



Witamy w kantonie Berno

**Przydatne informacje dla
nowych przybyszów**

Polnisch/Polonais



Gesundheits- und Fürsorgedirektion
des Kantons Bern
Sozialamt, Abteilung Integration

Direction de la santé publique
et de la prévoyance sociale du
canton de Berne, Office des
affaires sociales, Division Intégration

Drodzy przybysze!

Serdecznie witamy w atrakcyjnym i różnorodnym kantonie Berno. Cieszy nas Wasza decyzja zamieszkania tutaj.

Kanton Berno obejmuje kilka ośrodków miejskich, ale również wiele obszarów wiejskich. 1. stycznia 2018 r. liczba mieszkańców wynosiła 1 031 126 osób, z czego 16.2% to obcokrajowcy. Większość ludności kantonu Berno zamieszkuje w miastach: Berno, Biel, Burgdorf i Thun. Dwa języki urzędowe: niemiecki i francuski, sprawiają, że kanton jest dwujęzyczny. Mamy również kilka dwujęzycznych gmin, jednak na płaszczynie oficjalnej językiem urzędowym jest język niemiecki lub francuski.

Zależy nam, abyście się w swoim nowym domu dobrze czuli i szybko się w nim zaaklimatyzowali. Integracja jest zawsze procesem dwustronnym. Wymaga Państwa zaangażowania, jak również zrozumienia ze strony lokalnych mieszkańców. Niniejsza broszura pomoże Państwu zorientować się w ofertach i usługach, ułatwiających Państwu start w kantonie Berno. Zachęcamy do skorzystania z niej! Liczne gminy dysponują dodatkowo własnymi programami integracyjnymi. W celu uzyskania dalszych informacji prosimy zgłaszać się bezpośrednio we właściwych gminach zamieszkania.

Polecamy również: Platformę informacyjną
www.integration-be.ch

Broszurę «Willkommen in der Schweiz»
(«Witamy w Szwajcarii»)

www.sem.admin.ch > Publikationen
& Service > Publikationen

www.sem.admin.ch > Publications
& services > Publications

Strona internetowa kantonu Berno w języku
angielskim: www.cantonobern.ch

Spis treści

Doradztwo w sprawach codziennych i w temacie integracji	5
Pobyt/sprowadzanie rodzin	6
Kursy j. niemieckiego i j. francuskiego, kursy integracyjne	9
Praca	10
Mieszkanie	14
Wychowanie/opieka nad dziećmi/ wykształcenie	16
Zdrowie/ubezpieczenia społeczne	21
Ochrona przed dyskryminacją	26
Podatki	28
Komunikacja	29





Doradztwo w sprawach codziennych i w temacie integracji

Mam ogólne pytania dotyczące życia w Szwajcarii lub chciałbym więcej wiedzieć na wybrany temat. Do kogo mogę się zwrócić?

Mają Państwo konkretne pytania językowe? Na temat małżeństwa, partnerstwa i rodziny? Na temat przemocy domowej? Na temat szkoły i zawodu? Na temat finansów, prawa i zdrowia? Na temat kontaktów z urzędami? Na temat migracji i starości?

Integracyjne punkty kontaktowe / Ansprechstellen Integration / *Antennes d'intégration* zapewniają doradztwo dla obcokrajowców w przypadku wszelkich pytań dotyczących życia codziennego i integracji. Punkty kontaktowe, w razie potrzeby, pośredniczą również w kontaktach z innymi, wyspecjalizowanymi organizacjami.

Miasto Berno:

**Kompetenzzentrum Integration
der Stadt Bern**

(Centrum integracji miasta Berno)

Effingerstrasse 33, 3008 Bern

Tel. 031 321 60 36

E-mail integration@bern.ch

www.bern.ch/integration

Region Emmental-Mittelland-Oberaargau:
**isa Informationsstelle für
Ausländerinnen- und Ausländerfragen
(Punkt informacyjny dla obcokrajowców)**
Speichergasse 29, 3011 Bern
Tel. 031 310 12 72
E-mail beratung@isabern.ch
www.isabern.ch

Region Berner Jura – Seeland – Biel:
**Fachstelle Integration / Service
spécialisé de l'intégration**
Bahnhofstrasse 50 / Rue de la gare 50,
2501 Biel/Bienne
Tel. 032 326 12 17
E-Mail integration@biel-bienne.ch
www.biel-bienne.ch/integration_beratung/
www.biel-bienne.ch/integration_conseil

Region Thun-Oberland:
**KIO Kompetenzzentrum Integration
(Centrum integracji KIO)**
Uttigenstrasse 3, 3600 Thun
Tel. 033 225 88 00
E-mail kio@thun.ch
www.thun.ch/kio

Przegląd pozostałych punktów doradztwa oraz ofert znajdą Państwo na stronie **www.integration-be.ch**



Pobyt/sprowadzanie rodzin

Gdzie zdobędę informacje na temat mojego zezwolenia na pobyt i zezwolenia na osiedlenie się?

Zezwolenie na pobyt i zezwolenie na osiedlenie się trzeba regularnie przedłużać. Zależnie od rodzaju zezwolenia odnośnie praw azylowych lub praw pobytu obcokrajowców (L, B, C, G, N, F) mają Państwo różne prawa i obowiązki.

Jakie terminy obowiązują przy przedłużaniu odpowiednich zezwoleń? Jakie prawa i obowiązki wiążą się z Państwa prawnym statusem obcokrajowca? Jak mogą Państwo zmienić zezwolenie na pobyt na zezwolenie na osiedlenie się? Odpowiedzi na te pytania udzieli Państwu biuro migracji kantonu Berno oraz – jeśli mieszkacie Państwo w Bernie, Biel lub w Thun – miejskie urzędy mieszkańców. Odnośne informacje oraz informacje dotyczące przyznania obywatelstwa otrzymają Państwo również w gminie swojego miejsca zamieszkania.

Migrationsdienst des Kantons Bern / Service des migrations du canton de Berne (Biuro migracji kantonu Berno)

Eigerstrasse 73, 3011 Bern
Tel. 031 633 53 15
E-mail midi.info@pom.be.ch
www.be.ch/migration

Miasto Berno:

Einwohnerdienste, Migration und Fremdenpolizei (Urząd mieszkańców, urząd do spraw migracji i obcokrajowców)

Predigergasse 5, Postfach, 3001 Bern
Tel. 031 321 53 00
E-mail einwohnerdienste@bern.ch
www.bern.ch > Politik und Verwaltung >
Stadtverwaltung > Direktion für Sicherheit,
Umwelt und Energie > Polizeiinspektorat >
Einwohnerdienste, Migration und Fremden-
polizei

Miasto Biel:

**Einwohner- und Spezialdienste /
Services des habitants et services spéciaux
(Urząd mieszkańców i świadczeń specjalnych)**

Neuengasse 28 / Rue Neuve 28
Postfach 1120, 2502 Biel/Bienne
Tel. 032 326 12 25

E-mail ESD-SHS@biel-bienne.ch

www.biel-bienne.ch > Behörden/
Verwaltung > Direktion Soziales und
Sicherheit > öffentliche Sicherheit >
Einwohner- und Spezialdienste /
www.biel-bienne.ch > Autorités / Adminis-
tration > Direction de l'action sociale et de
la sécurité > Sécurité publique > Services
des habitants et services spéciaux

Miasto Thun:

**Einwohnerdienste der Stadt Thun
(Urząd mieszkańców miasta Thun)**

Hofstettenstrasse 14, Postfach 145,
3602 Thun

Tel. 033 225 82 49

E-mail einwohnerdienste@thun.ch

www.thun.ch/einwohnerdienste

Chciałbym sprowadzić moją rodzinę do Szwajcarii. Jak mam postępować i kto może mi w tej sprawie udzielić porady?

Informacje oraz wszystkie niezbędne formularze na temat sprowadzania rodzin otrzymacie Państwo w gminie swojego miejsca zamieszkania oraz w biurze migracji kantonu Berno (adresy na stronie 6). Pomocy udzielą Państwu integracyjne punkty kontaktowe / Ansprechstellen Integration / Antennes d'intégration (adresy na stronie 5). Dwunarodowe pary i rodziny mogą się zwracać również do centrum doradztwa dla kobiet i mężczyzn w dwunarodowych związkach (frabina).

**frabina Beratungsstelle für Frauen und
Männer in binationalen Beziehungen
(frabina centrum doradztwa dla kobiet
i mężczyzn w dwunarodowych
związkach)**

Kapellenstrasse 24, 3011 Bern

Tel. 031 381 27 01,

E-mail info@frabina.ch

www.frabina.ch

Jestem w Szwajcarii z powodu zawarcia małżeństwa. Co muszę wiedzieć?

Mają Państwo pytania dotyczące szwajcarskiego prawa małżeńskiego? Na temat statusu obcokrajowca po poślubieniu obywatelki lub obywatela Szwajcarii lub osoby posiadającej pozwolenie na pobyt? Czy potrzebują Państwo ogólnych informacji na temat małżeństwa i partnerstwa? Pomocy udzieli Państwu integracyjne punkty kontaktowe / Ansprechstellen Integration / *Antennes d'intégration* (adresy na stronie 5).

Zawierając małżeństwo w Szwajcarii lub mając miejsce małżeńskiego zamieszkania w Szwajcarii podlegają Państwo szwajcarskiemu prawu małżeńskiemu. W Szwajcarii obowiązuje z zasady równouprawnienie kobiet i mężczyzn – także poza małżeństwem. Oznacza to, że oboje małżonkowie mają we wszystkich sprawach te same prawa i obowiązki i takie samo prawo głosu.

Przemoc w małżeństwie jest w Szwajcarii przestępstwem ściganym z urzędu. Oznacza to, że akt przemocy musi być ścigany karnie z urzędu, również wbrew woli ofiary.

Kartę informacyjną w 15 różnych językach ze wskazówkami dotyczącymi najważniejszych praw i obowiązków szwajcarskiego prawa małżeńskiego znajdują Państwo tutaj:

www.bj.admin.ch > Gesellschaft > Zivilstandswesen > Merkblätter / www.ofj.admin.ch > *Société* > *Etat civil* > *Mémentos*

Dodatkowe informacje znajdują Państwo na stronie: www.integration-be.ch

Informacje na różne tematy poświęcone dwunarodowym małżeństwom znajdują się na stronie: www.binational.ch



Kursy j. niemieckiego i j. francuskiego, kursy integracyjne

Gdzie mogę się nauczyć języka niemieckiego lub francuskiego?

W kantonie Berno mówi się głównie po niemiecku, w niektórych regionach po francusku. W szkołach regionów niemieckojęzycznych mówi się literackim językiem niemieckim, na co dzień jednak dialektem, a więc szwajcarskim niemieckim. Aby móc się orientować w świecie pracy i na co dzień, ważna jest umiejętność rozumienia i rozmawiania w języku używanym w nowym miejscu zamieszkania. W ten sposób łatwiej nawiążą Państwo kontakty ze Szwajcarami i szybciej znajdą pracę.

Kanton Berno dysponuje bogatą ofertą kursów językowych. Przekazują one umiejętności językowe, potrzebne w codziennym życiu w Szwajcarii lub dotyczące konkretnej dziedziny, jak praca, szkoła, dzieci itp. Ponadto dostępne są kursy integracyjne, które dostarczają wiedzę na temat codziennego życia w Szwajcarii. Podczas kursów mogą Państwo częściowo skorzystać z profesjonalnej opieki nad dziećmi.

Przegląd kursów języka niemieckiego i francuskiego w kantonie Berno znajduje się na stronie [www.be.ch/sprachkurse-migration /](http://www.be.ch/sprachkurse-migration/) www.be.ch/cours-langue-migration

Przegląd różnych ofert może udostępnić również integracyjny punkt kontaktowy w Państwa regionie (adresy na stronie 5). Niektóre z nich oferują też własne kursy językowe i integracyjne.



Praca

Chciałbym pracować w kantonie Berno. Jak mam postępować?

Posiadając Państwo ważny dokument zagraniczny bez uwagi «uprawniony do wykonywania pracy»? W tym wypadku prosimy o uprzednie zgłoszenie chęci podjęcia pracy w administracji mieszkańców gminy miejsca zamieszkania. Prosimy także o zgłoszenie tam zmiany pracodawcy.

Jeśli nie mają Państwo ważnego pozwolenia na pobyt lub posiadają wizę turystyczną, wyklucza to możliwość podjęcia pracy.

Informacje na temat dostępu do rynku pracy oraz o obowiązujących zarobkach i warunkach pracy otrzymają Państwo w podanych urzędach:

beco Berner Wirtschaft / beco Economie bernoise (Gospodarka Berna)

Laupenstrasse 22, 3011 Bern

Tel. 031 633 58 10

E-mail info.arbeit@vol.be.ch

www.be.ch/arbeit / www.be.ch/travail

Migrationsdienst des Kantons Bern / Service des migrations du canton de Berne (Biuro migracji kantonu Berno)

Eigerstrasse 73, 3011 Bern

Tel. 031 633 53 15

E-mail midi.info@pom.be.ch

www.be.ch/migration

Jak mogę szukać pracy?

Ogłoszenia o pracę znajdują Państwo w gazetach codziennych, w regionalnych lub miejskich gazetach ogłoszeniowych albo w internecie.

Platforma www.arbeit.swiss / www.travail.swiss oferuje poza ogłoszeniami o pracę również porady dotyczące szukania i starania się o pracę.

Dokumenty aplikacyjne można złożyć również w różnych prywatnych agencjach pośrednictwa pracy w Państwa regionie. Pośredniczą one nie tylko w zleceniach prac tymczasowych, ale również prac stałych.

Ponadto radzimy poinformować przyjaciół, znajomych, krewnych i sąsiadów o poszukiwaniu pracy. Miejsca pracy są często przyznawane poprzez sieć kontaktów.

Niektóre organizacje oferują specjalnie dla osób pochodzenia migracyjnego programy mentorskie, projekty ułatwiające podjęcie pracy, jak również dodatkowe szkolenia. Przegląd różnych ofert oraz dodatkowe informacje na temat pracy znajdują Państwo na stronie: www.integration-be.ch

Gdzie otrzymam pomoc w znalezieniu pracy?

Mogą Państwo zasięgnąć rady w regionalnych centrach pośrednictwa pracy Regionale Arbeitsvermittlungszentren (RAV) / *Offices régionaux de placement (ORP)*. Adresy wszystkich 18 centrów w kantonie Berno znajdują się na stronie www.be.ch/arbeit / www.be.ch/travail

Na stronie www.integration-be.ch znajdują Państwo dalsze adresy placówek, które udzielają pomocy w przygotowaniu aplikacji oraz porad na temat pracy i bezrobocia.

Jak mam postępować, aby mój zagraniczny dyplom został uznany?

Nie wszystkie zagraniczne dyplomy są w Szwajcarii uznawane. Istnieją różne instytucje zajmujące się uznawaniem zagranicznych dyplomów i kwalifikacji zawodowych. Krajowy punkt kontaktowy ds. uznawania kwalifikacji zawodowych jest pierwszym adresem kontaktowym w ogólnych kwestiach związanych z uznawaniem zagranicznych dyplomów i dokumentów.

Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI) / Secrétariat d'Etat à la formation, à la recherche et à l'innovation (SEFRI) (Sekretariat Stanu w Ministerstwie Edukacji, Badań Naukowych i Innowacji)

Kontaktstelle für die Anerkennung von Berufsqualifikationen / Point de contact national pour la reconnaissance des qualifications professionnelles (Punkt kontaktowy ds. uznawania kwalifikacji zawodowych)

Einsteinstrasse 2, 3003 Bern

Tel. 058 462 28 26

E-mail kontaktstelle@sbfi.admin.ch

www.sbfi.admin.ch/diploma

Informacji na temat uznawania zagranicznego wykształcenia udzielają również centra informacji i doradztwa zawodowego - BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / *OP Centres d'orientation professionnelle*.

Ich adresy dostępne są na stronie

www.be.ch/biz / www.be.ch/cop

Jak mogę się dalej kształcić?

Oferty edukacyjne w interesującej dla Państwa dziedzinie można znaleźć w bazie ofert edukacyjnych:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Weiterbildung / www.orientation.ch > Formations > Formation continue

Proszę zapoznać się również z informacjami odnośnie kwalifikacji zawodowych dla osób dorosłych:

www.berufsberatung.ch > Aus- und Weiterbildung > Berufsabschluss für Erwachsene / www.orientation.ch > Formations > Certification professionnelle pour adultes

Istnieje również możliwość zgłoszenia się w centrum informacji i doradztwa zawodowego - BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / *OP Centres d'orientation professionnelle* w Państwa regionie na konsultacje dotyczące różnych możliwości kształcenia. Adresy regionalnych centrów BIZ / *OP* znajdują się na stronie:

www.be.ch/biz / www.be.ch/cop

Chcę się zawodowo przekwalifikować. Gdzie otrzymam wskazówki?

Poradnia zawodowa chętnie udzieli Państwu informacji na temat kształcenia zawodowego, kierunków studiów i kształcenia ustawicznego. W rozmowie doradca omówi z Państwem aktualną sytuację i wskaże perspektywy zawodowe. Poradnia zawodowa nie zajmuje się pośrednictwem pracy. Prosimy o zgłaszanie się bezpośrednio do regionalnego centrum informacji i doradztwa zawodowego - BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / *OP Centres d'orientation professionnelle*. Dalsze informacje i dane kontaktowe znajdują się na stronie:

www.be.ch/biz / www.be.ch/cop



Mieszkanie

Szukam mieszkania. Jak mam postępować?

Ogłoszenia mieszkaniowe znajdują Państwo w gazetach codziennych, regionalnych gazetach ogłoszeniowych oraz w internecie (np. na stronie www.immoscout24.ch lub www.home.ch).

Adresy przydatnych przeglądarek internetowych do szukania mieszkań, porady dotyczące przeprowadzek i zameldowania znajdują Państwo w broszurze «Wohnen in der Schweiz» («Mieszkać w Szwajcarii»), dostępnej w 16 językach na stronie: www.integration-be.ch

Proszę pamiętać, aby zameldować się w ciągu 14 dni od wynajęcia mieszkania w administracji gminy.

Gdzie otrzymam informacje na temat prawa najmu?

Informacji na temat prawa najmu udzielają kantonalne organy concyliacyjne kantonalne Schlichtungsbehörden / *Autorités cantonales de conciliation*. Adres instytucji odpowiedniej dla danego regionu znajdują Państwo na stronie www.be.ch/justiz > Schlichtungsbehörden / www.be.ch/justice > *Autorités de conciliation*

Dobrym punktem kontaktowym jest również kantonalny związek najemców Kantonaler Mieterinnen- und Mieterverband / *ASLOCA*. Związek oferuje swoim członkom darmowe doradztwo prawne i inne usługi związane z problemami prawa najemu.

Mieterinnen- und Mieterverband Kanton Bern (Związek najemców kantonu Berno)

(niemieckojęzyczna część kantonu i regionu Biel)
Monbijoustrasse 61, 3007 Bern
Tel. 031 378 21 21
E-mail mv@mvbern.ch
www.mieterverband.ch

ASLOCA Transjura (Berner Jura / Jura bernois)

Rue des Granges 10, *Case postale 46*,
2800 Delémont 1
Tel. 032 422 74 58
www.asloca.ch/transjura

Dodatkowe informacje oraz dane punktów doradztwa w zakresie prawa najmu znajdują się także na stronie www.integration-be.ch





Wychowanie / opieka nad dziećmi / wykształcenie

Zostałam matką/zostałem ojcem i mam pytania na temat opieki nad moim małym dzieckiem. Do kogo mogę się zwrócić?

Poradnia dla matek i ojców (Mütter- und Väterberatung / *Centre de puériculture*) oferuje wszystkim rodzicom darmowe porady i wsparcie w zdobywaniu orientacji i pewności siebie w rodzicielstwie. Zależnie od etapu rozwoju i wieku dziecka rodzice mają różne pytania. Bogata oferta dla przyszłych rodziców poradni dla matek i ojców (Mütter- und Väterberatung / *Centre de puériculture*) obejmuje tematy związane z czasem tuż po porodzie, jak również w okresie między pierwszym rokiem życia a przedszkolem. Poradnie takie dostępne są w niemal każdej gminie kantonu Berno.

Adresy znajdują się na stronie:
www.mvb-be.ch / www.cp-be.ch

Jak mogę się rozwijać w mojej roli matki lub ojca i dowiedzieć się więcej na temat wychowywania dzieci?

W ramach spotkań rodzinnych i dzielnicowych oraz w centrach matek odbywają się kursy dla rodziców. Również rady rodziców w szkołach organizują w zakresie wybranej tematyki spotkania informacyjne dla rodziców. O szczegóły proszę pytać w gminie zamieszkania lub sprawdzić na portalu rodzinnym www.be.ch/familie / www.be.ch/famille, jakie możliwości dostępne są w regionie.

Pomoc w zakresie kwestii wychowawczych dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym oferuje ponadto poradnia wychowawcza kantonu Berno (Erziehungsberatung des Kantons Bern / *Service psychologique pour enfants et adolescents du canton de Berne*):

www.erz.be.ch/erziehungsberatung / www.erz.be.ch/spe

W nagłych przypadkach można także skorzystać z telefonu alarmowego dla rodziców (Elternnotruf):

Telefon alarmowy dla rodziców

Tel. 0848 35 45 55

www.elternnotruf.ch

Jak jest zbudowany system szkolnictwa kantonu Berno?

Kształcenie obowiązkowe trwa 11 lat. Nauka oraz materiały do nauczania są darmowe.

W celu przygotowania do szkoły dzieci powyżej 4. roku życia chodzą przez dwa lata do przedszkola.

Po przedszkolu następuje sześć lat nauki w szkole pierwszego stopnia oraz następnie 3 lata nauki w szkole drugiego stopnia, poziom 1.

Wielojęzyczne informacje na temat szkoły i przedszkola znajdują się na stronie:

www.erp.be.ch/elterninfo/
www.erp.be.ch/info-parents

Erziehungsdirektion des Kantons Bern / Direction de l'instruction publique du canton de Berne (Wydział Edukacji kantonu Berno)

Sulgeneckstrasse 70, 3005 Bern

Tel. 031 633 84 51,

E-mail akvb@erp.be.ch / oeco@erp.be.ch

www.erp.be.ch

Po ukończeniu obowiązkowego wykształcenia ma się wiele możliwości. Najlepszym źródłem informacji na temat różnych możliwości są poradnie zawodowe i centra informacyjne - BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren / OP Centres d'orientation

professionnelle (www.be.ch/biz/ / www.be.ch/cop/). Zależnie od zainteresowań i zdolności można uczęszczać do szkół zawodowych z możliwością uzyskania matury zawodowej lub bez, do liceum, do technikum zawodowego lub technikum handlowego.

Dla młodzieży, która nie mieszka jeszcze zbyt długo w Szwajcarii, organizowane są kursy językowe oraz oferty pomocowe, przygotowujące do kształcenia zawodowego lub szkoły średniej. Informacje odnośnie kursów językowych uzyskują Państwo w integracyjnych punktach kontaktowych Ansprechstellen Integration (adresy na stronie 5) lub na stronie www.be.ch/sprachkurse-migration/ / www.be.ch/cours-langue-migration. Przy poszukiwaniu ofert pomostowych pomocy udzielają placówki ofert pomostowych (Triagestellen Brückenangebote / Services d'aiguillage solutions transitoires).

Erziehungsdirektion des Kantons Bern / Direction de l'instruction publique du canton de Berne (Wydział Edukacji kantonu Berno)

Regionale Triagestellen Brückenangebote /
Services d'aiguillage solutions transitoires
(Regionalne placówki ofert pomostowych)

E-Mail info.cmbb@erp.be.ch

www.erp.be.ch/triagestelle/

www.erp.be.ch/service-aiguillage

Szwajcaria ma dualny system kształcenia zawodowego. Oznacza to, że nauka zawodu polega zarówno na części praktycznej w danym zakładzie pracy, jak i na części teoretycznej w szkole zawodowej. Podczas nauki można zdawać zawodową maturę. Umożliwia ona studiowanie w wyższych szkołach zawodowych. Kto dodatkowo zda egzamin uzupełniający «Passerelle Berufsmaturität – universitäre Hochschulen» / «Passerelle maturité professionnelle – hautes écoles universitaires», może również studiować na uniwersytetach i wyższych uczelniach technicznych w Szwajcarii. Tym samym kształcenie się poprzez naukę zawodu daje możliwości równoważne z kształceniem w liceum. Poza tym daje ono często lepsze perspektywy zawodowe.

Zestawienie poszczególnych ścieżek edukacyjnych oraz informacje w różnych językach są dostępne na stronie www.berufsberatung.ch > DirektEinstieg > Aus dem Ausland / www.orientation.ch > Accès direct: Je suis > de l'étranger

Dodatkowe informacje na temat poszczególnych ścieżek edukacyjnych znajdują się na stronie www.erz.be.ch > Berufsbildung albo > Mittelschule / www.erz.be.ch > formation professionnelle albo > écoles moyennes und www.integration-be.ch
Wielojęzyczna broszura na temat przejścia do liceum w kantonie Berno znajduje się na stronie: www.erz.be.ch/aufnahmegym / www.erz.be.ch/admission-gymnase

W kantonie Berno przeprowadzane są regularne spotkania informacyjne dla obcojęzycznych rodziców, młodzieży i młodych osób dorosłych odnośnie wyboru zawodu: www.be.ch/biz-migration / www.be.ch/op-migration

Jak mogę zapisać dziecko do szkoły?

Regularne wizyty w ośrodkach opieki dziennej (Kindertagesstätte / *garderie*), grupach zabawowych (Spielgruppe / *groupe de jeu*) lub opieka w ciągu dnia lokalnej rodziny (Tagesfamilie / *parents de jour*) to dobra okazja dla dziecka do nauki miejscowego języka. Więcej informacji na temat tego typu możliwości znajduje się na stronie

www.be.ch/familie /
www.be.ch/famille

Dostępne są również kursy językowe dla rodziców, które oferują opiekę nad dziećmi w czasie zajęć, w ramach której organizowane są dla dzieci zajęcia językowe. Oferty kursów tego typu znajdują się na stronie

www.be.ch/sprachkurse-migration /
www.be.ch/cours-langue-migration

Co mogę zrobić, jeśli pojawią się problemy w szkole?

Prosimy porozmawiać z nauczycielami. Można też zwrócić się o pomoc w poradniach wychowawczych kantonu Berno (Erziehungsberatung des Kantons Bern / *Service psychologique pour enfants et adolescents du canton de Berne*). Adresy, telefony i siedziby 13 regionalnych oddziałów znajdują Państwo na stronie:

www.erz.be.ch/erziehungsberatung /
www.erz.be.ch/spe

Niektóre gminy oferują dodatkowo szkolną służbę socjalną. Pracownicy socjalni doradzają dzieciom i młodzieży oraz ich rodzicom w przypadku socjalnych lub osobistych problemów. Szkoła pomaga też sama we wczesnym rozpoznaniu socjalnych problemów zagrażających osiągnięciom szkolnym oraz w podjęciu koniecznych środków zaradczych. Prosimy zasięgnąć informacji u dyrekcji szkoły odpowiedniej gminy.

Chciałbym zapewnić moim dzieciom opiekę. Jakie są możliwości?

W kantonie Berno można korzystać z różnych pozarodzinnych ofert opieki nad dziećmi. Dalsze informacje na temat kosztów oraz pomoc w poszukiwaniu odpowiednich usług znajdują Państwo na stronie:

www.be.ch/familie /

www.be.ch/famille

Ponadto istnieją usługi świetlic, w których można zlecić opiekę na dziećmi przed lekcjami, w trakcie przerwy obiadowej i po lekcjach. Z reguły opieka ta jest zintegrowana ze szkołą ludową i ma miejsce w pomieszczeniach szkolnych. Opłaty za świetlicę są obliczane na podstawie dochodów, majątku i wielkości rodziny. Listę berneńskich gmin prowadzących świetlice oraz dodatkowe informacje znajdują Państwo na stronie:

www.be.ch/familie /

www.be.ch/famille



Zdrowie/ubezpieczenia społeczne

Jestem chory. Do jakiego lekarza powinienem pójść?

Można dowolnie decydować, u jakiego lekarza korzysta się z konsultacji. Bywają jednak modele kas chorych z ograniczonym wyborem lekarzy. W elektronicznej książce telefonicznej www.local.ch znajdują Państwo adresy licznych lekarzy. Na stronie www.doctorfmh.ch możliwe jest poszukiwanie lekarzy według znajomości języków obcych, specjalizacji i regionu. Wielojęzyczne informacje i oferty leczenia w zakresie zdrowia psychicznego znajdują Państwo na stronie www.psy.ch.

Najlepszym rozwiązaniem jest znalezienie lekarza rodzinnego, którego darzą Państwo zaufaniem. W przypadku choroby lekarze rodzinni są pierwszymi osobami kontaktowymi. Często oferują oni nawet wizyty domowe, a w nagłych wypadkach są osiągalni również w nocy lub w weekendy. W razie konieczności kierują oni pacjenta do specjalisty albo do szpitala. Dlatego prosimy o zwracanie się do pogotowia szpitalnego tylko w sytuacjach zagrożenia życia.

W przypadku konieczności pilnych konsultacji medycznych dostępne są następujące służby ratunkowe podstawowej opieki zdrowotnej:

Region Berno:

CITY NOTFALL AG

(codziennie 7:00–22:00)
Schanzenstrasse 4a, 3008 Bern
Tel. 031 326 20 00
E-mail info@citynotfall.ch
www.citynotfall.ch

Praxiszentrum am Bahnhof

Parkterrasse 10, 3012 Bern
Tel. 031 335 50 00
E-mail pzb.bern@hirslanden.ch
www.hirslanden.ch > Leistungsangebot
> Ambulante Zentren > Praxiszentrum am Bahnhof Bern / www.hirslanden.ch > *Offre de prestations* > *Centres ambulatoires* > *Praxiszentrum am Bahnhof Bern*

Region Biel:

notfallpraxisbiel / Cabinet d'urgences Bienne

Spitalzentrum Biel / *Centre hospitalier Bienne*
Vogelsang 84 / *Chante-Merle 84*,
2501 Biel/Bienne
Tel. 032 324 48 44 lub
0900 900 024 (płatny)
www.notfallpraxisbiel.ch /
www.cabinetdurgencesbienne.ch

Walk-in-Clinic

Unionsgasse 14 / Eisengasse 11
Rue de l'Union 14 / Rue du Fer 11
Tel. 032 344 46 66
E-Mail wic@mzb-cmb.ch
www.mzb-cmb.ch

Region Thun:

Hausärztlicher Notfalldienst Region Thun

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
Tel. 033 226 45 56
E-mail public@han-rt.ch
www.notfallthun.ch

Chciałbym wiedzieć więcej o szwajcarskim systemie opieki zdrowotnej lub na konkretny temat w dziedzinie zdrowia. Do kogo mogę się zwrócić?

Mają Państwo konkretne pytania na temat odżywiania się i ruchu? Na temat zdrowia dziecka? Na temat miłości i seksualności? Lub ogólne pytania na temat systemu opieki zdrowotnej w Szwajcarii? Broszury w wielu językach można pobrać lub bezpłatnie zamówić na stronie: www.migesplus.ch

Jak zachować zdrowie?

Dbłość o własne zdrowie oraz o zdrowie najbliższych stanowi najlepszą profilaktykę i podnosi jakość życia. Proszę się zdrowo odżywiać i codziennie zażywać ruchu przez co najmniej 30 minut (np. spacer, jazda na rowerze, uprawianie sportu).

Czy mają Państwo pytania dotyczące uzależnień oraz ryzykownych zachowań i chcą Państwo uzyskać pomoc?

Na portalu internetowym www.safe-zone.ch znajdą Państwo informacje dotyczące kwestii uzależnień oraz adresy punktów kontaktowych w swojej okolicy oraz mogą Państwo anonimowo zasięgnąć porady.

Jak mogę wybrać kasę ubezpieczeń zdrowotnych?

Ubezpieczenie zdrowotne jest w Szwajcarii obowiązkowe. Kto osiedla się w Szwajcarii, musi w ciągu trzech miesięcy ubezpieczyć się w kasie ubezpieczeń zdrowotnych. Dodatkowe informacje znajdują Państwo na stronie: www.integration-be.ch

Istnieją różne kasy ubezpieczeń zdrowotnych. Mogą Państwo sami zdecydować, gdzie się ubezpieczyć. Każda kasa jest zobowiązana do przyjęcia Państwa do ubezpieczenia podstawowego. Ubezpieczenie podstawowe pokrywa koszty konsultacji lekarskich i leczenia szpitalnego w kantonie Berno. Część rachunków wystawianych przez lekarzy i szpitale należy jednak opłacić samemu. Jest to udział własny.

Koszty leczenia stomatologicznego nie są pokrywane przez ubezpieczenie podstawowe.

Prosimy sprawdzić na tej stronie, która kasa ubezpieczenia zdrowotnego byłaby dla Państwa najbardziej odpowiednia:

www.comparis.ch > Versicherungen / <https://fr.comparis.ch> > Assurances

Dalsze informacje na temat ofert i składek ubezpieczeniowych poszczególnych kas ubezpieczenia zdrowotnego znajdują się na stronie:

www.bag.admin.ch > Versicherungen > Krankenversicherung / www.ofsp.admin.ch > Assurances > Assurance-maladie

Przy niskich zarobkach jest się uprawnionym do ulg w składkach ubezpieczeniowych. Oznacza to, że część składki opłaca federacja i kanton. Uprawnienie do ulg jest z reguły automatycznie weryfikowane na podstawie przedłożonej deklaracji podatkowej. Osoby, które niedawno przeprowadziły się z zagranicy oraz osoby z pozwoleniem na pobyt B, L, N oraz F muszą złożyć wniosek o przyznanie ulg w urzędzie ubezpieczeń społecznych (Amt für Sozialversicherungen / Office des assurances sociales). Znajdą tam Państwo dalsze informacje oraz potrzebne formularze.

Amt für Sozialversicherungen (ASV) / Office des assurances sociales (OAS) (Urząd ubezpieczeń społecznych)

Abteilung Prämienverbilligung und Obligatorium / Service de la réduction des primes et de l'application du régime obligatoire

Forelstrasse 1, 3072 Ostermundigen

Tel. 031 636 45 00

E-Mail asv.pvo@jgk.be.ch

www.be.ch/pvo / www.be.ch/rpo

Co to jest AHV/IV ?

Ubezpieczenie Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV) / *Assurance-vieillesse et survivants* (AVS) oraz Invalidenversicherung (IV) / *Assurance-invalidité* (AI) (ubezpieczenia emerytalno-rentowe) są w Szwajcarii obowiązkowe. AHV / AVS jest ubezpieczeniem emerytalnym. Kobiетom przysługują świadczenia emerytalne po ukończeniu 64. roku życia. Mężczyznom po ukończeniu 65. roku życia.

Invalidenversicherung / *Assurance-invalidité* (renta inwalidzka) zapewnia Państwu podstawę egzystencji, jeśli na przykład po wypadku jest się tylko częściowo zdolnym lub całkowicie niezdolnym do pracy, względnie jeśli od urodzenia z powodu uszczerbku na zdrowiu podjęcie pracy nie jest możliwe.

Od 18. roku życia muszą Państwo uiszczać składki na AHV/IV / AVS/AI. Są one automatycznie potrącane z pensji. Jeśli nie mają Państwo pracy lub pracują samodzielnie, konieczne jest uiszczanie składki bezpośrednio w funduszu.

**Ausgleichskasse des Kantons Bern /
Caisse de compensation du canton de
Berne (Fundusz kompensacyjny kantonu
Berno)**

Chutzenstrasse 10, 3007 Bern
Tel. 031 379 79 79
E-mail info@akbern.ch
www.akbern.ch

Dalsze informacje na temat AHV/IV / AVS/AI oraz wszystkie formularze znajdują Państwo na stronie:
www.ahv-iv.ch / www.avs-ai.ch

Jakie inne ubezpieczenia powinienem zawrzeć, nawet, gdy nie są obowiązkowe?

Bardzo zalecane są poniżej wymienione ubezpieczenia. Niemal wszyscy mieszkańcy Szwajcarii je posiadają.

Ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków:

W przypadku zatrudnienia pracodawca zapewnia w razie wypadku ochronę ubezpieczeniową. Jeśli pracuje się u tego samego pracodawcy ponad osiem godzin tygodniowo, jest się przez niego ubezpieczonym również od wypadków poza pracą. W przypadku braku zatrudnienia lub pracy poniżej ośmiu godzin tygodniowo, można na przykład zawrzeć ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków w kasie chorych.

Ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej:

Wyrządzając komuś szkodę, jest się za nią odpowiedzialnym. Oznacza to, że należy za nią zapłacić. Ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej chroni przed finansowymi konsekwencjami wyrządzonej szkody. Często nawet niskie składki związane są z wysokimi sumami ubezpieczeniowymi. Przegląd ofert różnych ubezpieczeń od odpowiedzialności cywilnej znajduje się na stronie:

www.comparis.ch > Versicherungen / <https://fr.comparis.ch> > Assurances

Ubezpieczenie wyposażenia domu:

Ubezpieczenie wyposażenia domu pokrywa koszty szkód powstałych w mieszkaniu i w jego wyposażeniu spowodowanych ogniem, wodą, klęskami żywiołowymi (np. burzą lub powodzią), kradzieżą i włamaniem. Chcąc wynająć mieszkanie, należy wiedzieć, że właściciele przeważnie wymagają zawarcia ubezpieczenia wyposażenia domu przez lokatora. Ubezpieczenie wyposażenia domu jest często oferowane wraz z ubezpieczeniem od odpowiedzialności cywilnej. Przegląd różnych ofert i składek ubezpieczeniowych znajduje się na stronie:

www.comparis.ch > Versicherungen / <https://fr.comparis.ch> > Assurances

Dalsze informacje na temat ubezpieczeń znajdują się na stronie www.integration-be.ch



Ochrona przed dyskryminacją

Gdzie otrzymam pomoc, gdy zetknę się z rasizmem?

Kanton i gminy są zobowiązane zadbać o zapobieganie i zwalczanie dyskryminacji. Podstawowe prawo do ochrony przed dyskryminacją ze względu na rasę, kolor skóry, płeć, wiek, język, pochodzenie, styl życia, orientację seksualną, przekonania polityczne i religijne, a także niepełnosprawność fizyczną, umysłową lub psychiczną odnosi się do każdego człowieka, niezależnie od statusu pobytu i obywatelstwa.

Osoby dotknięte rasizmem uzyskają pomoc w następujących instytucjach:

Doradztwo prawne dla ofiar dyskryminacji rasistowskiej:

Berner Rechtsberatungsstelle für Menschen in Not (RBS)
(Berneńska poradnia prawna dla osób w potrzebie)

Eigerplatz 5, 3007 Bern

Tel. 031 385 18 20

E-mail info@rechtsberatungsstelle.ch

www.rechtsberatungsstelle.ch

Poradnia i punkt informacyjny ds. przemocy i rasizmu:

gggfon – gemeinsam gegen Gewalt und Rassismus
(Razem przeciwko przemocy i rasizmowi)

Tel. 031 333 33 40

E-mail melde@gggfon.ch

www.gggfon.ch

Informacje, doradztwo i pośrednictwo (w przypadkach, gdy brak oddziału regionalnego):

Eidgenössische Kommission gegen Rassismus EKR / Commission fédérale contre le racisme CFR
(Federalna komisja przeciwko rasizmowi)

Inselgasse 1, 3003 Bern

Tel. 058 464 12 93

E-mail ekr-cfr@gs-edi.admin.ch

www.ekr.admin.ch

Dalsze informacje na temat świadczeń w zakresie ochrony przed dyskryminacją i zwalczania rasizmu znajdują się na stronie: www.integration-be.ch





Podatki



Dochody z podatków wykorzystywane są na finansowanie ważnych funkcji publicznych, dla dobra wszystkich mieszkańców Szwajcarii. Na przykład w takich dziedzinach jak szkolnictwo, opieka społeczna, opieka zdrowotna czy komunikacja.

Jak zapłacić podatki w kantonie Berno?

W przypadku, gdy żadne z małżonków nie posiada zezwolenia na osiedlenie C, podatki zostają potrącone bezpośrednio z pensji (podatek u źródła). Osoby z zezwoleniem na osiedlenie się oraz Szwajcarzy wraz ze swoimi zagranicznymi małżonkami lub partnerami muszą co roku wypełniać i przedkładać deklarację podatkową.

W razie pytań odnoszących się do podatków prosimy o zwracanie się do pracodawcy, biura podatkowego w gminie swojego zamieszkania lub kantonальной administracji podatkowej (Steuerverwaltung des Kantons Bern / *Intendance des impôts du canton de Berne*). Na jej stronie internetowej znajdują się liczne wskazówki i informacje.

Steuerverwaltung des Kantons Bern / *Intendance des impôts du canton de Berne* (Administracja podatkowa kantonu Berno)

Brünnenstrasse 66, 3018 Bern
Postadresse: Postfach 8334, 3001 Bern
Tel. 031 633 60 01,
www.be.ch/steuern / www.be.ch/impots

Czy muszę uiszczać opłaty za radio i telewizję?

Korzystanie z sieci radiowej i telewizyjnej zobowiązuje w Szwajcarii do uiszczania opłat. Opłaty te są pobierane przez Serafe. Tam należy się zwrócić, jeśli posiadają Państwo telewizor, radio albo inny sprzęt umożliwiający odbiór radiowy i telewizyjny (np. komputer lub smartfon). Wystarczy jedno zgłoszenie na gospodarstwo domowe. Wówczas możliwe jest korzystanie z różnych odbiorników przez dowolną liczbę osób należących do gospodarstwa domowego.

SERAFE AG

Postfach, 8010 Zürich
Tel. 058 201 31 67
E-Mail info@serafe.ch
www.serafe.ch



Komunikacja

Jak mogę poruszać się za pomocą publicznych środków transportu?

Kanton Berno i cała Szwajcaria dysponują dobrze rozbudowaną siecią komunikacji kolejowej i autobusowej. Rozkłady jazdy, plany linii i informacje o regionalnych abonamentach dostępne są na stronie: www.mylibero.ch

Sieci taryfowe pozwalają na zmianę środka transportu przy wykorzystaniu tego samego biletu. W kantonie Berno dostępne są następujące sieci taryfowe:

Region Bern-Solothurn-Biel-Berner Jura:

LIBERO

www.mylibero.ch

Region Thun-Berner Oberland:

BeoAbo

www.beoabo.ch

Szwajcarskie koleje federalne (Schweizerische Bundesbahnen SBB / *Chemins de fer fédéraux CFF*) oferują abonamenty obejmujące całą Szwajcarię. Posiadając Halbtax-Abo / *Abonnement demi-tarif* można korzystać z niemal wszystkich publicznych środków transportu za połowę ceny. Informacje na temat abonamentów SBB / *CFF*, jak również informacje o rozkładzie jazdy można uzyskać we wszystkich kasach dworcowych albo na stronie: www.sbb.ch / www.cff.ch

Dla osób pragnących wynająć samochód – oprócz licznych innych wypożyczalni samochodowych – Mobility-Carsharing oferuje samochody różnej wielkości w 1500 lokalizacjach w Szwajcarii. By móc korzystać z oferty, należy zostać członkiem Mobility: www.mobility.ch.

Na co muszę zwrócić uwagę, gdy jeżdżę rowerem?

Rower – w niemieckim szwajcarskim –Velo – jest w Szwajcarii ulubionym środkiem poruszania się. Wskazane jest, aby wykupić ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej, by być ubezpieczonym w razie wypadku, który spowoduje się w czasie jazdy rowerem. Więcej informacji na ten temat znajduje się na stronie 25.

Lista najładniejszych tras rowerowych dostępna jest na stronie www.veloland.ch / www.suisse-mobile.ch lub w stowarzyszeniu Pro Velo, które oferuje również kursy jazdy na rowerze dla dzieci i dorosłych.

Pro Velo Kanton Bern / *PRO VELO Canton de Berne*

Birkenweg 13
3013 Bern
Tel. 031 318 54 12
E-Mail sekretariat@pro-velo-be.ch
www.pro-velo-be.ch

Prawo jazdy uzyskałem za granicą. Czy wolno mi jeździć z nim w Szwajcarii?

Zagraniczne prawo jazdy może być używane w Szwajcarii przez 12 miesięcy. Po upływie tego czasu należy je wymienić na szwajcarskie prawo jazdy. Dalsze informacje i potrzebne formularze znajdują się na stronie:

www.be.ch/svsa > Führerausweise /
www.be.ch/ocrn > permis de conduire

Zagraniczne pojazdy i przyczepy muszą być zaopatrzone w szwajcarskie tablice rejestracyjne, jeśli ktoś przebywa w Szwajcarii dłużej niż rok. Jeśli Państwa pojazd wykorzystywany jest w Szwajcarii do transportu osób lub mienia, wymaga to niezwłocznego zgłoszenia tego pojazdu.

Strassenverkehrs- und Schiffahrtsamt des Kantons Bern / *Office de la circulation routière et de la navigation (Urząd komunikacji drogowej i wodnej kantonu Berno)*

Schermenweg 5, Postfach, 3001 Bern
Tel. 031 635 80 80
E-Mail info.svsa@pom.be.ch
www.be.ch/svsa / www.be.ch/ocrn

Co muszę wiedzieć jako kierowca?

W szwajcarskim ruchu drogowym obowiązują poniższe ograniczenia prędkości (odstępstwa są sygnalizowane):

Na terenie zabudowanym: 50 km/h

Poza terenem zabudowanym: 80 km/h

Drogi szybkiego ruchu: 100 km/h

Autostrady: 120 km/h

Autostrady są płatne. Konieczne jest posiadanie winiety autostradowej. Można je zakupić w kasach kontroli celnej przejść granicznych, stacji benzynowych, urzędów pocztowych lub w kiosku.

W Szwajcarii dopuszczalna granica poziomu alkoholu we krwi wynosi 0,5 promila. Kierowcy zawodowi, początkujący kierowcy, uczący się jazdy i instruktorzy oraz osoby towarzyszące nauce jazdy nie mogą spożywać żadnego alkoholu przed jazdą (0,1 promila). Każdy, kto prowadzi samochód lub towarzyszy osobie uczącej się jazdy posiadając wyższy poziom alkoholu we krwi, musi liczyć się z konsekwencjami prawnymi.

Motocykle i samochody muszą również w ciągu dnia mieć w trakcie jazdy włączone światła.

Każdy właściciel samochodu musi wykupić ubezpieczenie pojazdu. Ubezpieczenie to pokrywa szkody wyrządzone innymi osobom lub rzeczom, będącym w posiadaniu innych osób. Bez takiego ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej urząd ruchu drogowego odmówi wydania tablic rejestracyjnych.

Diese Broschüre ist in folgenden Sprachen erhältlich:

Deutsch, Französisch, Albanisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Chinesisch (Mandarin), Englisch, Italienisch, Polnisch, Portugiesisch, Spanisch, Tamilisch, Thailändisch, Türkisch.

Download unter www.be.ch/integration

2019



Cette brochure est disponible dans les langues suivantes :

Allemand, français, albanais, anglais, bosnien/croate/serbe, chinois (mandarin), espagnol, italien, polonais, portugais, tamoul, thaïlandais, turc.

Elle est téléchargeable sous www.be.ch/integration

2019