyszenie LEVEL UP](#)



Вступ

Про проєкт

Метою проєкту “Рука в руці” було створення комплексної системи підтримки, яка допомогла родинам біженців, що виховують дітей у спектрі аутизму та/або з інтелектуальними порушеннями, знайти своє місце в новому середовищі та краще зрозуміти специфіку польської системи соціальної й терапевтичної підтримки.

Через організацію спільних сімейних майстер-класів, поїздок та консультацій ми підтримували родини в соціалізації та інтеграції в суспільство, а також у налагодженні теплих стосунків і взаєморозуміння з польськими родинами, які перебували у подібній життєвій ситуації. Ми також надавали можливість консультацій із фахівцями, які підтримували батьків дітей з інвалідністю у сферах права, освіти, педагогіки та соціальної допомоги.

Проєкт не лише забезпечував родини практичною підтримкою, а й допомагав місцевій спільноті краще зрозуміти потреби дітей у спектрі аутизму. Ми віримо, що відкритість, солідарність і соціальна рівність є фундаментами, на яких варто будувати більш дружнє та підтримуюче суспільство.

Про poradник

Цей посібник створено для родин з України, які приїхали до Польщі після початку повномасштабної війни, розв’язаної Російською Федерацією у 2022 році, та виховують дитину або дітей у спектрі аутизму.

Він виник з ініціативи батьків дітей з аутистичним розладом, які самі зіткнулися з труднощами адаптації в новій країні й тепер хочуть допомогти іншим родинам пройти цей шлях більш спокійно і з відчуттям підтримки. Ми добре розуміємо, наскільки складно зорієнтуватися в системі охорони здоров’я, соціальної допомоги, освіти, у правилах, що стосуються осіб з інвалідністю, а також у законах, пов’язаних із перебуванням мігрантів і осіб зі статусом біженця. Коли ж водночас ви доглядаєте за дитиною з особливими потребами, яка потребує щоденної уваги, терапій і постійного контакту зі спеціалістами, — ситуація стає ще складнішою.

Ми зібрали в одному місці найважливіші теми, які найчастіше хвилюють українських батьків у Польщі: перші кроки після приїзду, діагностика та

отримання рішення про інвалідність, доступ до спеціалістів і реабілітації, психологічна та соціальна підтримка, питання освіти й доступних форм навчання, правова та соціальна допомога, а також теми, пов'язані з досягненням дитиною повноліття.

Посібник має формат коротких відповідей із посиланнями на надійні джерела, щоб потрібну інформацію можна було легко знайти — адже ми знаємо, наскільки важливими є простота та швидка навігація, коли ви виховуєте дитину з особливими потребами. Наприкінці публікації подано добірку корисних посилань і матеріалів.

Матеріал підготовлено насамперед для родин, які мешкають у Варшаві та її околицях, однак багато інформації може бути корисною й в інших регіонах Польщі. Дані в посібнику відображають стан на грудень 2025 року. Правила у сфері освіти, соціальної підтримки, охорони здоров'я та умов перебування громадян України можуть змінюватися, тому радимо перевіряти актуальні оновлення в офіційних джерелах, на які ми посилаємося.

Ми щиро сподіваємося, що цей посібник допоможе зорієнтуватися в складних системах і хоча б частково полегшить щоденний пошук інформації в новій країні.

Зміст

РОЗДІЛ 1	
Перші кроки після приїзду до Польщі	8
РОЗДІЛ 2	
Діагностика розладів аутистичного спектра та оформлення інвалідності	13
РОЗДІЛ 3	
Доступ до медичної допомоги та реабілітації	19
РОЗДІЛ 4	
Психологічна та соціальна підтримка	26
РОЗДІЛ 5	
Освіта та підтримка в школі й дитячому садку	31
РОЗДІЛ 6	
Соціальна підтримка, правова допомога та працевлаштування батьків	38
РОЗДІЛ 7	
Що варто знати, коли дитині виповнюється 18 років?	44
Корисні посилання та матеріали	57
Глосарій	62

РОЗДІЛ 1
Перші кроки після
приїзду до Польщі

Після прибуття до Польщі особи, на яких поширюється дія закону про допомогу громадянам України у зв'язку зі збройним конфліктом (так званий спецустава), повинні виконати кілька базових формальностей, щоб легально перебувати в країні та користуватися доступними формами підтримки. Нижче ви знайдете найважливішу інформацію, яка допоможе вам у перші дні та тижні перебування.

Реєстрація перебування в країні

Ваше перебування в Польщі реєструється співробітником Прикордонної служби під час перетину кордону. Якщо реєстрація не була здійснена під час перетину кордону, це можна зробити пізніше – під час подання заяви на отримання номера PESEL.

Отримання номера PESEL зі статусом UKR

Щоб отримати ідентифікаційний номер PESEL у Варшаві, необхідно особисто подати заяву в установі місцевої адміністрації (міста – Ужонд міста або ж гміни – Ужонд гміни, польською – відповідно: urząd miasta, urząd gminy).

Номер PESEL надає доступ до державних послуг, зокрема соціальної допомоги, медичного обслуговування, зарахування дитини до школи, реєстрації місця проживання та інших адміністративних справ.

Детальну інформацію про те, як отримати номер PESEL у Варшаві, ви знайдете на сайті міської адміністрації: [Nadanie numeru PESEL w związku z konfliktem w Ukrainie - Warszawa 19115](#).

Більше інформації про отримання номера PESEL поза Варшавою доступно на порталі Республіки Польща: [Uzyskaj numer PESEL oraz profil zaufany – usługa dla obywateli Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa - Gov.pl](#).

Profil Zaufany – що це таке і як його створити?

Profil Zaufany – це безкоштовний спосіб підтвердження особи в інтернеті для осіб віком від 13 років. Завдяки йому ви можете:

- входити до систем державної адміністрації та підтверджувати свою особу,
- підписувати електронні документи (такий підпис має таку ж юридичну силу, як і власноручний),
- вирішувати багато адміністративних справ онлайн, не виходячи з дому.

Profil Zaufany можна створити разом з номером PESEL у той самій установі місцевої адміністрації.

Додаток mObywatel

mObywatel – це безкоштовний та офіційний додаток уряду Польщі. Він дозволяє користуватися багатьма важливими документами та державними послугами безпосередньо з телефону. Його можна вважати цифровим гаманцем для документів і адміністративних справ.

У додатку ви можете, зокрема:

- підтверджувати свою особу за допомогою документа mObywatel (він не завжди замінює паспорт, але діє в багатьох ситуаціях – наприклад, на пошті, в деяких установах або в закладах охорони здоров'я),
- перевіряти присвоєний номер PESEL, зокрема номер PESEL UKR,
- переглядати свої е-рецепти (електронні рецепти на ліки),
- користуватися іншими державними послугами, які поступово додаються.

Додаток є безпечним — вхід здійснюється через Profil Zaufany.

Детальніше про додаток mObywatel можна дізнатися на офіційному сайті: mObywatel.gov.pl.

Документ Diia.pl

Якщо ви вже маєте номер PESEL, Profil Zaufany та додаток mObywatel, ви можете користуватися цифровим документом Diia.pl як електронним документом, що посвідчує особу.

Документ Diia.pl, доступний у додатку mObywatel, визнається посвідченням особи на території Польщі в більшості ситуацій, передбачених законодавством. Він також полегшує перетин кордонів у межах Шенгенської зони, однак наявність дійсного паспорта залишається обов'язковою.

Оскільки для користування документом Diia.pl необхідний Profil Zaufany, цей документ доступний лише для осіб віком від 13 років.

Інформацію про те, як завантажити документ, ви знайдете на офіційній сторінці додатка mObywatel: [Diia.pl \(Дія пл\) - mObywatel](#).

Реєстрація місця проживання (мельдunek)

У Польщі необхідно повідомити про місце свого проживання — це називається реєстрацією (meldunek). Зробити це потрібно протягом 30 днів з моменту приїзду.

Обов'язок реєстрації стосується також громадян України, які перебувають у Польщі понад 30 днів (тимчасове перебування) або понад 3 місяці (постійне перебування). Для реєстрації необхідно звернутися до установи місцевої адміністрації- районного управління Варшави (якщо ви проживаєте у Варшаві).

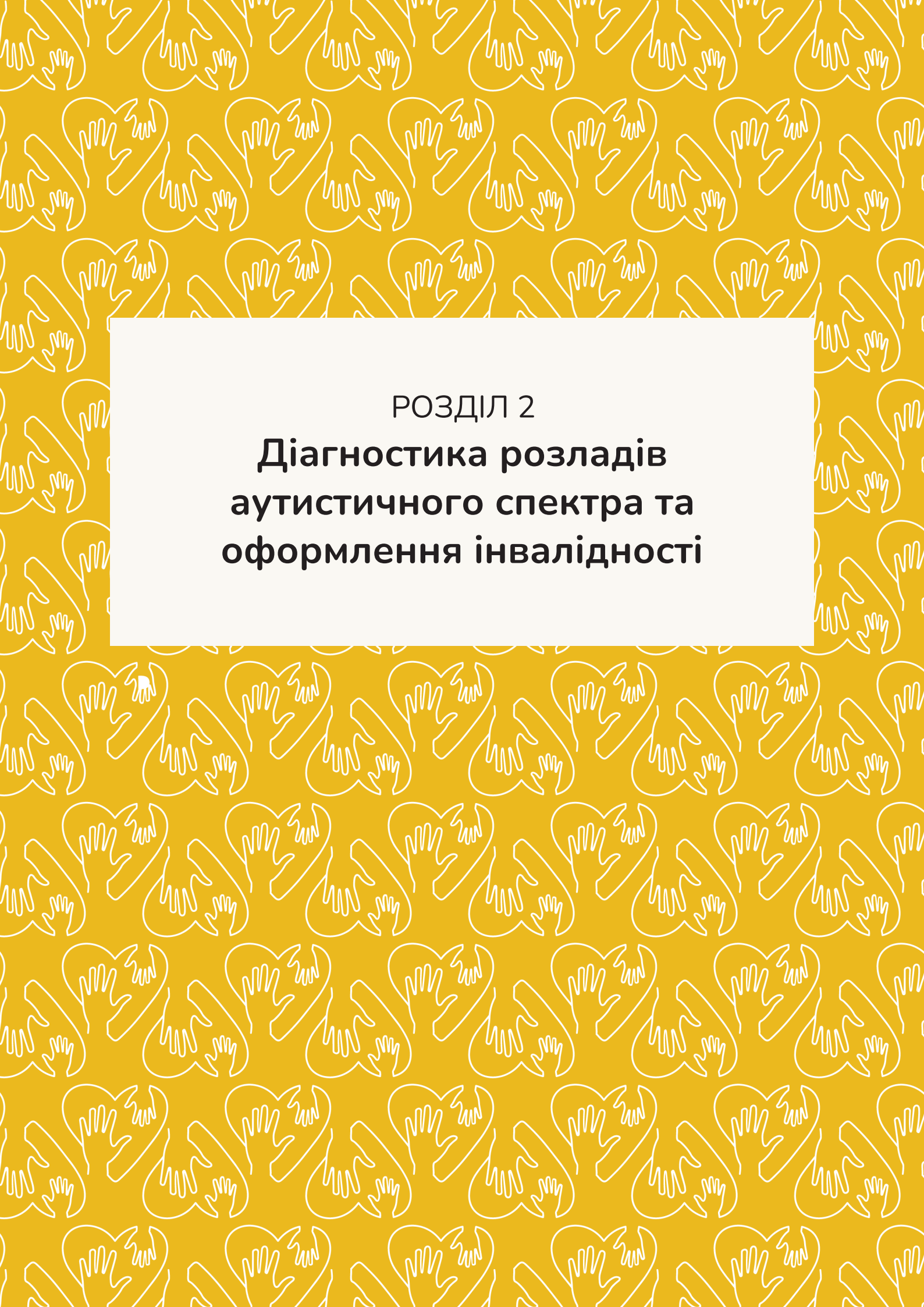
Більше інформації про обов'язок реєстрації місця проживання в Польщі можна знайти на порталі Республіки Польща: [Obowiązek meldunkowy – informacje - Gov.pl - Portal Gov.pl](#).

Інші форми легалізації перебування в Польщі:

- дозвіл на тимчасове перебування,
- дозвіл на постійне перебування,
- дозвіл на перебування довгострокового резидента ЄС.

Детальнішу інформацію про ці форми легалізації перебування в Польщі ви знайдете в посібнику Міжнародного центру розвитку міграційної політики: [Poradnik-przewodnik dla obywateli Ukrainy w Rzeczypospolitej Polskiej](#) (с. 8–18).

Про міжнародний захист ви можете прочитати в посібнику Асоціації правової інтервенції: [Poradnik dla osób z niepełnosprawnością, które przybyły do Polski w związku z wojną w Ukrainie](#) (с. 28–33).

The background of the entire page is a repeating pattern of yellow hands, each holding a heart. The hands are stylized with simple outlines, and the hearts are also simple outlines. The pattern is dense and covers the entire page.

РОЗДІЛ 2

Діагностика розладів аутистичного спектра та оформлення інвалідності

У випадку дітей з розладами аутистичного спектра правильна діагностика, проведена уповноваженим фахівцем, є основою для отримання підтримки, пов'язаної з освітою, терапією та соціальними виплатами. Діагноз також необхідний для отримання рішення про інвалідність та рішення про потребу в спеціальній освіті.

Що робити, якщо ви підозрюєте аутистичний спектр у дитини?

Спостерігаючи за дитиною щодня, ви можете помітити поведінку, яка свідчить про нетиповий розвиток. До таких проявів належать, зокрема: відсутність зорового контакту, небажання контактувати з однолітками, ігри, що полягають у повторенні одних і тих самих дій, затримка мовлення або повна відсутність усного мовлення.

Якщо ви замислюєтеся, чи може ваша дитина бути в аутистичному спектрі, на початку варто поговорити з вихователями в дитячому садку або з учителями в школі. Зібравши інформацію про те, як дитина функціонує в навчальному закладі, можна розпочати формальний шлях діагностики. Цей процес може тривати від кількох тижнів до кількох місяців. Після отримання діагнозу та обговорення його результатів ви можете подати заяви на отримання рішення про інвалідність і рішення про потребу в спеціальній освіті.

Перелік перших симптомів аутистичного спектра та тривожних проявів у поведінці дитини ви знайдете в брошурі організації Lucky Mind: [Czy moje dziecko jest w spektrum autyzmu? - Sprawdź samodzielnie pierwsze niepokojące objawy.](#)

Куди звернутися для діагностики?

За діагнозом можна звернутися до:

- **Психолого-педагогічного консультативного центру** ([Poradni psychologiczno-pedagogicznych orzekających w sprawie autyzmu](#)), який уповноважений ухвалювати рішення щодо аутизму – це державні та безкоштовні установи, що можуть видати висновок

і рішення про потребу в спеціальній освіті; вони спеціалізуються на діагностиці та терапії дітей з аутистичного спектра.

- **Спеціалізованих діагностичних центрів**, наприклад центрів раннього втручання або центрів при дитячих лікарнях, таких як Діагностична консультація для дітей та молоді ([Poradnia Diagnostyczna dla Dzieci i Młodzieży](#)) в Інституті «Pomnik–Centrum Zdrowia Dziecka» чи Консультація для осіб з дитячим аутизмом у Варшаві ([Poradnia dla Osób z Autyzmem Dziecięcym w Warszawie](#)) при Мазовецькому центрі нейропсихіатрії.
- **Приватних діагностичних центрів** – процес там зазвичай швидший, але платний. Приватні центри не мають повноважень видавати рішення про потребу в спеціальній освіті.
- **Фундацій, що проводять діагностику**, наприклад [Synapsis](#), [Pandora](#), [SCOLAR](#). Деякі фундації пропонують безкоштовну діагностику, інші – платну, але часто дешевшу, ніж у приватних закладах.

Що підготувати до першого візиту до спеціаліста?

Перша консультація з психологом, психіатром, педагогом або психотерапевтом може викликати стрес, тому варто заздалегідь підготуватися. Корисно продумати й зібрати:

- інформацію про розвиток дитини (перебіг пологів, час досягнення основних етапів розвитку, таких як ходьба й мовлення, функціонування в дитячому садку/школі, перенесені хвороби та травми, важливі життєві події),
- думки та рекомендації педіатра й вихователів або вчителів із садка чи школи,
- власні спостереження щодо поведінки, емоцій та соціальних контактів,
- опис ситуацій, які викликають занепокоєння,
- список запитань, які батьки хочуть поставити спеціалісту,
- медичну та психологічну документацію – також отриману за кордоном.

Щоб нічого не забути, варто заздалегідь підготувати письмові нотатки.

Що робити, якщо дитина вже має діагноз з України? Чи потрібно проходити діагностику повторно?

Діагноз, отриманий в Україні, повинен бути підтверджений у Польщі. Польська система охорони здоров'я та система ухвалення рішень ґрунтуються на документах, виданих лікарями, які мають право практикувати в Польщі. Водночас український діагноз є дуже важливим – це цінна медична документація, яка може полегшити та пришвидшити весь процес у Польщі.

Процес зазвичай виглядає так:

1. Батько/мати або законний опікун звертається до присяжного перекладача (*tłumacz przysięgły*), щоб перекласти всю наявну медичну документацію дитини (діагноз аутизму, психологічні висновки, результати обстежень тощо) польською мовою.
2. Далі разом із дитиною та перекладеними документами звертається до діагностичного центру.
3. Польський лікар ознайомлюється з документацією, проводить власне обстеження (бесіду з опікуном, спостереження за дитиною), але вже спирається на інформацію та історію лікування з України.
4. На цій підставі він підтверджує діагноз і видає власну медичну довідку, чинну в Польщі.

З таким підтвердженням можна здійснювати наступні кроки, зокрема отримати рішення про потребу в спеціальній освіті (*orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego*) або рішення про інвалідність (*orzeczenie o niepełno-sprawność*). Для дітей дошкільного віку існує також можливість отримання висновку про потребу в ранній підтримці розвитку (*wczesne wspomaganie rozwoju - WWR*), який видається на підставі медичних висновків і відповідної заяви.

Рішення про потребу в спеціальній освіті

Рішення про потребу в спеціальній освіті (*Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego*) – це офіційний документ, який видається психолого-педагогічним консультативним центром (*poradnia psychologo-pedagogiczna*) та підтверджує, що дитина потребує спеціального пристосування умов навчання через труднощі розвитку або інвалідність. Рішення видається на

підставі заяви батьків або законних опікунів, поданої разом із необхідною документацією, діагнозом, висновками з навчального закладу, висновками (opinia, zaświadczenia) спеціалістів (наприклад педагога чи психолога) та бесідами з батьками.

Документ визначає, яка освітня та терапевтична підтримка є необхідною для дитини, і дозволяє навчальному закладу забезпечити відповідну допомогу, адаптацію навчальних програм і методів роботи.

Більше інформації про рішення щодо потреби в спеціальній освіті (Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego) ви знайдете в посібнику Polskiego Towarzystwa Zespołu Aspergera: [Mam dziecko z niepełnosprawnością. Poradnik dla rodziców](#) (с. 51–54).

Рішення про інвалідність для дитини до 16 років – як отримати і навіщо?

Рішення про інвалідність (Orzeczenie o niepełnosprawności) – це окремий документ, який видає міська або повітова комісія з питань встановлення інвалідності за місцем проживання (Miejski lub Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności). Це рішення не стосується школи, але може допомогти в отриманні фінансової та соціальної підтримки, наприклад допомоги по догляду, соціальних виплат, податкових пільг і знижок на громадський транспорт.

Щоб отримати рішення, батьки повинні подати заяву, додавши медичну документацію (включно з медичною довідкою) та документи, що підтверджують легальне перебування дитини в Польщі (наприклад паспорт або статус UKR). Усі медичні документи, складені не польською мовою, мають бути перекладені присяжним перекладачем.

Детальнішу інформацію про необхідні документи та процедуру можна знайти на порталі Республіки Польща: [Uzyskaj orzeczenie o niepełnosprawności dla dziecka - Gov.pl](#).

Рішення про ступінь інвалідності після 16 років

У Польщі рішення про інвалідність для дитини діє лише до досягнення 16-річного віку. Після цього необхідно отримати новий документ – рішення про ступінь інвалідності (orzeczenie o stopniu niepełnosprawności). Заяву найкраще подати за 1–3 місяці до закінчення терміну дії попереднього рішення про надання інвалідності (orzeczenia o niepełnosprawności) або одразу після досягнення 16 років, якщо цей вік настає раніше, ніж закінчується термін дії попереднього документа.

Детальну інформацію про процедуру отримання рішення про ступінь інвалідності можна знайти на порталі Республіки Польща: [Uzyskaj orzeczenie o stopniu niepełnosprawności - Gov.pl](#).

Що робити, якщо дитина вже має рішення про інвалідність з України?

Рішення про інвалідність, видане в Україні, не визнається на території Польщі. Це означає, що для користування правами та пільгами, передбаченими для осіб з інвалідністю, необхідно отримати польське рішення (Orzeczenie o niepełnosprawności).

Більше інформації з цього питання ви знайдете на сайті Фундації Польського міграційного форуму: [Jeśli jesteś obywatelem Ukrainy i masz niepełnosprawność – powinieneś wiedzieć: - Fundacja Polskie Forum Migracyjne](#).

РОЗДІЛ 3
Доступ до медичної допомоги
та реабілітації

Громадяни України, які мають номер PESEL зі статусом UKR (PESEL UKR), можуть користуватися в Польщі безоплатною державною медичною допомогою. Однак з вересня 2025 року обсяг цих послуг для дорослих осіб, які не працюють, було обмежено. Ці зміни не стосуються дітей до 18 років.

Якщо підставою легального перебування в Польщі є інший правовий статус (наприклад дозвіл на тимчасове перебування (zezwoleńie na pobyt czasowy) або дозвіл на постійне перебування (zezwoleńie na pobyt stały)), доступ до державної системи охорони здоров'я вимагає сплати внесків на медичне страхування. Такі внески можуть сплачуватися, зокрема, роботодавцем, закладом освіти або самостійно (добровільно).

Також можливе оформлення приватного медичного страхування або користування приватними медичними закладами.

Детальну інформацію про зміни, запроваджені у вересні 2025 року, див. у Сервісі Республіки Польща: [Od 30 września zmiany w udzielaniu świadczeń opieki zdrowotnej obywatelom Ukrainy - Ministerstwo Zdrowia - Portal Gov.pl](#).

Більше про медичну допомогу для громадян України: [Pomoc medyczna dla obywateli Ukrainy - Ministerstwo Zdrowia - Portal Gov.pl](#) та сервіс Міністерства охорони здоров'я і Національного фонду здоров'я: [Пацієнти з України | Pacjent](#).

Система охорони здоров'я в Польщі

Система охорони здоров'я в Польщі базується на послугах, що фінансуються з публічних коштів через Національний фонд здоров'я ([Narodowy Fundusz Zdrowia](#), NFZ). Вона охоплює первинну медичну допомогу, спеціалізоване лікування, реабілітацію та довготривалу опіку.

Доповненням системи є такі інституції, як Установа соціального страхування ([Zakład Ubezpieczeń Społecznych](#), ZUS), це установа, яка проводить медичну оцінку працездатності та фінансує реабілітацію, щоб запобігти втраті працездатності і переходу на рентні виплати, а також Державний фонд реабілітації осіб з інвалідністю ([Państwowy Fundusz Re-](#)

[habilitacji Osób Niepełnosprawnych](#), PFRON), що фінансує широкий спектр заходів з соціальної та професійної реабілітації.

Первинна медична допомога та спеціалізоване лікування

Основою системи є лікар первинної медичної допомоги (lekarz [podstawowej opieki zdrowotnej](#), POZ), якого часто називають лікарем першого контакту або сімейним лікарем. Він приймає у поліклініці первинної допомоги (poradnia POZ) і зазвичай першим оцінює стан здоров'я дитини. Лікар POZ є ключовою ланкою для направлення до лікарів-спеціалістів, оскільки до більшості з них потрібне офіційне направлення (skierowanie).

У межах первинної допомоги також доступні послуги дільничної медсестри (pielęgniarka środowiskowa) та акушерки (położna).

Більше інформації про первинну медичну допомогу (podstawowa opieka zdrowotna, POZ) ви знайдете в Сервісі Міністерства охорони здоров'я та Національного фонду здоров'я (Serwis Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia): [Jak działa podstawowa opieka zdrowotna | Pacjent](#).

Більшість спеціалізованих та стаціонарних медичних послуг (у тому числі в лікарнях/шпиталях) фінансується NFZ. До багатьох спеціалістів потрібне направлення від лікаря, застрахованого в NFZ (тобто такого, що має договір з NFZ або працює в закладі з таким договором). Найчастіше направлення видає саме лікар POZ.

Більше інформації про візити до лікарів-спеціалістів доступно на сайті Уповноваженого з прав пацієнтів (Rzecznik Praw Pacjenta): [Wizyta u lekarza specjalisty - Rzecznik Praw Pacjenta - Portal Gov.pl](#).

Хто і коли не потребує направлення (skierowanie) — дивіться в Сервісі Міністерства охорони здоров'я та Національного фонду здоров'я (Serwis Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia): [Kto i kiedy nie potrzebuje skierowania | Pacjent](#).

Психіатрична допомога

Дитячий психіатр (psychiatra dziecięcy) займається діагностикою та лікуванням психічних розладів, зокрема розладів аутистичного спектра або ADHD, а також має право видавати медичні довідки, необхідні, наприклад, для отримання рішення про потребу в спеціальній освіті (Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego).

Психіатрична допомога в межах державної системи охорони здоров'я надається в у спеціалізованих центрах психічного здоров'я (Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży – PZP). Для візиту до психіатра в межах NFZ направлення (skierowanie) не потрібне.

Для дітей з діагнозом аутизму в Польщі функціонують спеціалізовані консультації для осіб з дитячим аутизмом (Poradnie dla Osób z Autyzmem Dziecięcym), які діють при медичних закладах. Для звернення до таких консультацій необхідне направлення (skierowanie) від лікаря, що працює в системі NFZ.

У межах державної системи охорони здоров'я можливе також лікування в психіатричних лікарнях для дітей та молоді. Воно може відбуватися у формі денного лікування, коли дитина проходить терапію вдень і повертається додому, або у формі стаціонарного лікування, яке передбачає цілодобове перебування в лікарні або в шпиталі. Такий тип лікування застосовується у випадках, коли психічний стан дитини потребує інтенсивної та багатопрофільної допомоги. Направлення на денне або стаціонарне лікування видає лікар-психіатр.

Більше інформації про психіатричну допомогу та лікування залежностей доступно в Сервісі Міністерства охорони здоров'я та Національного фонду здоров'я: [Opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień | Pacjent.](#)

Реабілітація та реабілітаційні заїзди

Процес лікування та реабілітації є довготривалим і вимагає активної участі батьків або опікунів. Існує багато методів терапії, а їх вибір повинен відповідати діагнозу дитини та рекомендаціям лікаря-спеціаліста

з реабілітації. Дитина може користуватися різними формами реабілітації, які фінансуються Національним фондом здоров'я (Narodowy Fundusz Zdrowia, NFZ), Установою соціального страхування (Zakład Ubezpieczeń Społecznych, ZUS) або Державним фондом реабілітації осіб з інвалідністю (Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, PFRON).

1. Лікувальна реабілітація (фінансується NFZ)

Для отримання такої реабілітації необхідне направлення від лікаря первинної медичної допомоги або лікаря-спеціаліста.

Форми реабілітації:

- стаціонарна – кількатижневе перебування у відповідному відділенні;
- денна – участь у терапіях у центрах денного перебування (зазвичай до 120 днів на рік);
- амбулаторна – відвідування реабілітаційних консультацій, найчастіше у вигляді серії приблизно з 10 занять.

Більше інформації про реабілітацію, що фінансується NFZ, можна знайти на сторінці Національного фонду здоров'я: [Rehabilitacja lecznicza / Co każdy pacjent wiedzieć powinien? / Dla pacjenta / Narodowy Fundusz Zdrowia - Mazowiecki Oddział Wojewódzki.](#)

2. Реабілітаційні заїзди (Turnusy rehabilitacyjne) і дофінансування з PFRON

Реабілітаційні заїзди є формою активної соціальної реабілітації, поєднаної з відпочинком. Їх не слід плутати з санаторним лікуванням, яке фінансується NFZ.

Умови участі:

- наявність рішення про інвалідність (Orzeczenie o niepełnosprawności),
- направлення або заява від лікаря,
- відповідність визначеним критеріям доходу.

Дофінансування:

- надається один раз на рік,
- розмір залежить від ступеня інвалідності,
- можливе отримання дофінансування також для опікуна.

Подання заяви:

- до Повітового центру допомоги родині (Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, PCPR),
- або через онлайн-систему обслуговування підтримки PFRON ([System Obsługi Wsparcia PFRON](#)).

Більше інформації про реабілітаційні заїзди, що дофінансовуються з PFRON, можна знайти на сайті фонду: [Turnusy rehabilitacyjne - Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych](#).

Невідкладна допомога – як діяти у кризових ситуаціях

У стресових ситуаціях діти з розладами аутистичного спектра можуть проявляти агресивну або автоагресивну поведінку. Якщо в таких обставинах виникає раптова загроза життю або здоров'ю вашої дитини чи інших осіб, необхідно негайно викликати швидку медичну допомогу:

- **999** – прямий номер швидкої медичної допомоги; дзвінок приймає медичний диспетчер;
- **112** – європейський номер екстреної допомоги для повідомлення про загрозу життю, здоров'ю або майну; диспетчер може направити швидку допомогу, поліцію, пожежну службу чи інші служби або з'єднати з медичним диспетчером.

Під час розмови з диспетчером необхідно повідомити точну адресу, причину виклику та інформацію про особу, яка потребує допомоги, зокрема зазначити, що дитина перебуває в аутистичному спектрі. Диспетчер може ставити додаткові запитання або надавати інструкції, тому не слід завершувати дзвінок першими.

Якщо ситуація не потребує виклику швидкої медичної допомоги, можна скористатися допомогою психіатричних лікарень для дітей та молоді, які здійснюють кризові втручання у випадках психічних криз. У разі фізичних проблем або травм (наприклад, якщо дитина завдала собі ушкоджень) можна звернутися до приймально-невідкладного відділення лікарні (Szpitalny Oddział Ratunkowy, SOR).

Також у Польщі діють телефонні лінії кризової підтримки, де можна отримати пораду щодо того, як діяти в кризовій ситуації та як допомогти дитині впоратися з емоційним станом:

- **800 12 12 12** – Дитячий телефон довіри Уповноваженого з прав дитини (Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka), працює з понеділка по п'ятницю з 8:15 до 20:00.

Крім того, в багатьох містах і повітах працюють Центри кризового втручання (Ośrodki Interwencji Kryzysowej), які надають негайну, безоплатну психологічну, а часто й правову допомогу у кризових ситуаціях. У Варшаві таким закладом є Варшавський центр кризового втручання ([Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej](#), WOIK).

РОЗДІЛ 4
Психологічна та
соціальна підтримка

Отримання діагнозу розладів аутистичного спектра у дитини може одночасно приносити полегшення, невпевненість, тривогу й надію – і всі ці почуття є природними. Діагноз відкриває новий шлях, який несе як зміни, так і можливості кращої підтримки дитини. У цей період важливо подбати також про власний добробут і підтримку для всієї родини, адже психологічна та соціальна допомога може суттєво полегшити адаптацію до нової ситуації. Не менш важливим є отримання надійних знань про аутизм, пам'ятаючи, що в кожній дитини він проявляється по-різному. Додаткову інформацію можна знайти на рекомендованих сторінках, зібраних наприкінці цього e-booka.

Державна допомога (в межах NFZ)

На жаль, доступ до безоплатних послуг часто буває складним і може супроводжуватися тривалим очікуванням на прийом. Проте варто намагатися, адже така допомога є безкоштовною і надається фахівцями:

- **Психолого-педагогічні консультативні центри ([Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne, PPP](#))** – мають ключове значення для отримання підтримки в освіті. Їхні комісії ухвалюють офіційні висновки про потребу в ранній підтримці розвитку (*wczesne wspomaganie rozwoju, WWR*) та рішення про потребу в спеціальній освіті (*Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego*). Водночас ці установи працюють не лише з дітьми, а й з батьками: часто проводять сімейні консультації, майстер-класи, терапію або підтримку для опікунів. Обсяг послуг, окрім ухвалення рішень, відрізняється між установами, тому варто перевіряти деталі на сайтах конкретних консультацій.
- **Психіатричні консультації ([Poradnie Zdrowia Psychicznego, PZP](#))** – для дітей, підлітків і дорослих; єдиного переліку державних консультацій не існує, тому слід шукати заклади, що мають договір з NFZ.
- **Центри психічного здоров'я ([Centra Zdrowia Psychicznego](#))** - лише для дорослих, направлення не потрібне.
- **Інститут психіатрії та неврології ([Instytut Psychiatrii i Neurologii](#)) або Центр психічного здоров'я MindHealth ([Centrum Zdrowia Psychicznego MindHealth](#))** – окремі заклади, що надають послуги в межах NFZ.

Недержавні організації

У багатьох містах працюють організації, асоціації та фонди, які підтримують:

- дітей і дорослих у спектрі аутизму,
- осіб з інвалідністю,
- батьків і родини цих осіб.

Варту не обмежуватися лише організаціями, що діють у Варшаві, адже багато з них пропонують допомогу онлайн. Частина організацій спеціалізується саме на аутизмі, інші надають загальну психологічну підтримку. Слід пам'ятати, що така допомога залежить від поточних проєктів і програм, тому найкраще шукати актуальну інформацію безпосередньо на сайтах організацій.

Добірку організацій, які допомагають родинам дітей з інвалідністю, можна знайти в посібнику Польського товариства синдрому Аспергера [Mam dziecko z niepełnosprawnością. Poradnik dla rodziców](#) (стор. 136–137), а також на сторінці довідника [Organizacje pozarządowe – Autyzm po ludzku](#).

Приватна допомога

Приватні консультації зазвичай передбачають коротший час очікування, але є платними. Для багатьох родин це може бути єдиною швидкою формою підтримки – особливо в термінових або складних ситуаціях.

Незалежно від того, чи ви оберете установу, що фінансується з державних коштів, приватну або таку, що належить до недержавної організації, найімовірніше вам буде доступно кілька різних форм підтримки – залежно від потреб і можливостей вашої родини.

Групи підтримки

Окрім професійної терапії, велике значення має контакт з іншими батьками, які переживають подібний досвід. Групи підтримки можуть давати:

- розуміння та відчуття спільноти,
- практичні поради й обмін досвідом,
- зменшення відчуття самотності.

Як їх шукати?

- через недержавні організації, наприклад [Stowarzyszenie Mudita](#), яке також організовує відпочинкові заїзди для родин,
- у консультаційних центрах (poradni) – частина з них проводить майстер-класи або групи підтримки,
- в інтернеті, вводячи запити на кшталт: „grupa wsparcia dla rodziców dzieci w spektrum autyzmu Warszawa”, а у випадку дистанційних зустрічей – із додаванням слова „online”.

Психологічна просвіта

Психологічна просвіта може доповнювати професійну терапію, але не замінює її. Завдяки розумінню механізмів роботи психіки та навчанню стратегій роботи з емоціями можна знизити рівень стресу й більш усвідомлено реагувати на складні ситуації. Таку підтримку часто надають психологи у фондах, консультаціях і центрах психічного здоров'я у формі групових зустрічей або індивідуальних консультацій.

Сьогодні дедалі більше психоосвітніх матеріалів переходить в онлайн-простір — популярними стають вебінари, онлайн-курси, е-боки, мобільні застосунки та профілі в соціальних мережах, присвячені психічному здоров'ю. Перевагами цієї форми є легкий доступ з будь-якого місця, наявність безкоштовних або недорогих матеріалів і можливість навчатися у зручному темпі. Водночас, користуючись онлайн-контентом, важливо зберігати критичне мислення — не всі матеріали є надійними, а у разі сумнівів найкраще обговорити їх зі спеціалістом (психологом, психіатром, педагогом або психотерапевтом), який допоможе підібрати інструменти, відповідні до ситуації дитини та родини. Багато технік потребують регулярної практики та індивідуального налаштування.

- 💡 **Важливо:** психоосвітні заходи не замінюють професійної діагностики
- і терапії, особливо у випадку виражених труднощів.

Корисні психоосвітні матеріали можна знайти в посібнику Stowarzyszenia Mudita [Powitalnik](#).

Підтримка при поведінкових труднощах

Поведінка, яку називають «поведінковими труднощами», може мати різний рівень інтенсивності та різні причини – від сенсорного перевантаження, через стрес, до проблем у спілкуванні. Саме тому так важлива консультація зі спеціалістом (психологом, психіатром, педагогом або психотерапевтом), який допоможе:

- зрозуміти джерело поведінки,
- оцінити, чи потрібна терапія,
- спланувати відповідні форми підтримки.

У подоланні труднощів дуже корисною є регулярна участь у різних заняттях і терапіях, що підтримують розвиток дитини. На ринку доступні різноманітні заняття для дітей з порушеннями розвитку, зокрема тренінги соціальних навичок, сенсорна інтеграція, педагогічна терапія, слухові тренінги чи терапія за участю тварин. Їх зазвичай пропонують приватні заклади, а також фонди. Перш ніж записати дитину на нові заняття, варто з'ясувати, як вони проходять, які мають цілі та очікувані результати, а також поцікавитися досвідом інших батьків.

РОЗДІЛ 5

**Освіта та підтримка в школі
й дитячому садку**

Система освіти та правові підстави

Діти з України – зокрема діти з аутизмом – мають у Польщі право на освіту на тих самих умовах, що й громадяни Польщі, відповідно до закону “Prawo oświatowe”. Це означає можливість безоплатного навчання в державних дитячих садках і школах, доступ до спеціалізованих занять, терапій та психолого-педагогічної підтримки. Українські учні також мають право на вивчення польської мови та корекційні заняття, які підтримують процес адаптації.

У Польщі обов’язок шкільного навчання зазвичай стосується дітей і молоді віком від 7 до 18 років. Діти з України, які перебувають у Польщі, також зобов’язані виконувати цей обов’язок — у державній або приватній школі чи в іншій дозволеній законом формі навчання. Слід пам’ятати, що невиконання обов’язку шкільного навчання дитиною з України може призвести до втрати права на виплату 800+ (świadczenie wychowawcze „800+”), відповідно до закону від 15 травня 2024 року “Ustawa o pomocy obywatelom Ukrainy”.

Щодо учнів з особливими освітніми потребами (specjalne potrzeby edukacyjne, SPE), зокрема з аутизмом, діють ті самі правила, що й для польських дітей. Вони отримують підтримку на підставі рішення про потребу в спеціальній освіті (Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego), виданого державним психологічно-педагогічним консультаційним центром (Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, PPP).

Реалізація обов’язку шкільного навчання

Дитина в аутистичному спектрі (зокрема із синдромом Аспергера) може здобувати освіту в різних типах закладів — вибір залежить від потреб дитини, змісту рішення про потребу в спеціальній освіті (orzeczenia o kształceniu specjalnym) та рішення батьків.

Тип закладу / форма навчання	Характеристика (опис, переваги, виклики)
Загальноосвітні заклади (державні та недержавні)	Забезпечують природне соціальне середовище, контакт з однолітками та локальну інтеграцію. Водночас можуть бути складними через великі класи та обмежений досвід педагогів у роботі з аутизмом. Територіальні (районні) школи зобов'язані прийняти кожного учня, який належить до їхнього району.
Інтеграційні заклади	Пропонують менші класи, ширші адаптації та присутність асистента або вчителя підтримки. Поєднують загальну освіту з додатковими формами допомоги. Викликами можуть бути обмежена кількість місць і різний рівень підготовки персоналу.
Спеціальні заклади	Забезпечують інтенсивну, постійну терапевтичну підтримку, дуже малі групи та висококваліфікований персонал. Навчання можливе до 24 років. Створюють безпечне й максимально адаптоване середовище, але обмежують контакт з однолітками та часто потребують тривалішого доїзду.
Школи підготовки до праці (Szkoly przysposabiające do pracy, PDP)	Готують до самостійності, функціонування в дорослому житті та підтримуваної зайнятості (pracy wspomaganej). Програма має практичний і адаптований характер, але не дає можливості здобути повну професію.

Тип закладу / форма навчання	Характеристика (опис, переваги, виклики)
Реабілітаційно-виховні центри (Ośrodki Rewalidacyjno- Wychowawcze, ORW)	Терапевтичні заклади для дітей з глибокою формою аутизмом або з комплексними порушеннями розвитку (декілька діагнозів). Пропонують інтенсивну терапію та навчання в дуже малих спеціалізованих групах (від 3 до 25 років). Виклики: обмежена кількість місць і відсутність класичної освітньої траєкторії.
Індивідуалізована освітня траєкторія (Zindywidualizowana ścieżka kształcenia, ZŚK)	Учень частину занять відвідує разом із класом, а частину – індивідуально. Форма гнучка й адаптована до потреб дитини, але потребує доброї координації роботи школи.
Індивідуальне навчання (Nauczanie indywidualne)	Заняття проводяться вдома або в школі, якщо учень не може функціонувати в групі. Дає повну адаптацію темпу навчання, але обмежує соціальні контакти та кількість навчальних годин.
Раннє підтримання розвитку (Wczesne Wspomaganie Rozwoju, WWR)	Для дітей до початку шкільного навчання доступні безоплатні заняття WWR — терапія реалізується в дитячому садку, школі або консультаційному центрі у співпраці з командою спеціалістів. Потрібен офіційний висновок про потребу в ранньому підтриманні розвитку (opinia o potrzebie WWR), виданий державним психологічно-педагогічним консультаційним центром (PPP).

Детальнішу інформацію про способи реалізації обов'язку шкільного навчання можна знайти в посібнику, підготовленому Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 51–56)..

Більше про WWR — у посібнику Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 49–50).

Підтримка в закладі освіти

- Школа повинна забезпечити асистента вчителя (nauczyciel wspomagający) або асистента учня, який допомагає дитині з аутизмом у повсякденних завданнях, підтримує інтеграцію з однолітками та сприяє адаптації шкільного середовища.

Детальніше — у посібнику Polskiego Towarzystwa Zespołu Aspergera: [Mam dziecko z niepełnosprawnością. Poradnik dla rodziców](#) (стор. 60).

- Для дітей із рішенням про потребу в спеціальній освіті (orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego) заклади освіти зобов'язані організувати реабілітаційні та спеціалізовані заняття, спрямовані на компенсацію труднощів у навчанні. Їхній вид і обсяг залежать від записів у рішенні.
- Багатопрофільна оцінка функціонування учня (Wielospecjalistyczna ocena poziomu funkcjonowania ucznia (WOPFU) має на меті якнайповніше визначити потреби, можливості та спосіб функціонування учня. Вона доповнює та уточнює рішення і є основою для створення Індивідуальної освітньо-терапевтичної програми (Indywidualny Program Edukacyjno-Terapeutyczny, IPET).

Більше інформації — на сайті Wydawnictwa Szkolnego i Pedagogicznego: [WOPFU i IPET – czym są i kto powinien je przygotowywać?](#)

- На підставі рішення про спеціальну освіту команда вчителів і спеціалістів готує IPET, у якому визначаються освітні та терапевтичні цілі, форми й методи роботи, а також час і обсяг підтримки для учня.

Детальнішу інформацію про IPET можна знайти в посібнику Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 57–59).

Роль психологічно-педагогічних консультаційних центрів (PPP)

1. **Діагностика функціонування дитини:** оцінка пізнавального, емоційного та соціального розвитку, виявлення труднощів, що впливають на навчання та поведінку.
2. **Видача рішень і офіційних висновків:** зокрема рішень про спеціальну освіту, реабілітаційно-виховні заняття та висновків WWR.
3. **Консультації та підтримка для батьків:** пояснення результатів діагностики, виховні поради, інформація про можливі форми підтримки в школі.
4. **Підтримка школи та вчителів:** рекомендації та допомога в адаптації методів роботи до потреб дитини.
5. **Раннє підтримання розвитку (WWR):** направлення на психологічну та педагогічну терапію для дітей до початку школи.
6. **Освітні адаптації:** визначення необхідних адаптацій і форм допомоги відповідно до діагнозу.

Вибір центру: слід звертатися до того центру психолого- педагогічного (Poradnia psychologo-pedagogiczna - PPP), який закріплений за школою або дитячим садком, який відвідує дитина.

Про психолого-педагогічну допомогу, організовану школою, дитячим садком або іншим освітнім закладом, можна прочитати в посібнику Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 62–65).

Матеріальна допомога та транспорт

Дитина в аутистичному спектрі може скористатися соціальною стипендією, шкільною допомогою та виплатою „Dobry Start” (300+).

- **„Dobry Start” (300+):** це одноразова виплата у розмірі 300 злотих на кожну дитину, яка навчається, що виплачується раз на рік на придбання шкільного приладдя. Вона призначається учням віком від 7 до 20 років (або до 24 років у випадку учнів із рішенням про спеціальну освіту) і не залежить від доходу сім'ї.

Деталі — в Сервісі Республіки Польща: [Dobry Start - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

- **Соціальна стипендія або шкільна допомога:** ці виплати не пов'язані з діагнозом і надаються виключно у разі складної матеріальної ситуації сім'ї (дохід до 823 злотих нетто на особу). Соціальна стипендія — це щомісячна підтримка освітніх витрат, а шкільна допомога — одноразова виплата у випадку раптових життєвих труднощів.

Більше інформації — в Сервісі Республіки Польща: [Stypendium szkolne oraz zasiłek szkolny – Ministerstwo Edukacji Narodowej](#).

Гміна зобов'язана організувати та профінансувати безоплатний транспорт для учня, який має рішення про потребу в спеціальній освіті (Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego), до найближчої школи, що відповідає рекомендаціям цього рішення, або відшкодувати витрати на доїзд, якщо це впливає з діагнозу та потреб дитини.

Детальніше — в посібнику Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 66–67).

РОЗДІЛ 6
**Соціальна підтримка,
правова допомога та
працевлаштування батьків**

Соціальна допомога в Польщі

Виховання дитини з інвалідністю є великим викликом і часто пов'язане з додатковими витратами та труднощами у повсякденному житті. Саме тому в Польщі діє система соціальної допомоги, метою якої є підтримка осіб і сімей, що опинилися у складній життєвій ситуації. Соціальна допомога надається тоді, коли власних можливостей, доходів або доступної підтримки недостатньо для подолання щоденних проблем. Її завданням є забезпечення базових потреб, можливість гідного життя, а також поступове посилення самостійності та інтеграції людини і її родини в суспільство. Користування соціальною допомогою ґрунтується на співпраці — особи та сім'ї, які отримують підтримку, беруть активну участь у визначенні та реалізації заходів, що мають допомогти покращити їхню життєву ситуацію.

Більше про соціальну допомогу можна прочитати на Сервісі Республіки Польща (Serwis Rzeczypospolitej Polskiej): [Zasady pomocy społecznej - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

Центри соціальної допомоги (Ośrodki Pomocy Społecznej, OPS)

У Польщі установами, до яких можна звернутися по допомогу в складній життєвій ситуації, є Центри соціальної допомоги (Ośrodki Pomocy Społecznej, OPS). Вони надають підтримку, зокрема, через соціальну роботу, виплату грошових допомог, матеріальну допомогу (наприклад, продукти харчування), організацію або призначення послуг, таких як догляд чи спеціалізована підтримка. OPS також може скерувати особу або сім'ю до інших форм допомоги, наприклад до центрів підтримки.

Варто знати, що право на більшість фінансових виплат залежить від рівня доходів особи або всієї родини, яка звертається по допомогу. Тому соціальний працівник завжди аналізує фінансову та життєву ситуацію сім'ї перед призначенням підтримки.

Список Центрів соціальної допомоги у Варшаві можна знайти на сайті Управління міста Варшава (Urząd Miasta Warszawy): [Świadczenia z pomocy społecznej - Wsparcie](#).

Виплати, що надаються особам і сім'ям з України

Сімейні виплати:

- **Сімейна допомога (Zasitek rodzinny)**

Сімейна допомога — це щомісячна фінансова підтримка на утримання дитини, яка надається у разі, якщо доходи особи або родини не перевищують визначений законом ліміт. До цієї допомоги можна отримати додаткові виплати, зокрема у зв'язку з навчанням і реабілітацією дитини з інвалідністю, у разі самостійного виховання дитини, у разі виховання дітей у багатодітній родині. Право на сімейну допомогу мають: батьки, один із батьків, законний або фактичний опікун дитини, а також особа, яка навчається, за умови виконання визначених критеріїв.

Доглядові виплати:

- **Доглядова допомога (Zasitek pielęgnacyjny)**

Допомога по догляду призначена для осіб з інвалідністю та літніх людей після 75 років, які потребують постійного догляду. Вона має допомогти покрити частину витрат на догляд і надається незалежно від доходу. Допомога призначається на підставі рішення про інвалідність (orzeczenie o niepełnosprawności), або автоматично після досягнення 75 років. Вона належить, зокрема дітям з інвалідністю, особам віком понад 16 років із рішенням про значний ступінь інвалідності, особам з помірним ступенем інвалідності, якщо інвалідність виникла до досягнення 21 року життя.

- **Допомога по догляду для опікуна (Świadczenie pielęgnacyjne)**

З 1 січня 2024 року діють нові правила призначення допомоги по догляду (Świadczenie pielęgnacyjne). За новими умовами його можуть отримувати особи, які доглядають за дитиною з інвалідністю до досягнення нею 18 років. Дитина повинна мати чинне рішення про інвалідність із зазначенням “необхідності постійного або тривалого догляду” (пункт 7 в рішенні про інвалідність „Konieczność stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby”), або рішення про значний ступінь інвалідності. Ця виплата належить, зокрема, матері або батькові, фактичному опікунові дитини, а також іншим людям, які повинні фінансово утримувати дитину. Дуже важлива зміна: тепер цю виплату можна поєднувати з роботою — без жодних обмежень.

Більше інформації про сімейні та доглядові виплати — на Сервісі Республіки Польща: [Rodzaje i wysokość świadczeń rodzinnych, kryteria uzyskania - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

За актуальними та детальними умовами надання виплат найкраще звертатися до відповідного за місцем проживання OPS (Ośrodek Pomocy Społecznej).

Інші виплати:

- **Виплата на виховання дитини “800+” (Świadczenie wychowawcze „800+”, раніше 500+)**

Виплата у розмірі 800 злотих надається на кожну дитину до досягнення 18 років незалежно від доходів сім'ї. Її виплачує Управління соціального страхування (Zakład Ubezpieczeń Społecznych, ZUS) виключно на банківський рахунок. Заяви подаються також до ZUS (не до OPS). Право на виплату встановлюється на 12 місяців — з 1 червня до 31 травня. Для її отримання дитина повинна відвідувати польський дитячий садок або школу чи виконувати обов'язок дошкільної або шкільної освіти. Крім того, батько та/або мати повинні бути професійно активними (працювати або вести діяльність), що перевіряє ZUS.

Деталі — на Сервісі Республіки Польща: [Rodzina 800 plus - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

- **Сімейний доглядовий капітал (Rodzinny kapitał opiekuńczy)**

Це додаткова фінансова підтримка для сімей на другу і кожну наступну дитину віком від 12 до 35 місяців. Умовою є легальне перебування в Польщі (наприклад, статус UKR або дозвіл на тимчасове проживання) та спільне проживання батьків з дитиною.

Виплата має на меті підтримку догляду за маленькими дітьми та поєднання сімейного життя з роботою.

Більше інформації — на Сервісі Республіки Польща: [Rodzinny Kapitał Opiekuńczy - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

- 💡 **Важливо:** одноразова виплата у розмірі 300 злотих для громадян України більше не надається.

Працевлаштування батьків дітей з інвалідністю

Батьки дітей з інвалідністю часто змушені обирати між професійною діяльністю та повноцінним доглядом за дитиною. Повсякденні обов'язки і потреба забезпечити дитині підтримку можуть ускладнювати пошук та збереження роботи. Варто знати, що Польський трудовий кодекс (Kodeks pracy) дає таким працівникам можливість подати заяву на::

- роботу з перерваним робочим днем — коли людина працює кілька годин, потім має перерву, а після неї знову виходить на роботу,
- гнучкий (рухомий) робочий час,
- індивідуальний графік роботи,
- виконання роботи у формі дистанційної праці (telepraca).

Крім того, батько або мати дитини з інвалідністю мають право на додаткову виховну відпустку тривалістю до 36 місяців, але не довше ніж до моменту досягнення дитиною 18 років.

Детальніше про ці можливості можна прочитати в посібнику Фонду «Zdążyć z pomocą»: Правовий poradnik для батьків і опікунів дітей з інвалідністю [Poradnik Prawny dla rodziców i opiekunów dzieci z niepełnosprawnością](#) (стор. 13).

Правова допомога

Батьки дітей з інвалідністю часто стикаються з документами, процедурами та законодавчими нормами, які можуть здаватися складними та незрозумілими. У таких ситуаціях правову допомогу можна отримати:

- у пунктах Безоплатної правової допомоги (NPP) - [Nieodpłatna Pomoc Prawna](#),
- у Центрах соціальної допомоги (OPS),

- у Асоціації правового втручання - [Stowarzyszenie Interwencji Prawnej](#),
- у Центрі координації правової допомоги - [Centrum Koordynacji Pomocy Prawnej](#).

Окрім цього, правову допомогу часто надають громадські організації та фонди, що працюють з мігрантами або людьми з інвалідністю. Оскільки доступність такої допомоги залежить від актуальних проєктів і фінансування, варто щоразу перевіряти актуальні можливості. Наприкінці цього poradnika ти знайдеш перелік організацій, з яких можна почати пошук підтримки.

Реабілітаційна податкова пільга (Ulga rehabilitacyjna)

Батьки дитини з інвалідністю можуть відрахувати від доходу (у річній податковій декларації PIT) витрати, понесені на реабілітаційні цілі. Для цього необхідно зберігати іменні рахунки-фактури.

До таких витрат належать, зокрема, витрати на: ліки, реабілітаційне обладнання, реабілітаційні послуги.

Детальнішу інформацію про реабілітаційну податкову пільгу можна знайти на сайті Міністерства фінансів Польщі: podatki.gov.pl - [Ulga rehabilitacyjna PIT](#).

РОЗДІЛ 7

**Що варто знати, коли дитині
виповнюється 18 років?**

Багато батьків дітей з інвалідністю починають хвилюватися про майбутнє своєї дитини задовго до досягнення нею повноліття. Це цілком природно – з досягненням 18 років з'являються нові обов'язки, рішення та формальності, про які потрібно пам'ятати. У цьому розділі ми розглянемо ключові питання, пов'язані з переходом дитини у доросле життя.

Продовження навчання

Одним із найважливіших питань після досягнення 18 років є можливість подальшого навчання. Те, чи може і чи варто молодій людині продовжувати освіту, залежить насамперед від ступеня інвалідності (orzeczenie o stopniu niepełnosprawności) та, за потреби, від наявності інтелектуальної інвалідності. Після досягнення 16 років дитина отримує рішення про ступінь інвалідності: легкий (lekki), помірний (umiarkowany) або значний (znaczny). Саме цей ступінь визначає доступні форми підтримки та можливості подальшої освіти.

Якщо стан здоров'я та рівень розвитку молодшої людини це дозволяють, після закінчення старшої школи (szkoła ponadpodstawowa) вона може продовжити навчання в загальній або професійній системі освіти. Учень, який склав іспит “матура” (egzamin maturalny / matura), може вступати до університетів, політехніки або професійних вищих навчальних закладів. Багато польських вишів мають Офіси у справах осіб з інвалідністю (Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami), які пропонують підтримку, різні види адаптацій та індивідуальну організацію навчання.

Альтернативою для осіб, які не складають матуру або потребують більш практичного освітнього шляху, є:

- післяліцейні школи (szkoła policealna),
- кваліфікаційні професійні курси (Kwalifikacyjny Kurs Zawodowy, KKZ),
- галузеві школи I та II ступеня (Branżowa Szkoła I i II Stopnia).

Ці форми навчання дозволяють здобути професію та навчатися у темпі, пристосованому до індивідуальних можливостей.

Більше інформації про старші школи (ponadpodstawowa szkoła) в Польщі можна прочитати на сторінці Управління міста Варшава (Urząd Miasta Warszawy): [Szkoła ponadpodstawowa - Edukacja](#).

Дитина може продовжити навчання у школі, що готує до праці (Szkoła przysposabiająca do pracy, SPdP). Це спеціальна старша школа для учнів з інтелектуальною інвалідністю середнього або значного рівня, з поєднаними видами інвалідності, зокрема для учнів в спектрі аутизму (Szkoła przysposabiająca do pracy, SPdP). Навчання в SPdP можливе до кінця навчального року, в якому учню виповниться 24 роки.

Більше інформації про школу підготовки до праці ти знайдеш у poradniku, підготовленому Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie: [Mazowiecki Informator dla Rodziców i Opiekunów Dziecka z Niepełnosprawnością](#) (стор. 56).

Якщо молода людина продовжує навчання, це дає: доступ до терапій, що надаються в межах статусу учня, а також збереження медичного страхування — особа, яка навчається після 18 років, може залишатися застрахованою. Якщо ж вона не навчається і не працює та не має іншої підстави для страхування, право на нього може припинитися.

Детальну інформацію про медичне страхування осіб, які навчаються, ти знайдеш на сторінці Національного фонду здоров'я (Narodowy Fundusz Zdrowia, NFZ): [Uprawnieni do świadczeń. Osoby pobierające naukę - NFZ](#).

Професійний шлях

Якщо молода людина планує працювати, варто скористатися професійним консультуванням (doradztwo zawodowe). Таку підтримку надають служби зайнятості (urząd pracy) після реєстрації, а також громадські організації та фонди.

Консультанти допомагають:

- оцінити можливість роботи з тренером праці (trener pracy);
- перевірити, чи робоче середовище пристосоване до потреб осіб з інвалідністю (OzN – osoby z niepełnosprawnościami);

- пояснити трудові пільги;
- підготувати резюме та мотиваційний лист;
- підтримати в перших контактах з роботодавцем.

Більше про професійну активізацію осіб з інвалідністю ти прочитаєш на сторінці PFRON (Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych): [Aktywizacja zawodowa - Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych](#) в також на сторінці уженду праці міста Варшави: [Dla niepełnosprawnych - Urząd Pracy m.st. Warszawy - Administracja](#).

Заклади соціальної та професійної реабілітації

Якщо молода людина має помірний або значний ступінь інвалідності (umiarkowany lub znaczny stopień niepełnosprawności), особливо у випадку інтелектуальної інвалідності, працевлаштування на відкритому ринку праці може бути складним. Саме тому в Польщі функціонують заклади соціальної та професійної реабілітації (placówki rehabilitacji społecznej i zawodowej), які пропонують денну підтримку, розвиток самостійності та безпечне, адаптоване середовище.

1. Майстерні трудової терапії (WTZ - Warsztaty Terapii Zajęciowej)

Для кого?	Що пропонує?
Особи з помірним або значним ступенем інвалідності (за наявності відповідного запису в рішенні про інвалідність – orzeczenie), у тому числі особи з інтелектуальною інвалідністю та у спектрі аутизму.	Соціальна реабілітація та підготовка до працевлаштування (якщо це можливо). Трудова терапія, тренування життєвих і соціальних навичок, тематичні майстерні (кулінарна, технічна, комп'ютерна, художня), підтримка фахівців.

Перелік WTZ у Варшаві ти знайдеш на сторінці Управління міста Варшава: [Warsztaty Terapii Zajeciowej - Wsparcie](#).

2. Підприємство захищеної праці (ZPCh - Zakład Pracy Chronionej)

Для кого?	Що пропонує?
Дорослі особи з різним ступенем інвалідності, які потребують підтримки у повсякденному функціонуванні.	Забезпечення працевлаштування та професійної активізації. Робота в захищених умовах, адаптація робочого місця та організації праці, можливість реабілітаційних перерв.

Перелік ZPCh у Мазовецькому воєводстві доступний на сторінці Сервісу Республіки Польща (Serwis Rzeczypospolitej Polskiej): [Wykaz zakładów pracy chronionej znajdujących się na terenie województwa mazowieckiego - Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Portal Gov.pl](#).

3. Заклад професійної активності (ZAZ - Zakład Aktywności Zawodowej)

Для кого?	Що пропонує?
Особи зі значним та частина осіб з помірним ступенем інвалідності, які можуть працювати за умови інтенсивної підтримки.	Захищене працевлаштування поєднане з професійною реабілітацією. Робота за трудовим договором у захищених умовах, підтримка інструкторів і терапевтів, професійна та соціальна реабілітація.

Перелік ZAZ у Мазовецькому воєводстві доступний на сторінці Сервісу Республіки Польща (Serwis Rzeczypospolitej Polskiej): [Wykaz zakładów aktywności zawodowej znajdujących się na terenie województwa mazowieckiego - Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Portal Gov.pl](#).

Правова основа:

Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (27 серпня 1997 р.) — Art. 10 i 10a (WTZ), Art. 28 (ZPCh i ZAZ): [Ustawa z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych](#).

Соціальна рента (renta socjalna)

Якщо ZUS (Zakład Ubezpieczeń Społecznych) визнає молоду людину повністю непрацездатною (orzeczenie o całkowitej niezdolności do pracy), вона може претендувати на соціальну ренту (renta socjalna), за умови що непрацездатність виникла до 18 років або під час навчання (до 25 років).

Детальну інформацію про соціальну ренту знайдеш на сайті ZUS: [Renta socjalna - ZUS](#).

- ❗ **Важливо:** Соціальна рента не надається особам з PESEL UKR, оскільки вона не включена до переліку виплат за спеціальним законом для громадян України: [Ustawa z dnia 12 marca 2022 r. o pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa](#).

Правова основа:

Ustawa o rencie socjalnej (27 червня 2003 р.): [Ustawa z dnia 27 czerwca 2003 r. o rencie socjalnej](#).

Додаткова виплата 500+

Додаткова виплата 500+ (świadczenie uzupełniające 500+) – це щомісячна фінансова підтримка, яка надається повнолітнім особам, що мають дуже серйозні труднощі у повсякденному функціонуванні та мають рішення про нездатність до самостійного існування (niezdolność do samodzielnej egzystencji).

Виплата надається лише за умови низького доходу — інформацію про актуально чинний дохідний ліміт можна знайти на сторінці Установи соціального страхування (Zakład Ubezpieczeń Społecznych, ZUS). Розмір виплати може нараховуватися в повному або частковому обсязі, залежно від рівня доходу особи.

Варто підкреслити, що рішення про нездатність до самостійного існування отримують переважно особи з дуже глибокими порушеннями функціонування. У випадку аутизму або інтелектуальної інвалідності це стосується лише найтяжчих випадків.

Рішення про призначення цієї виплати ухвалює ZUS (Zakład Ubezpieczeń Społecznych).

Більше інформації про додаткову виплату та про те, як її отримати, ти прочитаєш на сторінці ZUS: [ZUS: 500+ świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji - ZUS](#).

Правова основа:

Закон про додаткову виплату для осіб, нездатних до самостійного існування від 31 липня 2019 року: [Ustawa z dnia 31 lipca 2019 r. o świadczeniu uzupełniającym dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji](#).

Обмеження дієздатності (Ubezważnowolnienie)

Дуже важливим питанням після досягнення повноліття молодою особою у спектрі аутизму є здатність до самостійного ухвалення рішень. Після досягнення 18 років саме повнолітня особа самостійно приймає рішення, що стосуються її життя. Це означає, що працівники державних

установ, освітніх закладів чи медичних установ не можуть спиратися на рішення батьків, якщо доросла дитина не була офіційно обмежена в дієздатності (*ubezwłasnowolniona*).

Після досягнення 18 років батьки можуть ухвалювати рішення від імені своєї дорослої дитини виключно у випадку, якщо суд ухвалить рішення про повне або часткове обмеження дієздатності (*ubezwłasnowolnienie całkowite lub częściowe*) та призначить батьків опікунами правними (*opiekun prawny*) особи з обмеженою дієздатністю. Заяву подає один із батьків, однак саме суд ухвалює рішення про обмеження дієздатності (*ubezwłasnowolnienie*) та самостійно призначає опікуна правного (*opiekun prawny*) або куратора (*kurator*).

Часткове обмеження дієздатності (*Ubezwłasnowolnienie częściowe*) означає призначення куратора (*kurator*). Суд чітко визначає перелік справ, у яких доросла особа потребує підтримки або згоди куратора.

Повне обмеження дієздатності (*Ubezwłasnowolnienie całkowite*) означає призначення опікуна правного (*opiekun prawny*) – не обов'язково одного з батьків. Опікун приймає рішення у межах так званого звичайного управління (*zwykły zarząd*). Усі важливі рішення, зокрема: продаж житла, розпорядження майном, влаштування до Будинку соціальної допомоги (*Dom Pomocy Społecznej, DPS*), – вимагають окремої згоди сімейного суду (*sąd rodzinny*). Суд регулярно контролює спосіб здійснення опіки або кураторства, щоб захистити права особи з недієздатністю.

Варто пам'ятати, що особа, яка має недієздатність — як повну так і часткову — може працювати, якщо лікар медицини праці (*lekarz medycyny pracy*) визнає її здатною виконувати професійні обов'язки. У такому випадку трудові договори підписує від її імені опікун правний або куратор.

Правова основа:

Цивільний кодекс (*Kodeks cywilny*) від 23 квітня 1964 року — статті 12–16: [Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. - Kodeks cywilny](#).

Наразі в Польщі тривають роботи над реформою законодавства, яка має замінити інститут обмеження дієздатності (*ubezwłasnowolnienie*) новими інструментами підтриманого ухвалення рішень, відповідно до міжнародних стандартів.

Більше інформації про проєкт цього закону ти прочитаєш на сторінці Сервісу Республіки Польща (Serwis Rzeczypospolitej Polskiej): [Projekt ustawy o instrumentach wspieranego podejmowania decyzji PO-PRZEDNI TYTUŁ: Projekt ustawy o zmianie ustawy – Kodeks cywilny oraz niektórych innych ustaw - Kancelaria Prezesa Rady Ministrów.](#)

Де шукати підтримку після 18 років

Упошуку підтримки для дорослих осіб у спектрі аутизму та з інтелектуальною інвалідністю завжди варто починати з Центру соціальної допомоги (Ośrodek Pomocy Społecznej, OPS).

OPS є найкращою першою точкою контакту, оскільки його працівники володіють актуальною інформацією про програми, що реалізуються у конкретному районі або місті, а також про умови та правила користування доступними формами допомоги.

Соціальний центр самодопомоги

Соціальний центр самодопомоги (Środowiskowy Dom Samopomocy, ŚDS) – це денний центр підтримки для осіб із психічними розладами, зокрема також для осіб з інвалідністю, які потребують допомоги у повсякденному функціонуванні. Метою діяльності ŚDS є зміцнення самостійності, життєвої спроможності та соціальних навичок учасників. У центрі проводяться індивідуальні та групові заняття, зокрема:

- тренування самообслуговування (гігієна, приготування їжі, догляд за собою, управління грошима),
- тренування соціальних навичок (контакти з іншими людьми, вирішення справ в установах, пересування містом),
- заняття для розвитку інтересів і способів проведення вільного часу,
- рухова терапія,
- психологічна підтримка.

ŚDS зазвичай працює з понеділка по п'ятницю. Для кожної особи складається індивідуальний план підтримки, адаптований до її потреб і можливостей, який узгоджується спільно з учасником і – за потреби –

з його опікуном. Деякі Центри денної самопомоги (ŚDS) також ведуть цілодобові центри підтримки.

Перелік ŚDS на території Варшави можна знайти на сторінці Управління міста Варшава: [Środowiskowe Domy Samopomocy w Warszawie w 2025 roku - Wsparcie.](#)

Правова підстава:

Закон про соціальну допомогу від 12 березня 2004 р. — ст. 51a (ŚDS): [Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej.](#)

Спеціалізовані доглядові послуги (SUO) для осіб із психічними розладами

Спеціалізовані послуги по догляду (Specjalistyczne usługi opiekuńcze, SUO) – це послуги, адаптовані до особливих потреб осіб з інвалідністю, що виникає внаслідок психічних розладів (у тому числі інтелектуальних). Вони мають додатковий характер і призначаються у випадках, коли потреби особи не можуть бути повністю задоволені в межах інших форм підтримки – таких як освітня, медична допомога або соціальні виплати.

Послуги надаються особами зі спеціальною професійною підготовкою та найчастіше реалізуються вдома у підопічного, хоча в окремих випадках можуть надаватися також у центрах підтримки. Щоб отримати SUO, необхідно подати заяву до Центру соціальної допомоги (Ośrodek Pomocy Społecznej, OPS) за місцем проживання, додати довідку від лікаря-психіатра, у якій визначено вид необхідних послуг та кількість годин. Після подання заяви соціальний працівник проводить соціальне обстеження (wywiad środowiskowy) та інформує про можливі додаткові документи. Спеціалізовані доглядові послуги є платними, а розмір оплати залежить від доходу особи, яка користується допомогою.

Детальну інформацію про SUO, у тому числі як їх отримати, можна знайти: на сторінці Місько-гмінного центру соціальної допомоги у Скепем: [Specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi \(SUO\) - Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Skępem](#) а також на порталі [Usługi opiekuńcze zwykłe i specjalistyczne. Czym są i jak je uzyskać? - Niepełnosprawni.pl](#).

Додаткові матеріали щодо SUO також доступні на сторінці Сервісу Республіки Польща: [Specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi - Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Portal Gov.pl](#).

Особистий асистент особи з інвалідністю

Особистий асистент особи з інвалідністю (Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością, AOON) – це послуга, у межах якої кваліфікована особа підтримує дорослу людину з інвалідністю у виконанні повсякденних дій, таких як: вихід з дому, ведення домашнього господарства та гігієна, здійснення покупок, доїзд на заняття, вирішення справ в установах, організація вільного часу або участь у суспільному житті.

Особистий асистент не є опікуном, який замінює людину або ухвалює за неї рішення. Це особа, яка – на умовах, визначених самою особою з інвалідністю – підтримує її у здійсненні повсякденних, соціальних, освітніх та професійних активностей. Завдяки такій підтримці люди з інвалідністю отримують більшу самостійність та незалежність від родини, що позитивно впливає на їхні стосунки, відчуття гідності та суб'єктності.

Послуга зазвичай фінансується з державних програм, а її доступність залежить від конкретної громади (gmina). Наразі тривають роботи над законом про особисту асистенцію, який має врегулювати критерії надання асистента, підвищити доступність послуги та забезпечити стабільну і довгострокову підтримку.

Підтримуване житло

Тренувальні та підтримувані квартири (mieszkania treningowe i wspomagane) – це форма соціальної допомоги для повнолітніх осіб, які, зокрема через

інвалідність, потребують підтримки у повсякденному функціонуванні, але не потребують цілодобового догляду в установі. Метою обох форм є досягнення максимальної самостійності та належного функціонування в місцевій спільноті з урахуванням реальних можливостей конкретної особи.

Тренувальне житло (*mieszkanie treningowe*) призначене насамперед для більш самостійних осіб і допомагає навчатися незалежного життя – зокрема ведення господарства, догляду за собою, організації часу, вирішення адміністративних справ та побудови соціальних стосунків за підтримки фахівців і соціального працівника. Тренувальне житло надається завжди на визначений строк.

Підтримуване житло (*mieszkanie wspomagane*) призначене для осіб, які потребують постійної допомоги у повсякденних діях (наприклад, осіб з інвалідністю, у тому числі з психічними розладами). У межах цієї форми також забезпечуються житлові послуги, соціальна підтримка та допомога у контактах з іншими людьми. Підтримуване житло може бути надане на невизначений строк (у винятково обґрунтованих випадках).

Детальну інформацію про підтримуване житло можна знайти на сторінці Сервісу Республіки Польща: [Mieszkania treningowe lub wspomagane - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Portal Gov.pl](#).

Правова підстава:

Закон про соціальну допомогу від 12 березня 2004 р. — ст. 53 [Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej](#).

Догляд для перепочинку (*Opieka wytchnieniowa*)

Догляд для перепочинку (*opieka wytchnieniowa*) – це форма підтримки сімей та опікунів осіб з інвалідністю, метою якої є тимчасове звільнення від щоденних обов'язків з догляду. Він полягає в тому, що догляд за людиною, яка потребує підтримки, тимчасово бере на себе кваліфікований персонал – удома або у спеціалізованій установі, у формі денного або цілодобового перебування. Завдяки цьому опікун може відпочити, подбати про інших членів родини та власне здоров'я або впоратися з раптовою життєвою ситуацією.

Програма такого виду допомоги фінансується з державних коштів і щороку оголошується заново, а її реалізація часто здійснюється через органи місцевого самоврядування. Паралельно подібні форми догляду для перепочинку реалізують також деякі громадські організації.

Будинки соціальної допомоги

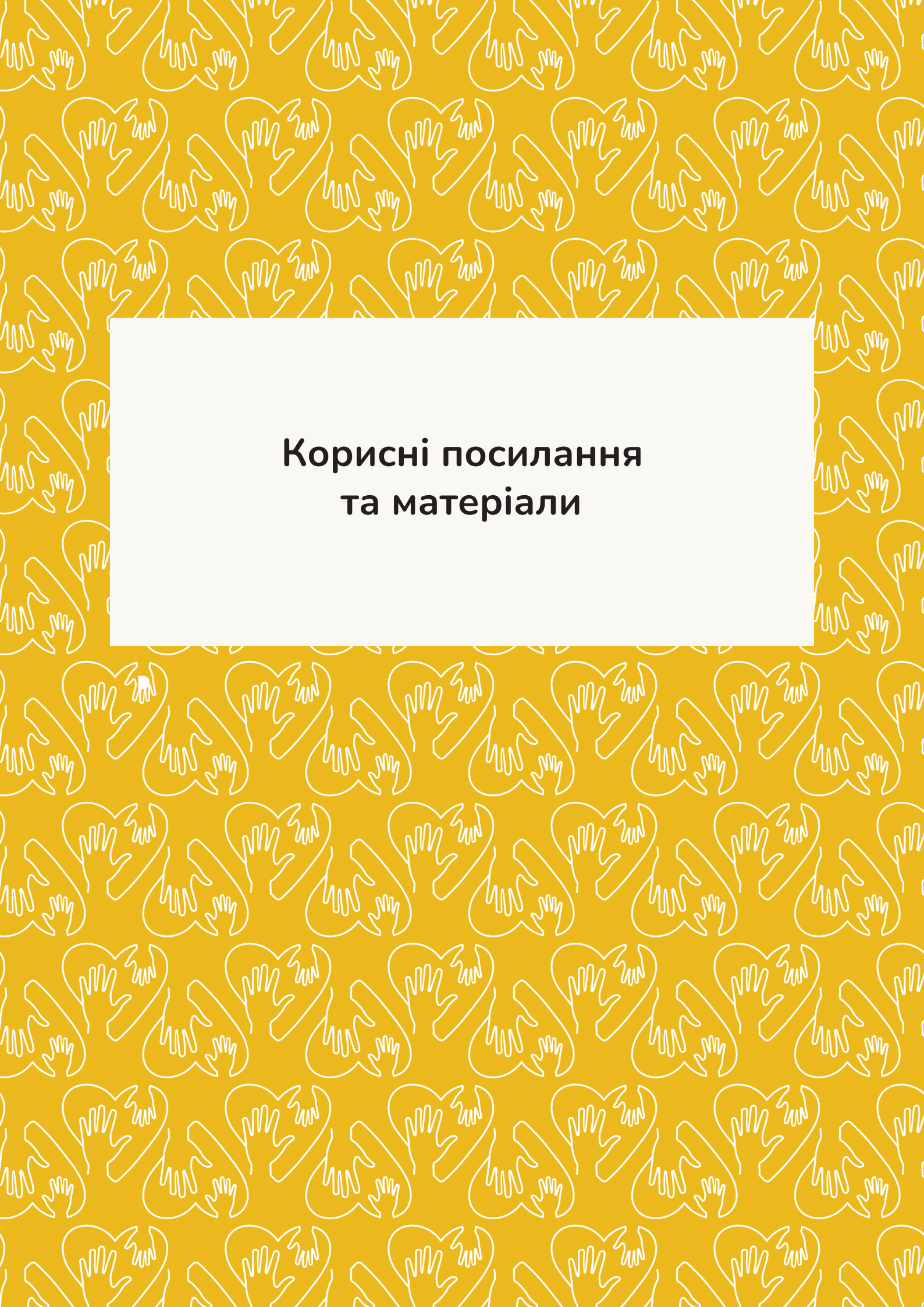
Для осіб, які потребують цілодобового догляду, функціонують Будинки соціальної допомоги (Domy Pomocy Społecznej, DPS). Це заклади, які забезпечують мешканцям 24-годинний догляд, медсестринську допомогу, трудотерапію, реабілітацію, постійний нагляд та організацію щоденних активностей.

Мешканці DPS беруть участь у заняттях, спрямованих на розвиток самостійності, груповій терапії, руховій реабілітації та різних формах соціальної інтеграції. Перебування у DPS є платним.

Додаткову інформацію про будинки соціальної допомоги, процедуру подання заявки та перелік DPS у Варшаві та околицях можна знайти на сторінці Управління міста Варшава (Urząd Miasta Warszawy): [Domy Pomocy Społecznej - Wsparcie](#).

Правова підстава:

Закон про соціальну допомогу від 12 березня 2004 р. — ст. 54–66 [Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej](#).



Корисні посилання та матеріали

Нижче ви знайдете добірку посилань на різноманітні сайти, статті та посібники, корисні для батьків дітей з інвалідністю, а також для осіб, які прибули з України до Польщі та Варшави. Усі матеріали є актуальними на момент підготовки цього посібника, тобто станом на грудень 2025 року. Для зручності назви посилань подано українською мовою, а піктограми вказують мову, якою доступний матеріал за посиланням. У разі деяких сайтів може знадобитися зміна мови в верхньому меню. Автори e-booka не рекламують жодну конкретну організацію, зазначену в цьому переліку, зміст тексту носить виключно інформаційний характер.

Імміграція, легалізація перебування, спеціальний закон про допомогу громадянам України

1. [Довідник-порадник для громадян України в Республіці Польща](#), Міжнародний центр з розвитку міграційної політики (International Centre for Migration Policy Development) (матеріал українською мовою) 
2. [Порадник для осіб з інвалідністю, які прибули до Польщі у зв'язку з війною в Україні](#), Асоціація правової інтервенції (Stowarzyszenie Interwencji Prawnej) (матеріал польською мовою) 
3. [Довідник для людей з інвалідністю, які прибули до Польщі у зв'язку з війною в Україні](#), Асоціація правової інтервенції (Stowarzyszenie Interwencji Prawnej) (матеріал українською мовою) 
4. [Інформаційний довідник для осіб з України, які прибули до Варшави після 24 лютого 2022 року](#), Міський центр контакту «Варшава 19115» (матеріал польською мовою) 
5. [Інформаційний довідник для осіб з України, які прибули до Варшави після 24 лютого 2022 року](#), Міський центр контакту «Варшава 19115» (матеріал українською мовою) 
6. [Інформаційний довідник для громадян України, які користуються захистом у Польщі](#), Союз українців у Польщі (матеріал українською мовою) 
7. [Сервіс Республіки Польща \(gov.pl\)](#) – інформаційний портал для громадян і іноземців.  

Правова допомога, польська правова система

1. [Скористайтесь безоплатними правовими консультаціями, громадянськими порадами та медіацією – Gov.pl.](#) 
2. [Правові консультації – Багатокультурний центр \(Centrum Wielokulturowe\)](#)   
3. [Правові консультації](#) – Окружна інспекція праці у Варшаві. 

Виплати та підтримка для осіб з інвалідністю, дитина з інвалідністю в школі та дитячому садку

1. [Правовий poradnik для батьків і опікунів дітей з інвалідністю](#) – Фонд «Дітям “Встигнути з допомогою”» (Fundacja Dzieciom “Zdążyć z Pomocą”) 
2. [Батьки, ви не самі. Інформаційний довідник для батьків дітей з інвалідністю](#) – Фонд Інститут регіонального розвитку (Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego) 
3. [Вітальний poradnik для батьків, які стикаються з діагнозом дитини](#), Фундація «Сточня» та Асоціація «Мудіта». «Powitalnik» — це соціальна інновація, створена громадським об'єднанням (stowarzyszeniem) Mudita, яка розвивається та підтримується фундацією Stocznia в межах проекту «Inkubator pomysłów 3», що фінансується з Європейських фондів соціального розвитку.  
4. [Центр допомоги біженцям з інвалідністю](#) Фонду «Авалон» 
5. [Районні центри інтеграції](#) 
6. Варшавський центр допомоги родинам ([Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie](#), WCPR) 
7. [PIKON](#) – Інформаційно-координаційний пункт для осіб з інвалідністю у Варшаві. 
8. [PIKONI](#) – Інформаційно-координаційний пункт для осіб з інтелектуальною інвалідністю у Варшаві. 
9. Державний фонд реабілітації осіб з інвалідністю ([Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób z Niepełnosprawnością](#), PFRON)  
10. Інформаційно-консультаційний центр для осіб з інвалідністю ([Centrum Informacyjno-Doradcze dla Osób z Niepełnosprawnością](#), CIDON) 

11. [Підтримка осіб з інвалідністю](#) – Управління міста столичного Варшава 🇵🇱
12. [Спеціальні школи та освітні заклади у Варшаві](#) 🇵🇱
13. [Офіс Уповноваженого Ради з питань осіб з інвалідністю](#) 🇵🇱 🇬🇧
14. [Niepełnosprawni.pl](#) – польський інформаційний портал, присвячений тематиці інвалідності 🇵🇱

Охорона здоров'я

1. [Де лікуватися?](#) – Національний фонд здоров'я (Narodowy Fundusz Zdrowia, NFZ) 🇵🇱
2. [pacjent.gov.pl](#) – сервіс Міністерства охорони здоров'я 🇵🇱 🇺🇦
3. Уповноважений з прав пацієнта ([Rzecznik Praw Pacjenta, RPP](#)) 🇵🇱 🇺🇦

Психологічна підтримка

1. [Перелік державних психологічно-педагогічних консультаційних центрів у Варшаві](#) 🇵🇱
2. [Варшавський центр кризового втручання](#) 🇵🇱
3. [«Робити те, що важливо, у часи стресу»](#) – Всесвітня організація охорони здоров'я (матеріал англійською мовою) 🇬🇧
4. [Психоосвітні матеріали для завантаження](#) – Фонд «Nie Widać Po Mnie» 🇵🇱

Соціальна підтримка

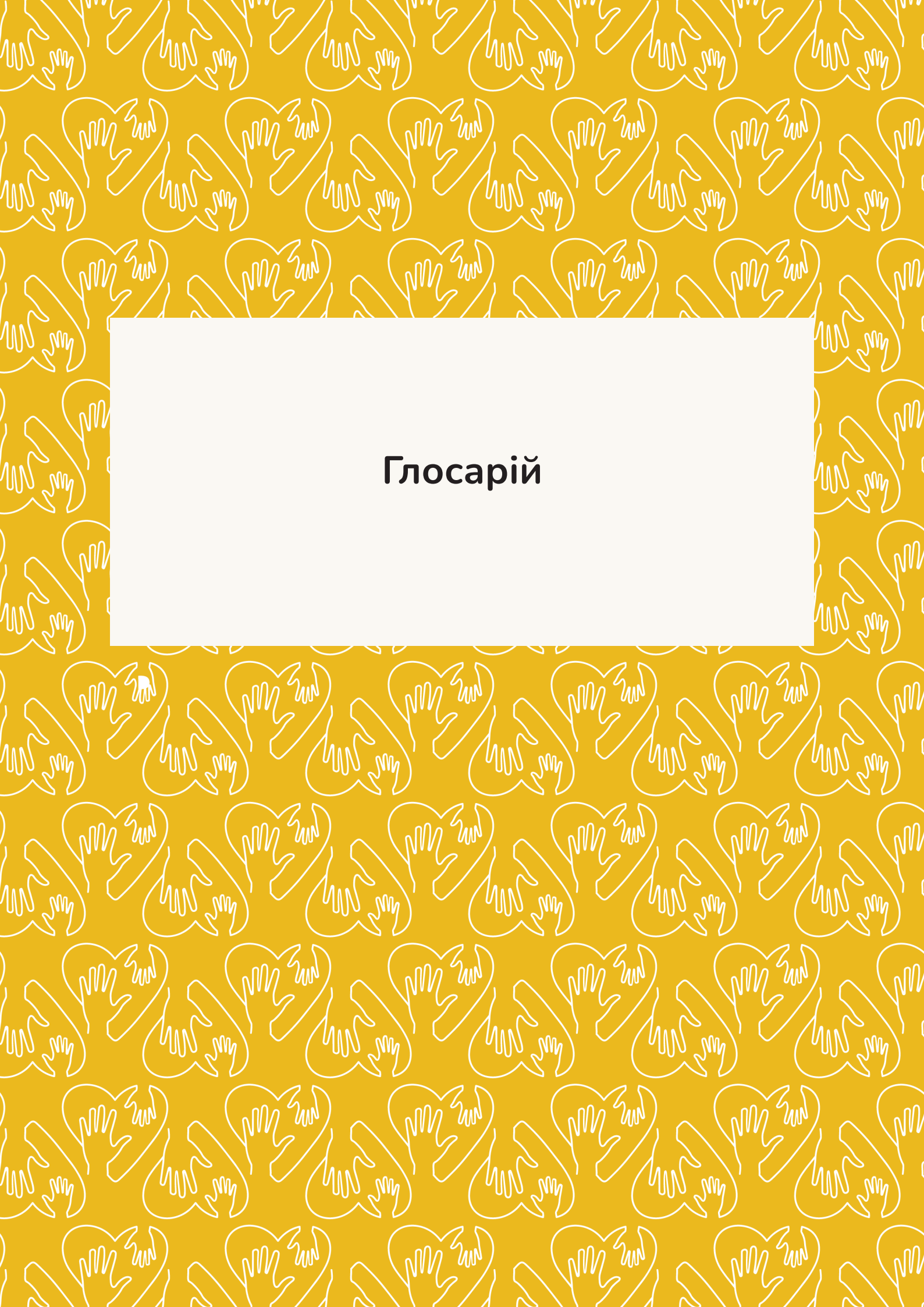
1. [Соціальна підтримка у Варшаві](#) – сторінка Управління міста Варшава 🇵🇱
2. Центр соціальних послуг “Соціальна Варшава” ([Centrum Usług Społecznych “Społeczna Warszawa”](#)) 🇵🇱
3. [OPS у Варшаві](#) – Осередки соціальної допомоги у Варшаві 🇵🇱

Професійна активізація

1. [Управління праці м. Варшави](#)   
2. [Громадська організація «EKON»](#) – сторінка організації «Люди з інвалідністю за довілля EKON» 
3. Майстерні трудової терапії у Варшаві ([Warsztaty Terapii Zajęciowej, WTZ](#)) 
4. Заклади професійної активності в Мазовецькому воєводстві ([Zakłady Aktywności Zawodowej, ZAZ](#)) 
5. [ŚDS у Варшаві](#) – Денні центри соціальної підтримки (Środowiskowe Domy Samopomocy) у Варшаві 
6. Підприємства захищеної праці в Мазовецькому воєводстві ([Zakłady Pracy Chronionej, ZPCh](#)) 

Інформація про аутизм

1. [«Аутизм по-людськи»](#) – poradnik про аутизм для батьків, терапевтів і аутичних осіб 
2. [Фундація «Pomoc Autyzm»](#) – база знань про аутизм 
3. [polskiautyzm.pl](#) – база знань про аутизм 
4. [Асоціації, фонди, діагностичні та терапевтичні центри, що працюють з аутистичним спектром у різних містах Польщі](#) – перелік на сайті «Аутизм по-людськи» 



Глосарій

Польсько-український словник термінів, використаних у посібнику

Статус перебування, документи та формальності

Specustawa	Спеціальний закон – поширена назва закону від 12 березня 2022 року, який регулює допомогу громадянам України у зв'язку з війною.
Ustawa o pomocy obywatelom Ukrainy	Закон про допомогу громадянам України – основний правовий акт, що визначає права українців у Польщі після 24.02.2022.
PESEL	Персональний ідентифікаційний номер у польській адміністративній системі.
PESEL UKR	PESEL зі статусом UKR – спеціальний статус для громадян України, які прибули до Польщі у зв'язку з війною.
Profil Zaufany	Довірений профіль – електронний інструмент для підтвердження особи та користування державними онлайн-послугами.
mObywatel	Державний мобільний застосунок, що надає доступ до цифрових документів і послуг.
Diia.pl	Цифровий документ для громадян України, який використовується як електронне посвідчення особи в Польщі.
Zameldowanie	Реєстрація місця проживання – обов'язок повідомити органи влади про адресу перебування.

Охорона здоров'я та реабілітація

Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ)	Національний фонд охорони здоров'я – установа, що фінансує державну медичну допомогу.
Podstawowa Opieka Zdrowotna (POZ)	Первинна медична допомога – система сімейних лікарів і лікарів першого контакту.
Skierowanie	Направлення до лікаря-спеціаліста або на обстеження.
Poradnia Zdrowia Psychicznego (PZP)	Психіатрична консультаційна установа для дітей, молоді або дорослих.
Szpitalny Oddział Ratunkowy (SOR)	Лікарняне відділення невідкладної допомоги.
Rehabilitacja lecznicza	Медична реабілітація, спрямована на відновлення або покращення функціонування.
Prewencja rentowa ZUS	Програма профілактики втрати працездатності, у межах якої ZUS фінансує реабілітацію, щоб запобігти втраті здатності до праці.

Діагностика, офіційні рішення та освіта

Diagnoza spektrum autyzmu	Діагноз розладів аутистичного спектра, встановлений уповноваженим спеціалістом.
----------------------------------	---

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna (PPP)	Психолого-педагогічний консультаційний центр – державна установа, що проводить діагностику та ухвалює офіційні рішення щодо освіти.
Opinia	Офіційний письмовий висновок спеціаліста або установи, що є документом, а не особистою думкою.
Orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego	Рішення про потребу спеціального навчання.
Orzeczenie o niepełnosprawności	Рішення про інвалідність для дітей до 16 років.
Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności	Рішення про ступінь інвалідності після 16 років (легкий, помірний, значний).
Wczesne Wspomaganie Rozwoju (WWR)	Раннє втручання та підтримка розвитку для дітей дошкільного віку.
Indywidualny Program Edukacyjno-Terapeutyczny (IPET)	Індивідуальна освітньо-терапевтична програма для учня.
Nauczanie indywidualne	Індивідуальне навчання, що проводиться поза класом через стан здоров'я.

Соціальна підтримка та доросле життя

Ośrodek Pomocy Społecznej (OPS)	Центр соціальної допомоги – основна установа першого контакту у справах соціальної підтримки.
--	---

Środowiskowy Dom Samopomocy (ŚDS)	Центр денного соціального самодопомоги для дорослих осіб з психічними порушеннями або інвалідністю.
Specjalistyczne Usługi Opiekuńcze (SUO)	Спеціалізовані доглядові послуги, що надаються вдома або в центрі підтримки.
Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością (AOON)	Особистий асистент особи з інвалідністю, який допомагає у повсякденному житті без прийняття рішень замість людини.
Dom Pomocy Społecznej (DPS)	Будинок соціального догляду з цілодобовим перебуванням.
Opieka wytchnieniowa	Тимчасовий догляд, який дає змогу опікунам відпочити від щоденних обов'язків.

Фінансові виплати

Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS)	Управління соціального страхування – установа, що виплачує більшість соціальних виплат.
Zasiłek rodzinny	Сімейна допомога, що залежить від доходу родини.
Zasiłek pielęgnacyjny	Доглядова допомога для осіб з інвалідністю або осіб старших 75 років.
Świadczenie pielęgnacyjne	Доглядова виплата для опікуна дитини з інвалідністю.

Świadczenie wychowawcze 800+	Виплата на дитину у розмірі 800 злотих на місяць.
Rodzinny Kapitał Opiekuńczy	Родинний доглядовий капітал для другої та наступних дітей віком 12–35 місяців.
Świadczenie uzupełniające 500+	Додаткова виплата для осіб, які мають рішення про нездатність до самостійного існування.
Renta socjalna	Соціальна пенсія для повнолітніх осіб, повністю нездатних до праці.

Право та прийняття рішень

Nieodpłatna Pomoc Prawna (NPP)	Безоплатна правова допомога, доступна у визначених пунктах.
Ubezwłasnowolnienie częściowe	Часткове обмеження дієздатності з призначенням куратора.
Ubezwłasnowolnienie całkowite	Повне обмеження дієздатності з призначенням законного опікуна.
Opiekun prawny	Законний опікун, призначений судом.
Kurator	Куратор, який допомагає особі у визначеному судом обсязі справ.