



www.welcomeworkproject.eu

Життя та робота у Франції



Зміст

01	Громадські групи та центри інтеграції	4
02	Курси та можливості навчання для біженців у Франції	8
03	Підтримка психічного здоров'я та благополуччя	13
04	Житло та практичні поради щодо повсякденного життя	18

| Життя та робота у Франції як біженець

Практичний посібник щодо підтримки громади, курсів та повсякденної інтеграції

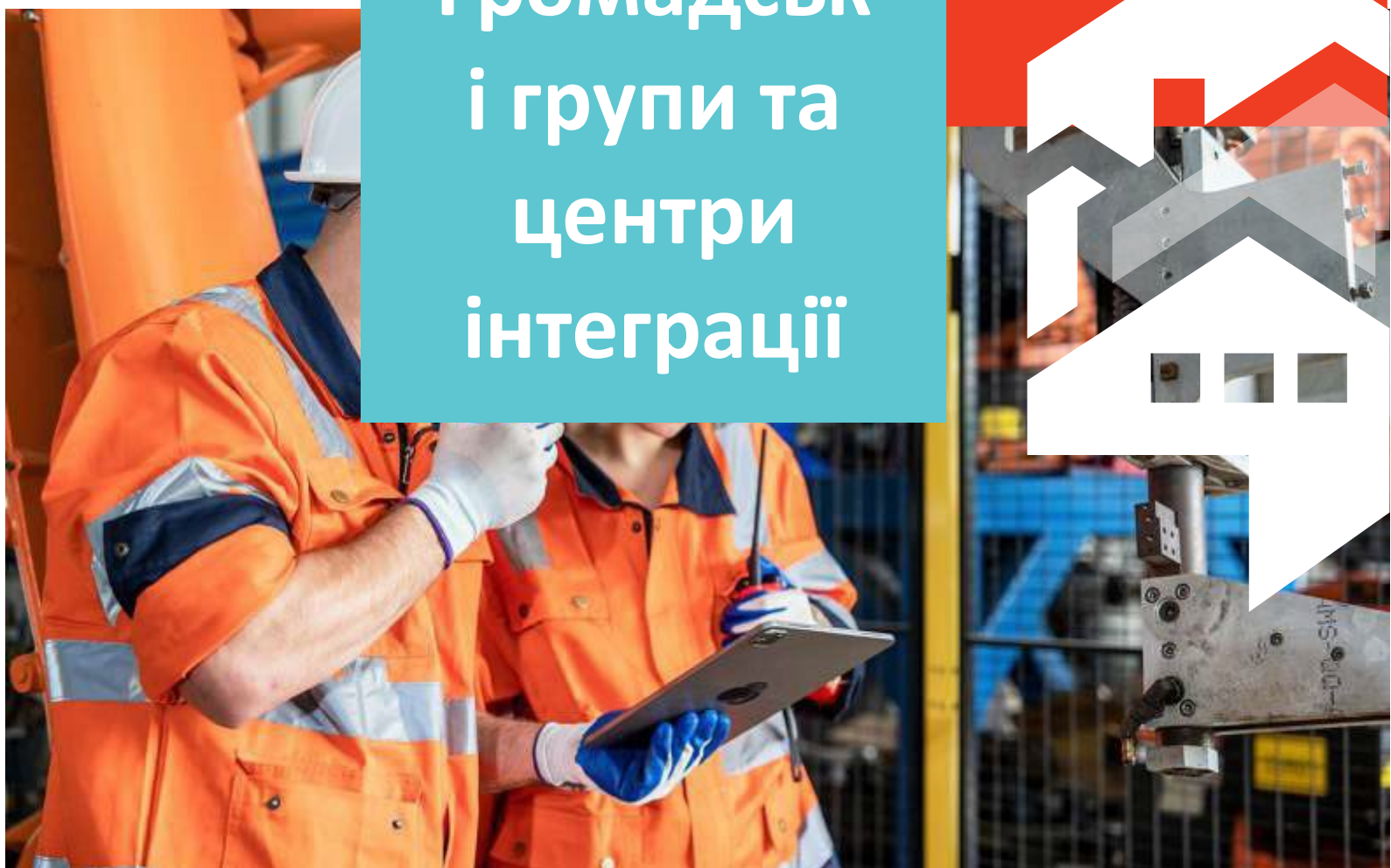
Франція вже багато десятиліть є одним із основних пунктів призначення для людей, які шукають захисту, а в останні роки кількість шукачів притулку, що прибувають з Африки, Близького Сходу та Східної Європи, продовжує зростати. Біженці мають різноманітне походження, володіють різними мовами та мають різні навички, а Франція пропонує потужну систему підтримки, щоб допомогти їм облаштуватися. Окрім національної програми прийому, існує потужна мережа НУО, благодійних організацій, інтеграційних центрів, соціальних працівників, релігійних організацій та місцевих громадських груп. Ці служби допомагають новоприбулим зрозуміти процес надання притулку, отримати доступ до медичного обслуговування, вивчити французьку мову, знайти роботу та впоратися з повсякденними справами.

Водночас перші місяці у Франції можуть видатися складними. Адміністративні процедури можуть бути тривалими, регіональні служби відрізняються від одного департаменту до іншого, а мовний бар'єр часто впливає на повсякденне життя. Ринок житла у багатьох містах є конкурентним, а деякі програми підтримки вимагають офіційної реєстрації, перш ніж можна буде отримати допомогу. З огляду на це, знання того, де знайти чітку та практичну інформацію, стає надзвичайно важливим для забезпечення стабільності та зменшення стресу.

Цей посібник зосереджується на тих аспектах повсякденного життя, в яких біженці найчастіше потребують допомоги: пошук груп підтримки, реєстрація на курси, доступ до послуг з психічного здоров'я, розуміння варіантів житла та орієнтування в основних державних системах. Він не повторює юридичні права, а натомість висвітлює практичні шляхи для облаштування, знайомства з людьми та набуття впевненості. Незалежно від того, чи живе людина у великому місті, такому як Париж, Ліон чи Марсель, чи в меншому містечку або сільській місцевості, цей посібник розроблено як надійну відправну точку для життя та роботи у Франції, що пропонує реалістичну інформацію та вказівки щодо надійних організацій.

01

Громадськ і групи та центри інтеграції



| Громадські групи та центри інтеграції

Система підтримки біженців у Франції організована за допомогою поєднання національних НУО, державної мережі прийому, місцевих органів влади та громадських організацій. Багато новоприбулих спочатку отримують підтримку через спеціалізовані центри прийому або соціальних працівників, але існує також широкий спектр громадських центрів, які пропонують практику мови, культурну орієнтацію, емоційну підтримку та повсякденні поради. Оскільки послуги відрізняються залежно від регіону, корисно знати, які організації діють на національному рівні, а які є специфічними для певних міст.

Нижче наведено огляд основних організацій, які надають надійну підтримку по всій Франції.

НУО національного рівня з фізичними центрами

Ці організації працюють у багатьох регіонах і відіграють центральну роль у наданні підтримки шукачам притулку, біженцям та мігрантам як через офіційну систему прийому, так і через ширші громадські програми.

France Terre d'Asile (FTDA)

Веб-сайт: <https://www.france-terre-asile.org>

Міста: Париж, Лілль, Руан, Кан, Тур, Ніцца та інші

France Terre d'Asile — одна з найвідоміших організацій, що допомагають біженцям у країні, яка надає підтримку людям від початкових етапів процесу отримання притулку до довгострокової інтеграції.

Що вони пропонують

- Юридичні консультації та рекомендації щодо процедур надання притулку
- Допомога у заповненні заяв та підготовці до співбесід
- Проживання через національну систему прийому (за умови відповідності критеріям)
- Соціальні працівники, які надають допомогу з питань охорони здоров'я, шкіл та соціальних виплат
- Курси французької мови та заняття з громадянської орієнтації
- Семінари з питань працевлаштування та повсякденного життя у Франції
- Заходи для сімей, молоді та соціально незахищених осіб

Чому це корисно

FTDA поєднує адміністративне консультування з практичною підтримкою, допомагаючи новоприбулим орієнтуватися як у формальних, так і в неформальних аспектах життя у Франції.

Forum Réfugiés – Cosi

Веб-сайт: <https://forumrefugies.org>

Міста: Ліон, Клермон-Ферран, Гренобль, Ніцца, регіон Парижа та інші

Forum Réfugiés надає підтримку шукачам притулку та біженцям через приймальні центри, юридичні послуги та програми інтеграції.

Що вони пропонують

- Юридичні консультації та допомога у підготовці заяв про надання притулку
- Центри розміщення та тимчасове житло
- Соціальна підтримка у сфері охорони здоров'я, освіти та повсякденних справ
- Курси французької мови та семінари з інтеграції
- Підтримка у підготовці до працевлаштування та сесії з підвищення конкурентоспроможності на ринку праці
- Заходи для дітей та молоді

Підходить для

Людей, які потребують постійної, структурованої підтримки під час проходження процедури надання притулку та переходу до самостійного життя.

La Cimade

Веб-сайт: <https://www.lacimade.org>

Міста: Париж, Марсель, Ліон, Страсбург, Тулуза, Бордо та інші

La Cimade зосереджується на захисті прав мігрантів та біженців.

Що вони пропонують

- Юридичні консультації та допомога з оскарженнями
- Адміністративна підтримка в отриманні дозволів на проживання та доступі до послуг
- Орієнтаційні сесії, що пояснюють роботу французьких інституцій
- Громадські групи та заходи солідарності
- Супровід на важливі зустрічі, якщо це необхідно

Чому це важливо

La Cimade особливо корисна для людей, які стикаються зі складними адміністративними справами.

Croix Rouge Française (Французький Червоний Хрест)

Веб-сайт: <https://www.croix-rouge.fr>

Міста: по всій країні

Червоний Хрест надає всебічну підтримку шукачам притулку та вразливим мігрантам по всій Франції.

Вони пропонують

- Тимчасове житло
- Соціальну та психологічну підтримку
- Репетиторство з французької мови
- Допомогу в отриманні медичної допомоги та соціальних виплат
- Заходи для сімей, дітей та людей похилого віку
- Розподіл продуктів харчування та товарів першої необхідності

Secours Catholique – Caritas France

Веб-сайт: <https://www.secours-catholique.org>

Міста: по всій країні

Добре відома благодійна організація, що надає місцеву підтримку, орієнтовану на громаду.

Що вони пропонують

- Допомога з харчуванням та одягом
- Соціальна та емоційна допомога
- Центри допомоги з групами для спілкування
- Практика французької мови
- Допомога з написанням офіційних листів та організацією зустрічей
- Спільні обіди та заходи з інтеграції у місцеву громаду

Чому це корисно

Завдяки своїй присутності на місцях це є зручним та доступним варіантом для новоприбулих у невеликих містах.

Місцеві громадські центри (у містах)

Поряд з національними НУО, багато міст у Франції мають власні служби прийому та інтеграції. Ці центри часто допомагають у вирішенні повсякденних проблем та створюють простори, де новоприбулі можуть налагоджувати зв'язки.

Париж – CAIR (Centres d'Action et d'Information pour les Réfugiés)

Місто: Париж

Що вони пропонують

- Орієнтація для новоприбулих
- Допомога з онлайн-процедурами та місцевими послугами
- Семінари з французької мови
- Допомога з подачею заяв на житло
- Громадські заходи та міжкультурні події
- Інформація про програми працевлаштування в регіоні Парижа

Париж – Les Amarres та Le Bar Commun (громадські кав'ярні)

Громадські заклади, що пропонують:

- Доступні за ціною страви
- Соціальні заходи та групи для спілкування
- Семінари, заходи та можливості для волонтерства
- Дружню атмосферу для знайомств

Ці центри не є офіційними «службами допомоги біженцям», але відіграють важливу роль у подоланні ізоляції.

Ліон – Accueil Réfugiés et Migrants (ARM)

Місто: Ліон

Що вони пропонують

- Допомога у сфері охорони здоров'я, освіти та адміністративних питань
- Групи для розмови французькою
- Допомога дітям у виконанні домашніх завдань
- Культурні майстер-класи та заходи для мешканців району
- Направлення до спеціалізованих служб у разі потреби

Марсель – Centre d'Accueil de Jour та місцеві асоціації

Місто: Марсель

У Марселі діє активна мережа організацій, які співпрацюють для надання підтримки новоприбулим.

Послуги включають

- Центри щоденного прийому з базовою допомогою
- Уроки французької мови та клуби розмовної практики
- Допомога у пошуку роботи
- Жіночі групи та заходи для молоді
- Юридична підтримка через місцевих партнерів

Бордо – Le Collectif Bienvenue

Місто: Бордо

Що вони пропонують

- Курси французької мови для початківців

- Адміністративна підтримка
- Громадські заходи, спільні обіди та волонтерська діяльність
- Допомога в орієнтуванні в системах охорони здоров'я та освіти

Сусідські асоціації та громадські групи

По всій Франції місцеві асоціації надають неформальну, але надзвичайно важливу підтримку, особливо в питаннях соціальної інтеграції.

Типові заходи

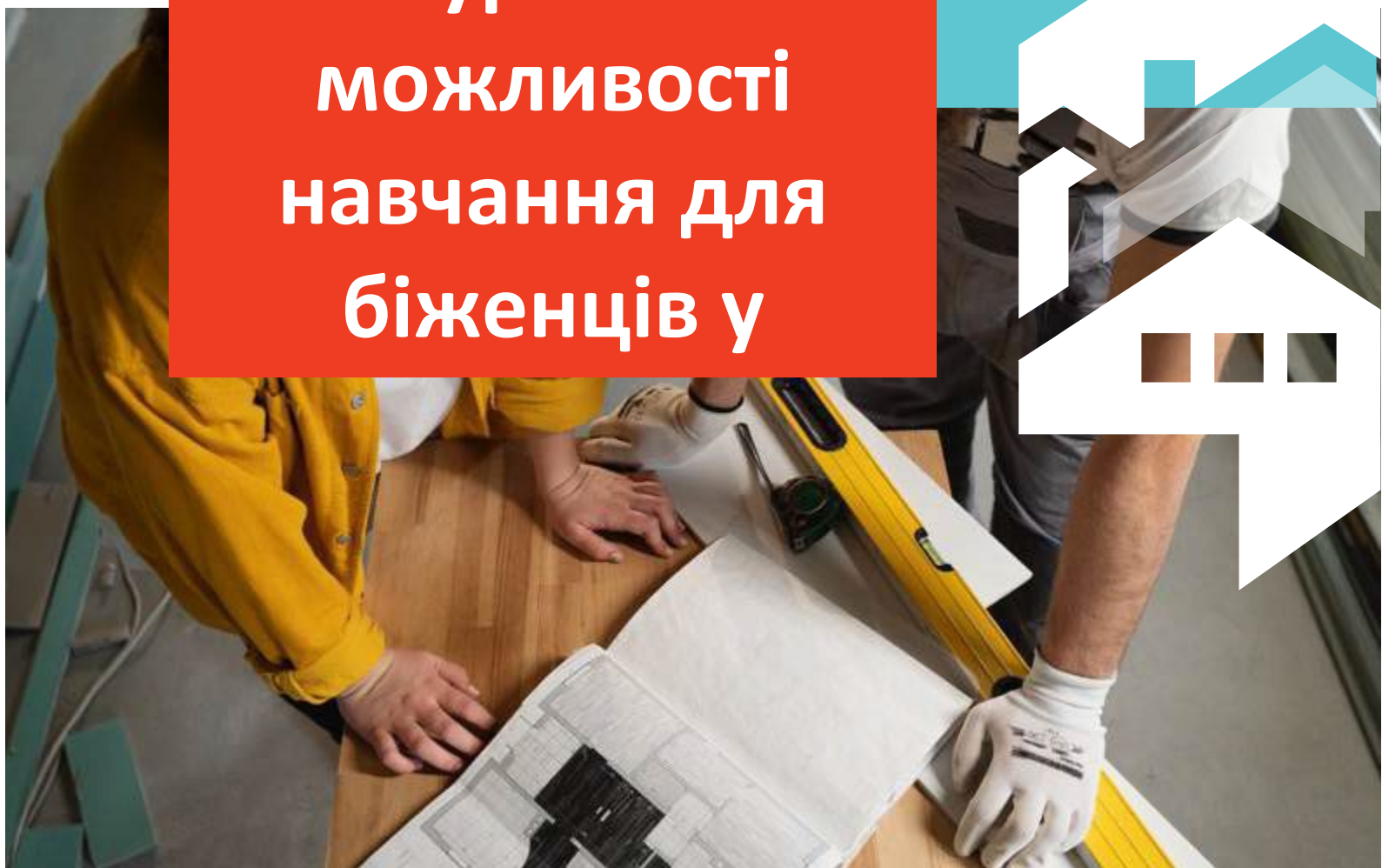
- Кафе для спілкування та мовні обміни
- Невеликі майстер-класи з питань повсякденного життя (планування бюджету, громадський транспорт, записи на прийом)
- Культурні заходи та кулінарні майстер-класи
- Допомога дітям у виконанні домашніх завдань
- Жіночі гуртки та батьківські групи

Чому це важливо

Ці групи допомагають людям відчувати себе частиною свого району та пропонують невимушену атмосферу для зміцнення впевненості в собі та практики французької мови.

02

**Курси та
МОЖЛИВОСТІ
навчання для
біженців у**



| Курси та можливості навчання для біженців у Франції

Біженці у Франції мають доступ до широкого спектру безкоштовних або субсидованих курсів, від вивчення французької мови та цифрових навичок до професійного навчання у таких сферах, як догляд за людьми, будівництво, готельний бізнес та транспорт. Навчання проводять національні НУО, муніципальні служби, державні програми інтеграції, державні освітні центри та громадські організації. Деякі програми також включають догляд за дітьми, субсидії на проїзд або індивідуальне наставництво.

У цьому розділі описано найдоступніші шляхи для біженців, щоб здобути нові навички, підготуватися до працевлаштування та набути впевненості у повсякденному житті.

А. Курси французької мови (безкоштовні або недорогі)

Французька мова є необхідною для спілкування з адміністрацією, працевлаштування та інтеграції. Біженці можуть отримати доступ до курсів через національний інтеграційний контракт, НУО, місцеві ради та громадські групи.

1. OFII – Contrat d'Intégration Républicaine (CIR)

Веб-сайт: <https://www.ofii.fr>

Французьке управління з питань імміграції та інтеграції (OFII) надає мовні курси нововизнаним біженцям та особам, які шукають притулку і отримують захист.

Що вони пропонують

- Безкоштовні курси французької мови (100–600 годин залежно від оціненого рівня)
- Дні громадянської освіти, під час яких пояснюються права, обов'язки та повсякденне життя у Франції
- Французька мова для повсякденних ситуацій та роботи
- Моніторинг та сертифікація наприкінці програми

Чому це корисно

Це офіційна програма зі структурованими курсами, які допомагають швидко розвинути мовні навички.

2. Муніципальні курси французької мови (Mairies / Centres Sociaux)

Місцеві ради проводять курси французької мови через громадські центри, бібліотеки та соціальні центри.

Характерні особливості

- Французька для початківців та середнього рівня
- Семінари з розмовної мови
- У деяких районах — класи тільки для жінок
- Групи, зручні для батьків, під час шкільних годин
- Безкоштовно або за дуже низькою ціною

Доступні в таких містах, як Париж, Ліон, Марсель, Бордо, Лілль, Тулуза та Нант.

3. Уроки французької мови від НУО

Пропонуються організаціями France Terre d'Asile, Forum Réfugiés, Secours Catholique, Червоним Хрестом, La Cimade, Centres Sociaux та місцевими благодійними організаціями.

Що вони пропонують

- Уроки в малих групах від рівня A1 до B1
- Кафе для спілкування та неформальні заняття
- Заняття з грамотності для людей з обмеженою освітою
- Культурна орієнтація та практичний словник
- Гнучкий розклад, зручний для тих, хто має дітей

Для кого це підходить

Людям, які віддають перевагу дружньому, спільнотному середовищу, а не формальним класам.

4. Мовні обміни під керівництвом волонтерів

Бібліотеки, сусідські асоціації та університети часто організовують безкоштовні групи для практики мови.

Заходи включають

- Кружки розмов
- Міжкультурні зустрічі
- Клуби читання
- Семінари з вимови

Ці заходи допомагають зміцнити впевненість у собі та зменшити соціальну ізоляцію.

Б. Цифрові навички та підготовка до працевлаштування

Цифрові компетенції стають дедалі важливішими на французькому ринку праці. Багато біженців починають з базових навичок роботи з комп'ютером і переходять до спеціалізованого навчання.

1. Pôle Emploi / France Travail

Веб-сайт: <https://www.francetravail.fr>

Національна служба зайнятості Франції надає підтримку у пошуку роботи та проводить навчання.

Курси включають

- Базові знання в галузі IT та цифрової грамотності
- Написання резюме та супровідного листа
- Підготовка до співбесід
- Використання онлайн-платформ для пошуку роботи
- Послуги з підбору вакансій та коучинг
- Інформація про права та безпеку на робочому місці

Корисно знати

Реєстрація у France Travail надає доступ до широкого спектру навчальних програм, що фінансуються державою.

2. Emmaüs Connect

Веб-сайт: <https://emmaus-connect.org>

Emmaüs Connect допомагає людям здобути необхідні цифрові навички для повсякденного життя.

Що вони пропонують

- Основи користування смартфоном та комп'ютером
- Користування електронною поштою, онлайн-інструментами та соціальними мережами
- Доступ до недорогих пристроїв
- Індивідуальна підтримка для людей, які не знайомі з цифровими платформами

3. Simplon.co

Веб-сайт: <https://simplon.co>

Неприбуткова організація з цифрового навчання.

Курси включають

- Програмування та веб-розробка
- Навички роботи в цифровому середовищі
- Програми підготовки технічних фахівців з IT-підтримки
- Підготовка до технічних посад початкового рівня

Деякі програми спеціально орієнтовані на біженців та новоприбулих.

4. Місцеві та регіональні ініціативи

Такі міста, як Париж, Ліон та Марсель, часто проводять цифрові семінари через:

- Громадських центрів
- медіалабораторій
- Молодіжних центрів
- Відділів освіти для дорослих (GRETA)

Вони часто є безкоштовними та призначені для початківців.

С. Професійні курси (будівництво, догляд за людьми, логістика, готельна справа)

Франція має потужну систему професійної підготовки, до якої біженці можуть отримати доступ, щойно отримають право на роботу. Навчання пропонується через France Travail, регіональні ради, НУО та акредитовані навчальні центри.

1. GRETA – Державні центри освіти для дорослих

Веб-сайт: <https://education.gouv.fr> (регіональні сторінки)

Центри GRETA пропонують професійні курси в багатьох галузях.

Типові курси

- Основи столярної справи, сантехніки та електротехніки
- Навички з обслуговування та будівництва
- Харчування, робота помічника кухаря та обслуговування в ресторані
- Прибирання та гігієна
- Робота на складі та навчання керуванню навантажувачем
- Робота в сфері догляду та допомоги по дому
- Адміністративні та клієнтські функції

Чому це корисно

Кваліфікації GRETA визнані на національному рівні та широко прийняті роботодавцями.

2. AFPA – Національне агентство з професійної підготовки дорослих

Веб-сайт: <https://www.afpa.fr>

AFPA забезпечує практичну, орієнтовану на роботу підготовку.

Курси включають

- Важка техніка та будівництво
- Логістика та транспорт
- Металообробка та зварювання
- Робота на рецепції готелю та в ресторані
- Догляд за літніми людьми (галузь з високим попитом)

Деякі центри пропонують курси, спеціально розроблені для біженців.

3. Професійне навчання за участю НУО

Надається організаціями France Terre d'Asile, Червоним Хрестом, Secours Catholique та місцевими асоціаціями.

Приклади

- Вступ до будівельних інструментів та технік
- Основи готельного бізнесу (кухня та прибирання)
- Програми підготовки помічників у роздрібній торгівлі та супермаркетах
- Підготовка до роботи помічником по догляду
- Майстер-класи з текстилю або курси шиття
- Допомога в отриманні сертифікатів з обробки харчових продуктів

Ці курси часто поєднують практичну підготовку з вивченням мови.

4. Стажування (Apprentissage)

Біженці, які володіють основами французької мови, можуть претендувати на оплачуване стажування.

Доступно в

- Будівництво
- Механіці
- Готельній справі
- Перукарство
- Логістика
- Роздрібна торгівля
- Харчування

Програми навчання поєднують навчання в аудиторії з оплачуваним стажуванням, що робить їх надійним шляхом до довгострокового працевлаштування.

D. Визнання та підвищення кваліфікації

Біженцям, які раніше працювали за кваліфікованими спеціальностями, може знадобитися офіційне визнання їхніх кваліфікацій.

1. Enic-Naric France – Визнання іноземних дипломів

Веб-сайт: <https://www.france-education-international.fr>

Вони пропонують

- Оцінку іноземних дипломів
- Свідоцтва про порівнянність для академічного або професійного використання
- Консультації щодо регульованих професій, таких як медицина або інженерія

Важливо

Терміни обробки можуть бути тривалими, тому рекомендується розпочати процес заздалегідь.

2. Підтвердження попереднього досвіду (VAE – Validation des Acquis de l'Expérience)

Офіційна система, що дозволяє людям підтвердити попередній досвід роботи.

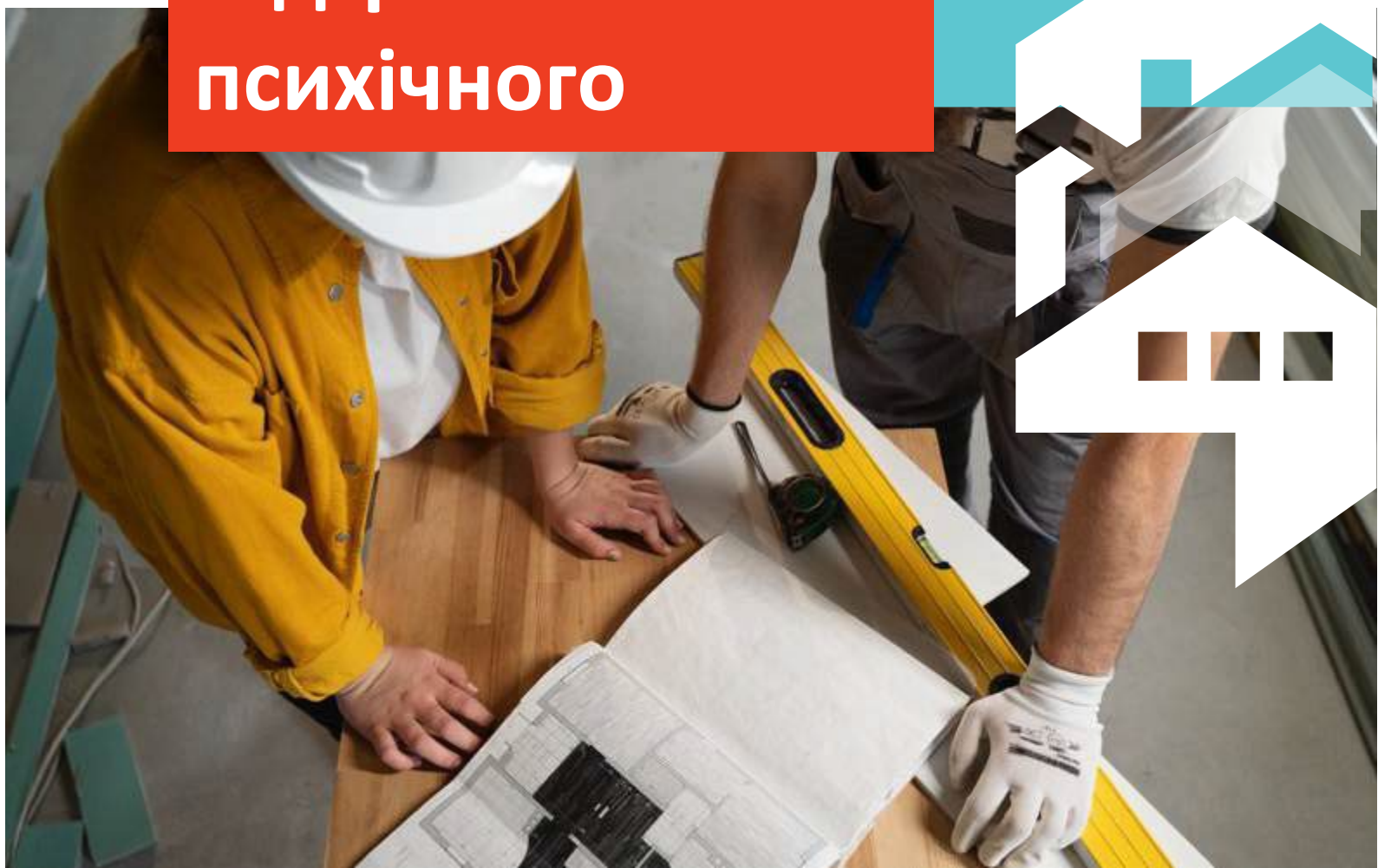
Переваги

- Отримання офіційної французької кваліфікації на основі вашого досвіду
- Доступ до навчання вищого рівня
- Покращення можливостей працевлаштування

VAE особливо корисна для людей, документи яких є неповними або загубленими.

03

Підтримка психічного



| Підтримка психічного здоров'я та благополуччя

Адаптація до життя у Франції може бути складною. Біженці часто стикаються з напругою, пов'язаною з процесом надання притулку, невизначеністю щодо майбутнього, фінансовим тиском, мовними бар'єрами та розлукою з родиною. Ці виклики можуть впливати на емоційне благополуччя. У Франції існує добре розвинена мережа організацій, що пропонують психологічну підтримку, консультування, допомогу в кризових ситуаціях та громадські заходи для дорослих, сімей та молоді, спрямовані на покращення благополуччя.

У цьому розділі описано, де можна знайти допомогу, як отримати доступ до послуг, не володіючи французькою мовою, та яка підтримка доступна по всій країні.

А. Основні НУО, що надають підтримку у сфері психічного здоров'я

Нижчезазначені організації надають безкоштовну або недорого емоційну та психологічну підтримку біженцям. Послуги надаються французькою мовою, а залежно від наявності персоналу — також англійською, арабською, дарі, пушту, тигрінью та іншими мовами.

France Terre d'Asile (FTDA) – Психосоціальна підтримка

Веб-сайт: <https://www.france-terre-asile.org>

Міста: різні регіони

FTDA інтегрує послуги з психічного здоров'я у свої ширші програми підтримки біженців.

Що вони пропонують

- Індивідуальні консультації з кваліфікованими психологами
- Підтримка для людей, які пережили травму, насильство або вимушене переселення
- Групові заняття, присвячені стресу, психологічній стійкості та подоланню невизначеності
- Підтримка та консультації з питань виховання дітей для сімей
- Соціальні працівники, які допомагають з житлом, медичними візитами та повсякденними проблемами
- Направлення до спеціалізованих служб психічного здоров'я, якщо це необхідно

Для кого це підходить

Дорослим та сім'ям, які потребують структурованої підтримки від фахівців, що мають досвід у сфері добробуту біженців.

Forum Réfugiés – Cosi

Веб-сайт: <https://forumrefugies.org>

Міста: Ліон, Клермон-Ферран, Гренобль, Ніцца та інші

Forum Réfugiés надає як емоційну, так і практичну підтримку людям, які перебувають у процесі отримання притулку.

Що вони пропонують

- Психологічні обстеження та консультування
- Кризову підтримку для людей, які переживають серйозний стрес
- Групи підтримки та семінари з покращення самопочуття
- Заходи для дітей та молоді
- Допомога в орієнтуванні в системі охорони здоров'я та спеціалізованих службах

Croix Rouge Française (Французький Червоний Хрест)

Веб-сайт: <https://www.croix-rouge.fr>

Міста: по всій країні

Французький Червоний Хрест включає підтримку психічного здоров'я до своєї мережі прийому та інтеграції.

Вони надають

- психологічну першу допомогу для новоприбулих шукачів притулку
- Консультації в центрах прийому
- Заходи для покращення добробуту громади (мистецтво, рух, релаксація)
- Підтримку жертвам експлуатації або торгівлі людьми

- Емоційна підтримка дітей та молоді

Чому це корисно

Програма широко представлена по всій Франції та охоплює як мешканців великих міст, так і невеликих містечок.

Secours Catholique – Caritas France

Веб-сайт: <https://www.secours-catholique.org>

Міста: по всій країні

Secours Catholique надає підтримку у сфері соціального забезпечення на рівні місцевих громад.

Що вони пропонують

- Неформальна емоційна підтримка та активне слухання
- Жіночі групи та батьківські кола
- Місцеві заходи, що допомагають подолати самотність
- Допомога у вирішенні адміністративних питань та щоденних проблем
- Направлення до психологів або соціальних служб у разі потреби

Médecins du Monde

Веб-сайт: <https://www.medecinsdumonde.org>

Міста: Париж, Ліон, Марсель, Нант, Страсбург та інші

Важливий постачальник послуг для людей, які мають труднощі з доступом до системи охорони здоров'я.

Вони пропонують

- Психологічні консультації
- Медичну та соціальну підтримку для вразливих мігрантів
- Допомога у кризових ситуаціях та при травмах у певних місцях
- Допомогу в орієнтуванні у системі охорони здоров'я та служб екстреної допомоги

Б. Психологічна підтримка дітей та молоді

Діти та підлітки можуть стикатися з труднощами під час переходу до нової школи, мовними бар'єрами та стресом, пов'язаним з переміщенням. Франція надає спеціалізовану підтримку дітям та підліткам як через державну систему охорони здоров'я, так і через НУО.

1. Центри психічного здоров'я дітей та підлітків (CMP / CMPP)

Державні клініки, що пропонують безкоштовну психологічну підтримку.

Послуги включають

- Психологічне обстеження
- Консультування та терапія
- Допомога з мовленням та мовою
- Консультації для сімей
- Направлення до спеціалізованих відділень у разі необхідності

Корисно знати

Отримання прийому може зайняти деякий час, але направлення також можуть надходити від шкіл або соціальних працівників.

2. Шкільна підтримка (Psychologues de l'Éducation Nationale)

Кожна державна школа у Франції має доступ до консультаційних та психологічних послуг.

Що вони пропонують

- Емоційна та поведінкова підтримка учнів
- Допомога в адаптації до школи та при труднощах з навчанням
- Зустрічі з батьками
- Направлення до зовнішніх служб психічного здоров'я

Школи часто співпрацюють з місцевими НУО для отримання додаткової підтримки.

3. Програми НУО для дітей та сімей

Франція Terre d'Asile, Forum Réfugiés, Червоний Хрест та Secours Catholique проводять:

- Допомогу з виконанням домашніх завдань та позашкільні гуртки
- Заходи з соціального та емоційного навчання
- Арт-терапію та творчі майстерні
- Групові заходи, що допомагають дітям адаптуватися до шкільного життя
- Семінари для батьків, які допомагають сім'ям адаптуватися до нового розпорядку дня

Чому це допомагає

Ці програми сприяють стабільності та впевненості дітей, які освоюють нове середовище.

С. Кризова підтримка та екстрена допомога

У разі надзвичайних ситуацій, пов'язаних із серйозним стресом, насильством або загрозою безпеці, по всій Франції доступні різні служби екстреної допомоги.

1. Номер екстреної служби: 112

Для отримання невідкладної медичної, поліцейської або пожежної допомоги.

2. «15» – гаряча лінія медичної екстреної допомоги

З'єднує абонентів із SAMU (службою екстреної медичної допомоги), включаючи психіатричні надзвичайні ситуації.

3. Гаряча лінія з питань домашнього насильства та зловживань: 3919

Доступна цілодобово, безкоштовно та конфіденційно.

Надає підтримку людям, які зазнають

- домашнім насильством
- погрозами або контролем
- Емоційним або психологічним насильством
- Сексуальне насильство

Залежно від кол-центру можуть бути доступні послуги перекладача.

4. Соціальна служба екстреної допомоги Samu Social (115)

Загальнонаціональна служба, що надає:

- Тимчасовий притулок
- Негайну допомогу людям, які опинилися на вулиці
- Кризове втручання для вразливих осіб
- Нічні автобуси («maraudes»), що пропонують їжу, ковдри та базову підтримку

Корисно для

Людей, які опинилися без житла або в безпосередній небезпеці.

5. Психіатричні відділення швидкої допомоги в лікарнях

У більшості лікарень є відділення психіатричної швидкої допомоги.

Вони надають

- Негайну оцінку
- Підтримку в кризових ситуаціях
- Короткостроковий догляд
- Направлення на подальше лікування до громадських служб

Будь-хто може звернутися безпосередньо до відділення невідкладної допомоги (Urgences), якщо відчуває небезпеку.

D. Громадські заходи, спрямовані на покращення самопочуття

Багато людей отримують користь від регулярних соціальних контактів, творчих заходів та громадських подій. Ці заходи допомагають налагодити розпорядок дня, зменшити відчуття ізоляції та підтримати емоційне

благополуччя.

1. Групи для спілкування та громадські кав'ярні

Пропонуються організаціями Secours Catholique, Червоним Хрестом, Centres Sociaux, громадськими кафе та групами волонтерів.

Заходи включають

- Кружки для спілкування
- Спільні трапези
- Культурні виїзди
- Групи для прогулянок
- Неформальні зустрічі, що сприяють налагодженню соціальних зв'язків

2. Жіночі групи та сімейні кола

Організуються НУО та громадськими центрами.

Вони пропонують

- Безпечний простір для обговорення проблем
- Семінари з виховання дітей
- Творчі заняття, такі як шиття, мистецтво та кулінарія
- Мережі взаємодопомоги для жінок

3. Програми з мистецтва, спорту та творчого благополуччя

Доступні в громадських центрах, будинках культури та молодіжних організаціях.

Приклади

- Арт-терапія
- Заняття з музики та руху
- Майстер-класи з фотографії та розповіді історій
- Групи з йоги або легких фізичних вправ
- Спортивні та активні заходи на свіжому повітрі для молоді

Це особливо корисно для людей, яким офіційна терапія здається незвичним або складним процесом.

4. Релігійні та культурні об'єднання

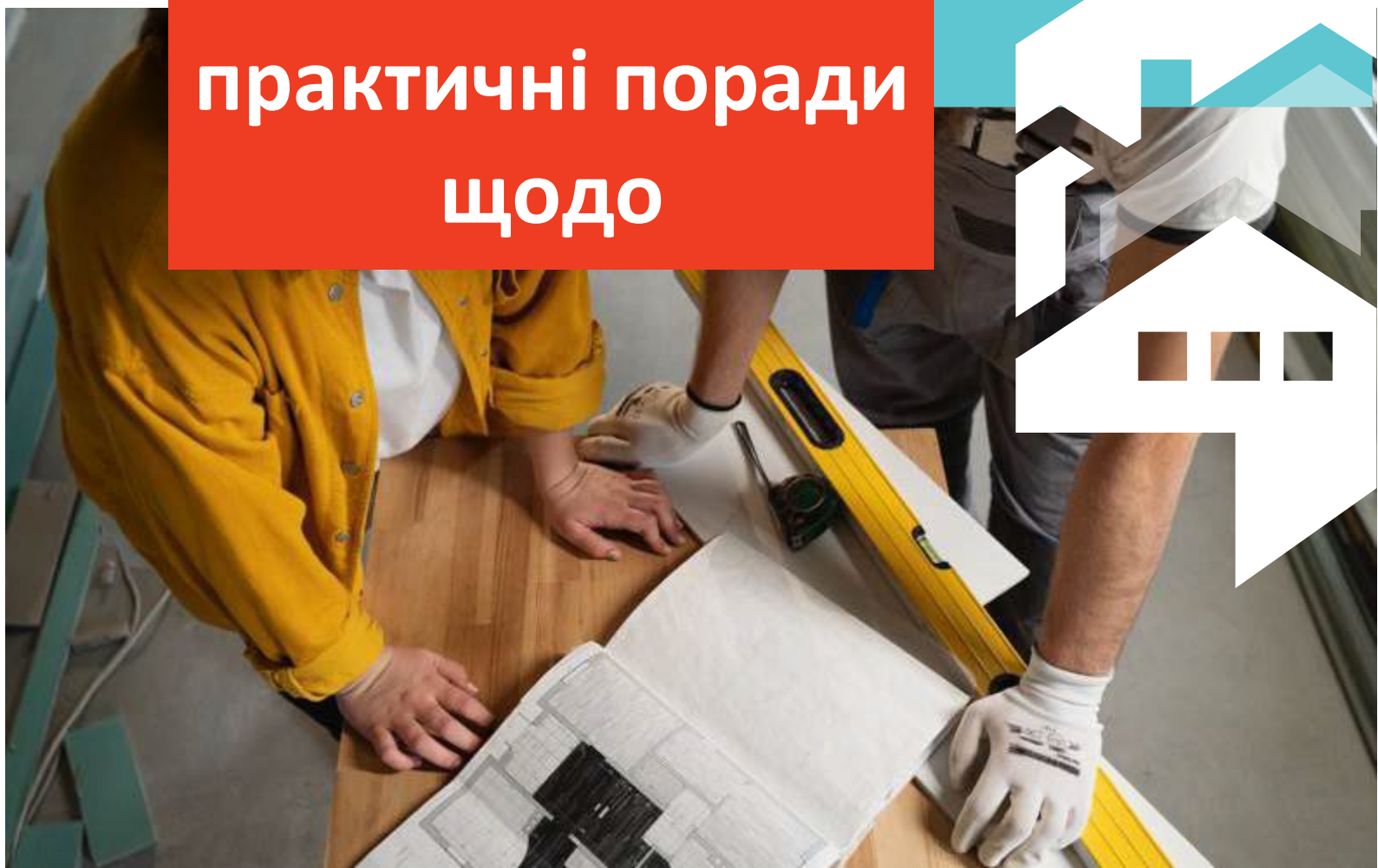
Церкви, мечеті, храми та культурні групи часто надають неформальну підтримку новоприбулим.

Типова підтримка

- Емоційна підтримка від лідерів громади
- Групи однолітків, що спілкуються рідною мовою
- Сімейні заходи та культурні свята
- Практична допомога у виконанні повсякденних завдань

04

Житло та практичні поради щодо



| Житло та практичні поради щодо повсякденного життя

Пошук стабільного житла та орієнтування у повсякденних системах може бути складним завданням для біженців у Франції. Ринок житла у багатьох регіонах є конкурентним, адміністративні процедури можуть бути повільними, а соціальні послуги різняться залежно від регіону. Розуміння того, де можна отримати допомогу та як впоратися з основними повсякденними завданнями, може значно полегшити перші місяці перебування у Франції. У цьому розділі описано найпоширеніші джерела допомоги з питань житла, а також надано практичні поради щодо охорони здоров'я, транспорту, банківських послуг, освіти та інших важливих питань.

Допомога з житлом

Житло для біженців у Франції в основному базується на двох системах:

1. **Національна програма прийому**, якою керують OFII та НУО, що забезпечує тимчасове житло для осіб, які мають право на отримання притулку, та визнаних біженців.
2. **Приватний ринок оренди**, де більшість людей зрештою шукають довгострокове житло.

НУО, соціальні працівники та муніципальні служби відіграють центральну роль у підтримці біженців під час їх переїзду з тимчасових центрів до самостійного житла.

OFII – Національна система прийому

Веб-сайт: <https://www.ofii.fr>

OFII координує розміщення осіб, які шукають притулку, та нещодавно визнаних біженців через центри по всій країні.

Що вони пропонують

- Тимчасове житло в приймальних центрах (CADA, HUDA, PRAHDA)
- Соціальна підтримка, включаючи допомогу з медичним обслуговуванням та записом на прийом
- Допомога у пошуку довгострокового житла після виходу з системи
- Консультації щодо адміністративних процедур, пов'язаних із житлом

Чому це важливо

Часто це перша точка підтримки у питаннях житла для шукачів притулку у Франції.

France Terre d'Asile (FTDA)

Веб-сайт: <https://www.france-terre-asile.org>

Міста: Різні регіони

FTDA управляє кількома центрами розміщення та інтеграції.

Вони пропонують

- Тимчасове житло у спеціалізованих закладах
- Допомогу у пошуку приватного житла
- Допомогу з оформленням заяв на оренду та роз'яснення адміністративних вимог
- Посередництво між орендарями та орендодавцями у разі виникнення проблем
- Допомогу з отриманням житлових субсидій та подачею заяв на соціальне житло

Forum Réfugiés – Cosi

Веб-сайт: <https://forumrefugies.org>

Міста: Південно-східна та центральна Франція

Forum Réfugiés управляє житловими центрами та надає підтримку людям, які переїжджають у приватне житло.

Допомога включає

- Тимчасове розміщення в приймальних центрах або перехідному житлі
- Допомогу в розумінні договорів оренди
- Поради щодо управління комунальними послугами (електрика, газ, інтернет)
- Допомога з реєстрацією за адресою та отриманням житлових субсидій
- Поради щодо планування бюджету на оренду та комунальні послуги

Croix Rouge Française (Червоний Хрест)

Веб-сайт: <https://www.croix-rouge.fr>

Міста: по всій країні

Червоний Хрест надає тимчасове житло та допомогу в інтеграції.

Що вони пропонують

- Тимчасове житло для вразливих осіб
- Допомога у пошуку короткострокового або тимчасового житла
- Адміністративна підтримка при поданні заяв на оренду
- Практичні семінари з прав орендарів

Secours Catholique – Caritas France

Веб-сайт: <https://www.secours-catholique.org>

Міста: по всій країні

Secours Catholique пропонує неформальну та громадську підтримку.

Вони надають

- Допомогу в пошуку доступного житла
- Допомогу в читанні та розумінні договорів оренди
- Направлення до притулків або служб соціального житла
- Місцеві мережі підтримки для людей, які стикаються з житловими проблемами

Муніципальні соціальні служби (Centres Communaux d'Action Sociale – CCAS)

Доступно у всіх містах

Послуги включають

- Інформація про житло в надзвичайних ситуаціях
- Допомога з подачею заявки на соціальне житло (HLM)
- Доступ до фінансової допомоги на оплату електроенергії, транспорт або товари першої необхідності
- Зустрічі з соціальними працівниками, які можуть допомогти з заповненням форм та процедурами

Пошук оренди житла в Інтернеті

Ринок приватної оренди житла у Франції є конкурентним, особливо в таких містах, як Париж, Ліон та Ніцца.

Найчастіше використовуються такі веб-сайти:

- <https://www.leboncoin.fr>
- <https://www.seloger.com>
- <https://www.pap.fr>
- <https://www.fnaim.fr> (агентства нерухомості)
- <https://www.locservice.fr>

Поради щодо безпечного пошуку

- Уникайте сплати застави до огляду нерухомості
- Переконайтеся, що договори складені в письмовій формі та підписані обома сторонами
- Будьте обережні з пропозиціями, які здаються занадто дешевими
- Попросіть роз'яснити питання щодо витрат (комунальні послуги, будівельні збори, податки)
- Якщо ви не впевнені, візьміть із собою соціального працівника або волонтера для перевірки договорів

Розуміння договорів оренди (Bail de Location)

Стандартний французький договір оренди містить:

- Імена та ідентифікаційні номери орендодавця та орендаря
- Адресу та тип нерухомості
- Суму орендної плати та дату її сплати
- Заставу (зазвичай у розмірі місячної орендної плати)
- Додаткові витрати (витрати на обслуговування, комунальні послуги, податок на вивіз сміття)
- Вимоги щодо страхування
- Термін оренди (зазвичай три роки для немебльованого житла, один рік для мебльованого)
- Опис майна (état des lieux)

Важливо

Орендарі повинні укласти договір страхування житла (*assurance habitation*) до заселення.

Житлові субсидії та соціальне житло

CAF – Каса сімейних допомог

Веб-сайт: <https://www.caf.fr>

CAF надає такі житлові субсидії:

- **APL** – Aide Personnalisée au Logement
- **ALS / ALF** – інші види житлової допомоги залежно від ситуації

Ці субсидії можуть значно зменшити щомісячну орендну плату. Заявки подаються онлайн, а допомогу в їх оформленні можуть надати соціальні працівники або НУО.

HLM – соціальне житло

Соціальне житло існує по всій Франції, але черги на нього можуть бути довгими.

Щоб подати заявку

- Подайте форму (dossier logement social) через місцеву мерію або онлайн
- Поновлюйте заявку щороку, доки вам не запропонують житло
- Надайте необхідні документи (паспорт, дозвіл на проживання, відомості про доходи)

Соціальні працівники часто допомагають у цьому процесі.

Практичні поради на щодень

Розуміння повсякденних систем є необхідним для зменшення стресу та набуття незалежності.

1. Охорона здоров'я

Франція має потужну систему державного медичного страхування (*Assurance Maladie*). Біженці, як правило, мають право на страхування.

Кроки для отримання медичної допомоги

- Зареєструйтеся для отримання медичного страхування через CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)
- Подайте заявку на отримання медичної картки (*carte Vitale*)
- Виберіть сімейного лікаря (*médecin traitant*)

Служби екстреної допомоги

- **112** – загальний номер екстреної допомоги
- **15** – медична швидка допомога (SAMU)

Мовна підтримка

НУО часто супроводжують людей на прийом, якщо потрібні послуги перекладача.

2. Громадський транспорт

У великих містах є розгалужена транспортна мережа.

Приклади

- **Париж:** RER, метро, автобуси, трамваї (проїзний Navigo)
- **Ліон:** мережа TCL
- **Марсель:** мережа RTM
- **Тулуза:** Tisséo
- **Ліль:** Ilévia

Місячні проїзні квитки дешевші за разові, а в деяких регіонах для пасажирів з низьким рівнем доходу передбачені пільгові тарифи.

3. Відкриття банківського рахунку

До найпоширеніших банків належать:

- Crédit Agricole
- BNP Paribas
- Société Générale
- La Banque Postale
- Crédit Mutuel

Документи, які часто вимагаються

- Паспорт або дозвіл на проживання
- Підтвердження адреси (довідка про проживання або рахунок за комунальні послуги)

- Номер телефону
- Іноді підтвердження доходу або виплат від CAF

Багато банків пропонують базові послуги «права на рахунок», якщо відкрити рахунок складно.

4. Мобільні телефони та Інтернет

Основні оператори:

- Orange
- SFR
- Bouygues Telecom
- Free Mobile

Передплачені SIM-картки легко придбати, а недорогі щомісячні тарифи широко доступні.

5. Продукти харчування, товари першої необхідності та бюджетні покупки

До доступних супермаркетів належать:

- Lidl
- Aldi
- Carrefour
- Auchan
- Intermarché
- Leclerc

Громадські організації часто роздають продовольчі набори сім'ям, які цього потребують.

Варіанти з секонд-хенду

- Магазини «Еммаус»
- Le Bon Coin
- Місцеві центри переробки відходів (ressourceries)

6. Освіта та школи

Державна освіта є безкоштовною.

Щоб записати дитину

- Зверніться до місцевої мерії
- Надайте посвідчення особи та картку щеплень
- Заповніть реєстраційну форму у відповідній школі
- Діти можуть отримати додаткову допомогу з вивчення французької мови (групи UPE2A)

Школи також забезпечують харчування та догляд за дітьми після занять (за додаткову плату, але часто за рахунок субсидій).

7. Повсякденні адміністративні питання

Основні установи:

- **Mairie (міська рада)** – реєстрація за адресою, зарахування до школи, соціальні послуги
- **Префектура / Супрефектура** – дозволи на проживання та процедури надання притулку
- **CAF** – сімейні допомоги та допомога з житлом
- **CPAM** – реєстрація в системі охорони здоров'я
- **France Travail (раніше Pôle Emploi)** – служби зайнятості
- **CCAS** – муніципальна соціальна допомога

НУО можуть допомогти з:

- Заповнення форм
- Записом на прийом
- Розумінні онлайн-платформ
- Підготовці документів для адміністративних процедур

Практичні поради на основі досвіду новоприбулих

- Завжди зберігайте копії договорів, квитанцій та офіційних листів
- Не соромтеся просити про допомогу з онлайн-формами та записом на прийом
- Відвідуйте місцеві громадські заходи, щоб створити соціальну мережу
- Якнайшвидше вивчіть прості французькі фрази — вони значно полегшать виконання повсякденних

завдань

- Попросіть соціального працівника або представника НУО перевірити будь-який документ, який ви не до кінця розумієте
- Користуйтеся безкоштовними послугами місцевих бібліотек та громадських центрів