



www.welcomeworkproject.eu

Життя та робота в Ірландії



Зміст

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

| Життя та робота в Ірландії як біженець

Практичний посібник щодо підтримки громади, курсів та повсякденної інтеграції

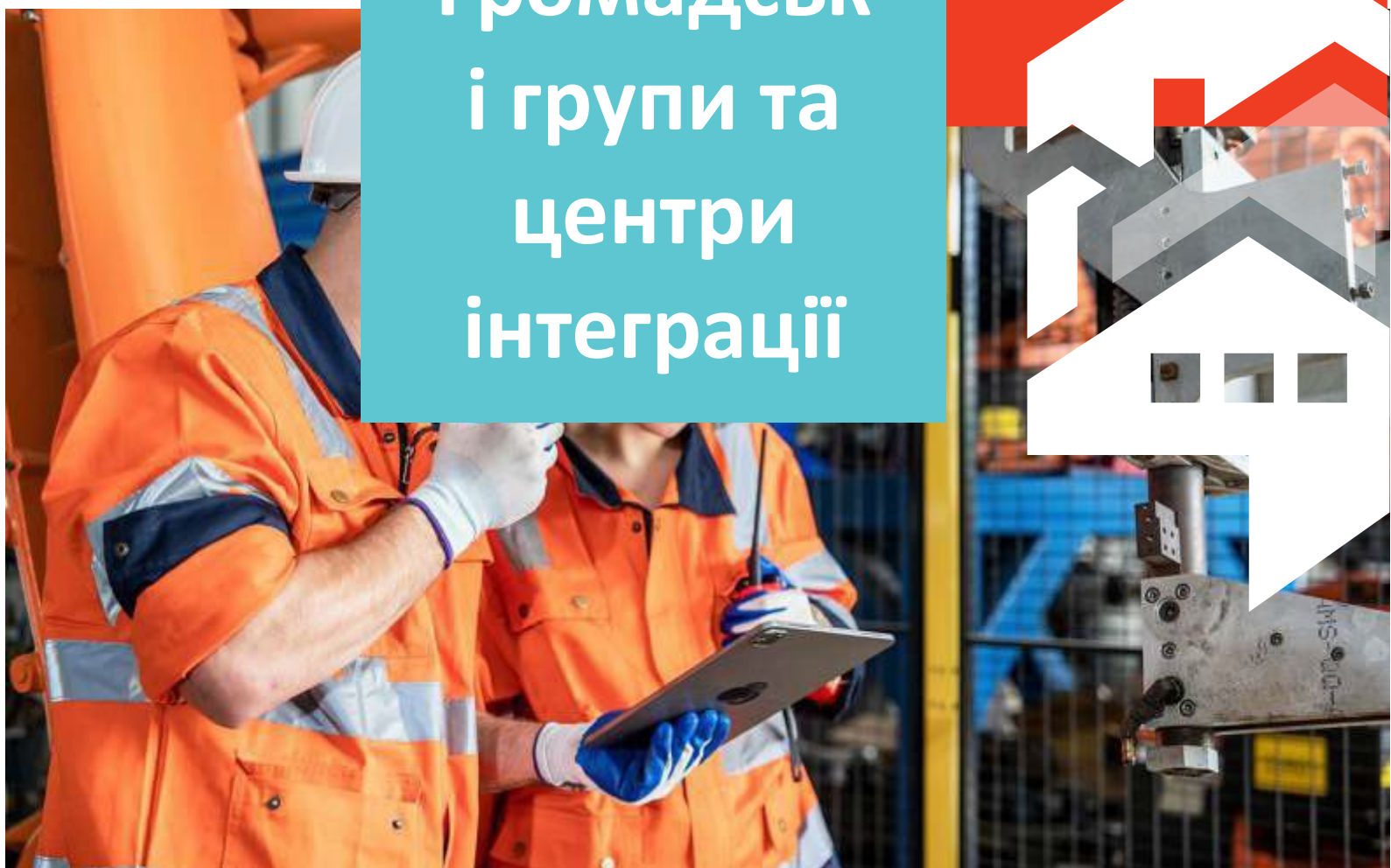
Ірландія стала важливим пунктом призначення для людей, які шукають захисту, особливо з Східної Європи, Африки та Близького Сходу. Біженці прибувають з різним досвідом, навичками та минулим, а Ірландія пропонує поєднання державних послуг, підтримки місцевої влади та потужної мережі НУО, благодійних організацій та громадських груп, щоб допомогти людям влаштуватися. Ці організації допомагають з вивченням мови, працевлаштуванням, доступом до охорони здоров'я, освітою та розумінням ірландських систем, а також створюють можливості для знайомства з місцевими жителями та побудови соціальних мереж.

Водночас перші місяці в Ірландії можуть видатися складними. Процес надання притулку може бути тривалим, житло часто надається державою, але його якість та розташування можуть бути різними, а для виконання багатьох завдань потрібно орієнтуватися в незнайомих системах, таких як картка державних послуг та урядові онлайн-платформи. Англійська мова є широко поширеною, але може знадобитися час, щоб звикнути до акцентів та повсякденних виразів. У деяких сільських місцевостях також пропонується менше послуг, що може посилити відчуття ізоляції для новоприбулих сімей та осіб.

Цей посібник містить практичну інформацію, яка допоможе біженцям легше адаптуватися до повсякденного життя. У ньому описано центри громадської підтримки, можливості навчання, послуги з забезпечення добробуту, консультації з питань житла та основні державні системи. Незалежно від того, чи мешкає людина в Дубліні, Корку, Лімеріку, Голуеї, Уотерфордї чи в меншому містечку, мета цього посібника — надати чіткі рекомендації та контакти надійних організацій, які сприяють довгостроковій інтеграції, стабільності та незалежності в Ірландії.

01

Громадськ і групи та центри інтеграції



| Громадські групи та центри інтеграції

Мережа підтримки біженців в Ірландії побудована на співпраці між національними НУО, місцевими організаціями з розвитку, державними службами та громадськими групами, очолюваними волонтерами. Підтримка різниться залежно від місцевості, особливо між великими містами та сільськими районами, але новоприбулі зазвичай можуть отримати допомогу з вивчення мови, взяти участь у соціальних заходах, отримати практичні поради та відвідати громадські події через організації, перелічені нижче. Ці центри відіграють важливу роль у допомозі біженцям зрозуміти ірландські системи, набутти впевненості та налагодити зв'язки з місцевими громадами.

Національні НУО з фізичними центрами та загальнонаціональним охопленням

Ці організації пропонують структуровану підтримку особам, які шукають притулку, біженцям та вразливим мігрантам по всій Ірландії.

Ірландська рада з питань біженців (IRC)

Веб-сайт: <https://www.irishrefugeecouncil.ie>

Міста: Дублін (з послугами по всій країні)

IRC є ключовою організацією, що надає підтримку людям під час процесу отримання притулку та на початковому етапі інтеграції.

Що вони пропонують

- Інформація та консультації щодо процесу отримання притулку
- Послуги без попереднього запису для отримання практичної підтримки (Дублін)
- Допомога в отриманні доступу до медичного обслуговування, освіти та соціального забезпечення
- Консультації з питань житла для осіб, яким надано захист
- Послуги для молоді та програми наставництва
- Курси англійської мови, семінари та громадські заходи
- Направлення до юридичних служб та служб психічного здоров'я за потреби

Чому це корисно

Це забезпечує чітку підтримку, орієнтовану на права, та практичні поради щодо повсякденного життя.

Центр прав мігрантів Ірландії (MRCI)

Веб-сайт: <https://www.mrci.ie>

Місто: Дублін (національна гаряча лінія)

MRCI надає підтримку мігрантам, які стикаються з проблемами на робочому місці, експлуатацією або мають труднощі з розумінням трудових прав.

Що вони пропонують

- Консультації щодо прав працівників та умов праці
- Підтримка для людей, які працюють на низькооплачуваних або вразливих робочих місцях
- Семінари з англійської мови та цифрових навичок
- Громадські групи та програми лідерства
- Допомога в отриманні доступу до послуг соціального захисту

Підходить для

біженців, які готуються до роботи або стикаються з несправедливим ставленням.

Nasc – Центр прав мігрантів та біженців

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

Місто: Корк (з національною гарячою лінією)

Nasc надає юридичну та соціальну підтримку біженцям, особам, які шукають притулку, та мігрантам.

Вони пропонують

- Юридичні консультації щодо проживання, возз'єднання сімей та громадянства
- Допомогу з питань соціального забезпечення та доступу до послуг
- Заняття з англійської мови
- Підтримку молоді та сім'ї
- Громадські заходи та семінари з інтеграції

Crosscare (включно з Проектом для мігрантів)

Веб-сайт: <https://www.crosscare.ie>

Міста: Дублін, Віклоу та прилеглі графства

Crosscare працює з вразливими особами та сім'ями.

Що вони пропонують

- Соціальна підтримка для людей, які перебувають у програмі Direct Provision та тимчасовому житлі
- Допомога у вирішенні питань соціального забезпечення, житла та інтеграції
- Громадські обіди, продовольчі банки та підтримка сімей
- Послуги для молоді та наставництво
- Консультації з питань міграції в рамках проекту Crosscare Migrant Project

Ірландський Червоний Хрест

Веб-сайт: <https://www.redcross.ie>

Міста: по всій країні

Ірландський Червоний Хрест має програми, присвячені підтримці людей у системі надання притулку та захисту.

Вони надають

- Екстрену допомогу та предмети першої необхідності
- Програми спонсорства з боку громади
- Групи з вивчення англійської мови у багатьох округах
- Заходи з інтеграції біженців
- Допомога у налагодженні зв'язків між волонтерами та новоприбулими

Місцеві служби інтеграції та організації з розвитку громади

У багатьох містах та графствах діють місцеві організації, що фінансуються з метою підтримки інтеграції. Послуги варіюються, але часто включають мовні курси, соціальні заходи, інформаційні сесії та практичні рекомендації.

Місцеві компанії з розвитку (LDC)

Доступні у всіх округах

LDC реалізують програми інтеграції, що фінансуються в рамках Програми соціальної інклюзії та активізації громади (SICAP).

Поширені послуги

- Курси англійської мови та групи для розмов
- Семінари з працевлаштування та допомога у складанні резюме
- Заняття з цифрових навичок
- Жіночі групи та підтримка сім'ї
- Громадські заходи та міжкультурні проекти
- Допомога в отриманні доступу до місцевих послуг та пільг

Прикладами є South Dublin Partnership, Cork City Partnership, Galway City Partnership та інші.

Міжкультурні та громадські центри

У містах та селищах по всій Ірландії діють невеликі громадські центри, які радо приймають новоприбулих.

Вони пропонують

- групи для розмовної англійської
- Практичну допомогу з заповненням форм та записом на прийом
- Соціальні зустрічі та культурні заходи
- Програми для сімей та молоді
- Можливості волонтерської роботи на місцевому рівні

Приклади:

- **Doras** (Лімерик) – підтримка та захист прав біженців
- **Підтримка мігрантської спільноти в Голуї**
- Групи **Fáilte Isteach** (по всій країні)
- **Ресурси громади Лонгфорда**
- **Групи підтримки «Bray Women's Refuge»**

Fáilte Isteach – Громадські групи для розмови англійською мовою

Веб-сайт: <https://www.thirdageireland.ie/failte-isteach>

По всій країні

Національна мережа курсів для дорослих, які проводяться волонтерами.

Що вони пропонують

- Безкоштовні курси англійської мови
- Дружня, невимушена атмосфера навчання
- Заняття проводяться в громадських центрах, бібліотеках та парафіяльних залах
- Чудово підходить для зміцнення впевненості в собі та подолання відчуття ізоляції

Бібліотеки (Служба публічних бібліотек)

По всій країні

Бібліотеки відіграють центральну роль у інтеграції громади.

Вони пропонують

- курси англійської мови та групи для розмов
- Доступ до комп'ютерів, друку та Wi-Fi
- Семінари з цифрових навичок та ірландських систем
- Час казок та заходи для дітей
- Безпечні, затишні місця для навчання або спілкування

Релігійні та культурні організації

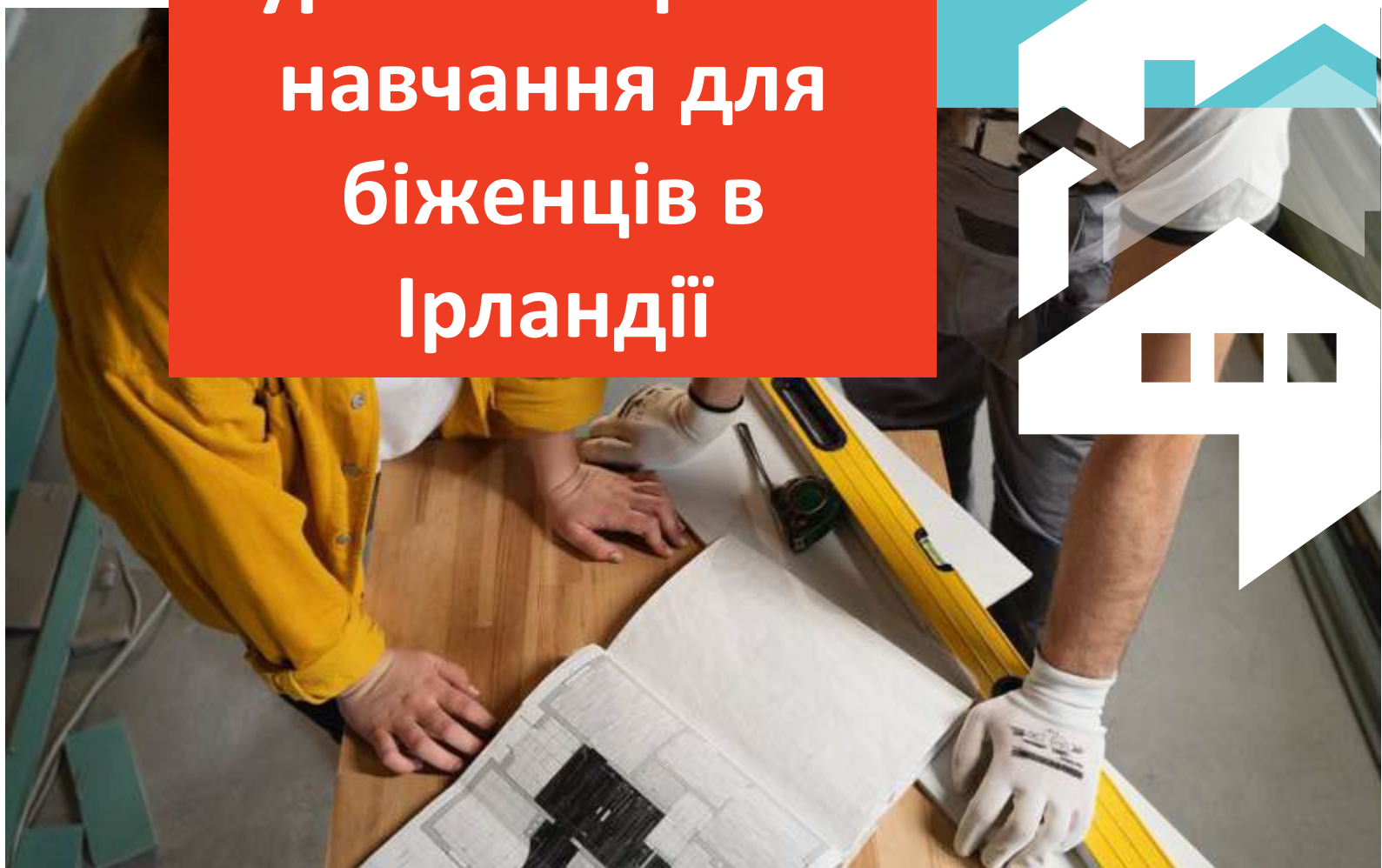
Церкви, мечеті, храми та культурні асоціації пропонують підтримку та зв'язки з громадою.

Типові заходи

- Практика англійської мови
- Соціальні зустрічі та спільні трапези
- Безпечні місця для жінок та сімей
- Підтримка для людей, які відчувають себе ізольованими
- Допомога з одягом, їжею або шкільним приладдям

02

Курси та варіанти навчання для біженців в Ірландії



| Курси та можливості навчання для біженців в Ірландії

Біженці в Ірландії можуть скористатися широким спектром безкоштовних або субсидованих курсів, призначених для вивчення англійської мови, цифрової грамотності, професійних навичок та підготовки до працевлаштування. Навчання проводять національні НУО, місцеві компанії з розвитку, громадські центри, заклади освіти для дорослих та державні програми, такі як ЕТВ (Ради з освіти та навчання). Багато варіантів є гнучкими, придатними для початківців та адаптованими до потреб людей, які адаптуються до життя в Ірландії. У цьому розділі описано практичні та доступні шляхи для біженців, щоб здобути нові навички та збільшити свої шанси на працевлаштування.

Курси англійської мови (безкоштовні або недорогі)

Англійська мова є необхідною для повсякденного життя, працевлаштування та доступу до ірландських державних послуг. Біженці можуть відвідувати офіційні та неофіційні заняття по всій країні.

1. Центри освіти для дорослих ЕТВ (Ради з питань освіти та навчання)

Веб-сайт: www.etbi.ie

По всій країні

ЕТВ надають формальну освіту з англійської мови (ESOL) для дорослих.

Що вони пропонують

- Курси англійської мови від початкового до просунутого рівня
- Курси з грамотності для дорослих з обмеженою освітою
- Підготовка до іспитів (IELTS або Cambridge, у деяких центрах)
- Англійська для роботи та практичного повсякденного спілкування
- Неповний робочий день, гнучкий графік, часто під час шкільних годин

Чому це корисно

Курси ЕТВ мають чітку структуру, є безкоштовними та доступними у всіх графствах.

2. Fáilte Isteach – курси розмовної мови для громади

Веб-сайт: <https://www.thirdageireland.ie/failte-isteach>

По всій країні

Загальнонаціональна мережа груп з розмовної англійської, які ведуть волонтери.

Вони пропонують

- Неформальну практику розмовної мови
- Дружні, гостинні заняття в бібліотеках та громадських центрах
- Групи, що надають підтримку, ідеальні для початківців
- Безкоштовне навчання та відсутність бюрократичних процедур для вступу

3. Курси англійської мови, що проводяться НУО

Доступні через Ірландську раду з питань біженців, Nasc, Crosscare, Doras та місцеві компанії з розвитку.

Загальні особливості

- Англійська для початківців та середнього рівня
- Невеликі групи з гнучким розкладом
- Навчання, орієнтоване на розмову
- У деяких центрах проводяться заняття виключно для жінок
- Англійська для повсякденних завдань (медицина, покупки, зустрічі)

Це ідеальний варіант для тих, хто віддає перевагу підтримці з боку спільноти.

4. Бібліотеки та громадські центри

Багато бібліотек організовують групи для розмовної англійської та базові курси для дорослих.

Заходи включають

- Клуби розмовної англійської
- Групи читання
- Культурні та соціальні заходи
- Доступ до матеріалів для вивчення англійської мови та онлайн-інструментів

Цифрові навички та підготовка до працевлаштування

Цифрова грамотність стає дедалі важливішою для пошуку роботи, користування системами соціального забезпечення та онлайн-записів в Ірландії.

1. Місцеві компанії з розвитку (програми SICAP)

На національному рівні

В рамках Програми соціальної інтеграції та активізації громади LDC пропонують:

Курси включають

- Базові навички роботи з комп'ютером та смартфоном
- Користування електронною поштою, онлайн-формами та державними послугами
- Семінари з написання резюме та пошуку роботи
- Підготовку до співбесіди
- Цифрова безпека та онлайн-комунікація
- Консультації щодо доступу до подальшого навчання

2. Програми ЕТВ «Навички для розвитку» та «Навички для роботи»

ЕТВ проводять програми, спрямовані на покращення перспектив працевлаштування.

Підтримка включає

- Навчання цифровим навичкам
- Офісне програмне забезпечення (Word, Excel, PowerPoint)
- Навички обслуговування клієнтів та адміністративні навички
- Комунікація на робочому місці
- Короткі професійні курси у співпраці з місцевими роботодавцями

3. Програми підготовки до працевлаштування, що реалізуються НУО

Такі організації, як Ірландська рада з питань біженців, MRCI та Nasc, надають:

- Допомогу у складанні резюме та подачі заявки на роботу
- Підготовку до співбесіди
- Семінари з питань трудових прав
- Доступ до можливостей волонтерства та набуття досвіду роботи
- Програми наставництва для молоді

Ці програми особливо корисні для тих, хто прагне набуття впевненості перед виходом на ринок праці.

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

Ірландія пропонує багато можливостей для навчання у секторах з високим попитом, зокрема у сфері готельного бізнесу, соціальної допомоги, будівництва, транспорту та роздрібної торгівлі.

1. Професійні курси ЕТВ (подальша освіта та навчання – FET)

Проводяться через місцеві ЕТВ та навчальні центри.

Популярні курси

- Помічник медичного працівника
- Догляд за дітьми та підтримка дітей дошкільного віку
- Готельний бізнес та громадське харчування
- Роздрібна торгівля та обслуговування клієнтів
- Робота на складі та з навантажувачем
- Будівельні навички
- Косметологія та перукарська справа
- Управління бізнесом
- Комп'ютерна та ІТ-підтримка

Курси можуть включати стажування, що допомагає біженцям набути практичного досвіду.

2. Skillnet Ireland

Веб-сайт: <https://www.skillnetireland.ie>

Skillnet надає субсидовані навчальні програми через галузеві мережі.

Курси включають

- ІТ та цифрові навички
- Навчання у сфері гостинності та туризму
- Охорона здоров'я та догляд
- Виробництво та безпека харчових продуктів
- Робота в роздрібній торгівлі та з клієнтами

Деякі мережі Skillnet надають пріоритет новоприбулим або пропонують знижені тарифи.

3. Професійне навчання на рівні громади

Місцеві громадські центри, жіночі групи та LDC часто проводять короткі курси, такі як:

- Шиття та текстиль
- Основи кулінарії та гігієни харчування
- Прибирання та обслуговування приміщень
- Догляд за садом

- Основи обслуговування клієнтів
- Майстер-класи з перукарського мистецтва та косметології
- Навички творчості та рукоділля

Ці курси доступні навіть без високого рівня володіння англійською мовою.

4. Курси Springboard+ та курси вищої освіти

Веб-сайт: <https://www.springboardcourses.ie>

Springboard+ пропонує безкоштовні або субсидовані курси вищої освіти в таких сферах, як:

- ІКТ та розробка програмного забезпечення
- Бізнес та управлінські навички
- Охорона здоров'я та медичне адміністрування
- Інженерія та технології

Деякі курси підходять для осіб, які раніше здобули вищу освіту у своїх країнах.

Визнання та підвищення кваліфікації

Біженці з професійним або академічним досвідом можуть подати заявку на визнання своїх кваліфікацій.

1. Quality and Qualifications Ireland (QQI)

Веб-сайт: <https://www.qqi.ie>

Вони пропонують

- Оцінку міжнародних кваліфікацій
- Заяви про порівнянність
- Консультації щодо вступу на подальше навчання або до регульованих професій

2. Регульовані професії

Деякі професії вимагають отримання спеціального ліцензування (наприклад, у сфері охорони здоров'я, освіти, інженерії).

Підтримка включає

- Консультації від Nasc та Ірландської ради з питань біженців
- Професійне орієнтування від ETB
- Відділи визнання кваліфікацій університетів для академічних програм

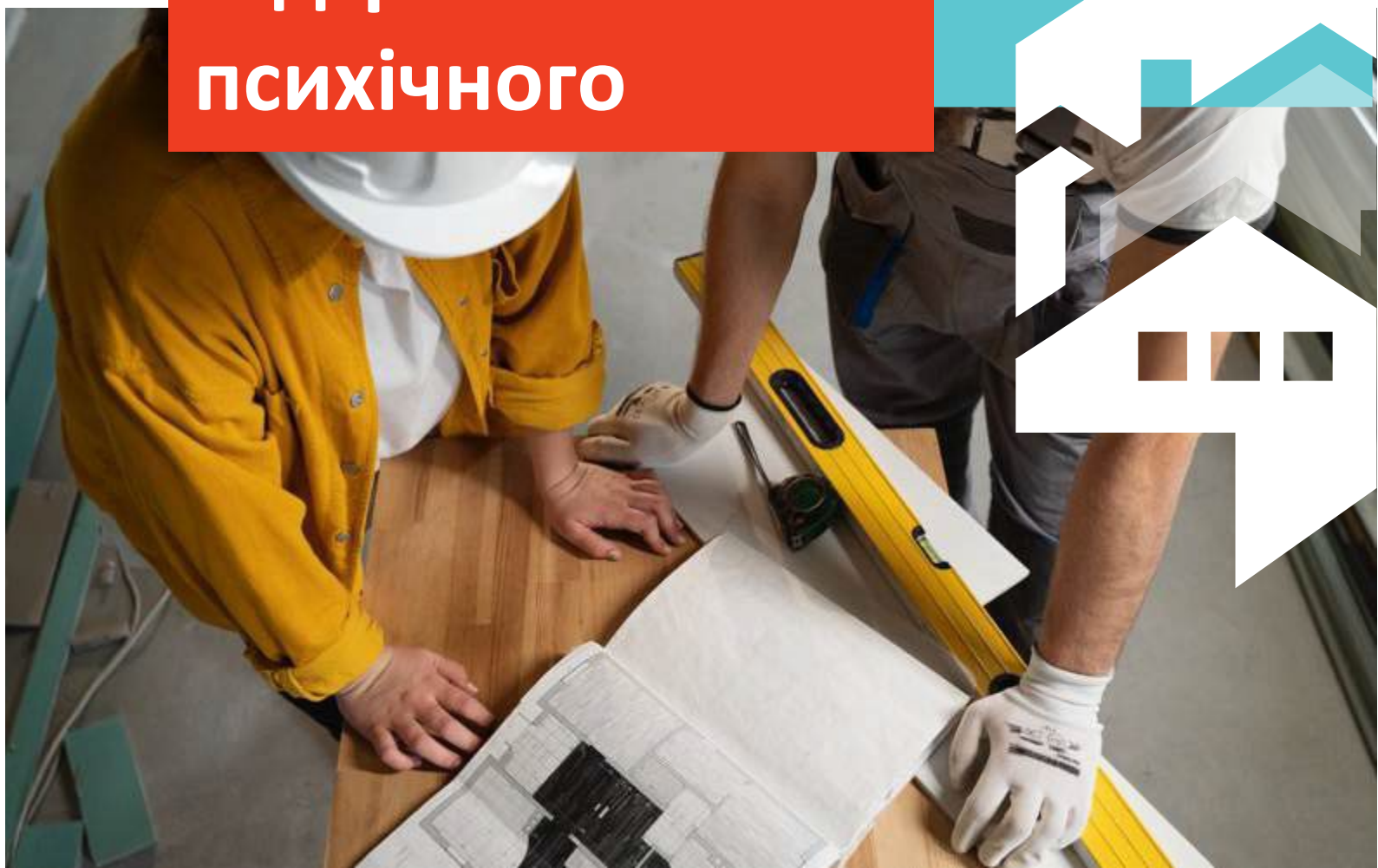
3. Перехідні або «підготовчі» курси

Деякі коледжі пропонують підтримку біженцям, які бажають повернутися до навчання на університетському рівні, зокрема:

- Англійська мова для академічних цілей
- Підготовчі курси
- Програми доступу для студентів зрілого віку
- Наставництво та планування кар'єри

03

Підтримка психічного



| Підтримка психічного здоров'я та благополуччя

Адаптація до життя в Ірландії може спричинити чимало стресу, зокрема через невизначеність щодо процесу надання притулку, незнайомі системи, проблеми з житлом, мовні бар'єри та розлуку з родиною. В Ірландії доступні як державні медичні послуги, так і підтримка від неурядових організацій, громадські заходи для покращення добробуту та спеціалізовані організації, що надають емоційну та психологічну допомогу. Підтримка доступна для дорослих, дітей та молоді, а варіанти допомоги варіюються від професійного консультування до неформальних громадських груп.

У цьому розділі описано найбільш доступні види підтримки психічного здоров'я для біженців по всій Ірландії.

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

Ці організації пропонують безкоштовну або недорого психологічну підтримку, емоційне консультування та заходи, спрямовані на покращення добробуту. Послуги надаються англійською мовою, а деякі організації забезпечують перекладачів або персонал, який володіє іншими мовами.

Ірландська рада з питань біженців (IRC)

Веб-сайт: <https://www.irishrefugeecouncil.ie>

Місто: Дублін (по всій країні)

Що вони пропонують

- Індивідуальна емоційна підтримка від фахівців з інтеграції
- Допомога в отриманні доступу до послуг сімейного лікаря та послуг з психічного здоров'я
- Підтримка для людей, які стикаються зі стресом, пов'язаним із питаннями надання притулку або житла
- Програми з покращення добробуту молоді та наставництва
- Направлення до професійних консультаційних служб у разі потреби

Чому це корисно

IRC часто є першим контактним пунктом для новоприбулих, які стикаються з емоційним напруженням.

Nasc – Центр прав мігрантів та біженців

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

Місто: Корк

Вони надають

- Емоційну підтримку з урахуванням пережитого травматичного досвіду
- Допомогу в організації візитів до лікарів
- Міжкультурні заходи, що зменшують ізоляцію
- Захист прав осіб, які переживають стрес
- Сесії підтримки для сімей та молоді

Doras (Лімерик)

Веб-сайт: <https://www.doras.org>

Що вони пропонують

- Емоційна підтримка та соціальне консультування
- Направлення до фахівців з психічного здоров'я
- Жіночі групи, громадські заходи та підтримка сімей
- Допомога в орієнтуванні в системі охорони здоров'я

Crosscare

Веб-сайт: <https://www.crosscare.ie>

Міста: Дублін та Віклоу

Вони пропонують

- Неформальне консультування та соціальну підтримку
- Допомогу у вирішенні проблем, пов'язаних із житлом та соціальним забезпеченням

- Підтримку сім'ї та послуги для молоді
- Громадські кав'ярні та безпечні місця для спілкування

Ірландський Червоний Хрест

Веб-сайт: <https://www.redcross.ie>

По всій країні

Вони надають

- Програми підтримки громади
- Емоційну підтримку через місцевих волонтерів
- Направлення для вразливих осіб
- Соціальні заходи для подолання ізоляції

Підтримку психічного здоров'я через систему охорони здоров'я

Біженці в Ірландії мають право на доступ до системи охорони здоров'я (*HSE – Health Service Executive*) після отримання номера PPS. Послуги можуть відрізнятися залежно від місцевості, але мають схожу структуру.

1. Сімейні лікарі (GP)

Зазвичай сімейні лікарі є першим контактним пунктом у разі проблем із психічним здоров'ям.

Вони можуть

- Провести первинну оцінку
- При необхідності виписати ліки
- Направити пацієнтів до психологів
- Налагодити зв'язок між людьми та місцевими командами з психічного здоров'я
- Видавати медичні довідки щодо стресу або проблем із самопочуттям

2. Психологічна допомога в рамках первинної медичної допомоги (HSE)

У деяких регіонах надається безкоштовна психологічна підтримка через служби первинної медичної допомоги.

Послуги включають

- Короткострокове консультування або розмовну терапію
- Емоційна підтримка при тривозі, стресі та поганому настрої
- Поради щодо подолання повсякденних викликів
- Направлення до команд фахівців у разі потреби

Час очікування залежить від місця проживання.

3. Команди з питань психічного здоров'я громади (СМНТ)

Для людей, які потребують більш спеціалізованої допомоги.

Вони надають

- Оцінку та діагностику
- Постійну психологічну підтримку
- Психіатричну допомогу
- Виїзди додому в окремих випадках
- Кризове втручання

Доступ зазвичай надається за направленням сімейного лікаря.

4. Лікарні та невідкладна психіатрична допомога

У екстрених ситуаціях люди можуть звернутися до відділень невідкладної допомоги або отримати направлення до психіатричних служб.

Невідкладна допомога включає

- Негайну оцінку ризику
- Кризове втручання
- Короткострокову стабілізацію
- Направлення на подальше спостереження

5. Консультування в первинній медичній допомозі (GPs)

У деяких випадках сімейні лікарі можуть направляти дорослих із легкими та помірними проблемами психічного здоров'я на безкоштовне короткострокове консультування.

Підтримка дітей та молоді

Діти-біженці можуть стикатися зі стресом, пов'язаним із переходом до нової школи, мовними труднощами, минулими травмами або розлукою з родиною. Ірландія надає кілька видів спеціалізованої підтримки.

1. Служби психічного здоров'я дітей та підлітків (CAMHS)

Надають спеціалізовану психіатричну допомогу дітям із значними потребами у сфері психічного здоров'я.

Вони пропонують

- Оцінку та лікування емоційних або поведінкових труднощів
- Сімейну терапію
- Кризову підтримку у важких випадках
- Довгострокові плани лікування

Зазвичай доступ здійснюється за направленням сімейного лікаря.

2. Підтримка в школі

У державних школах працюють шкільні психологи або соціальні працівники.

Що вони пропонують

- Емоційна та соціальна підтримка учнів
- Допомога в адаптації до школи
- Допомога у боротьбі з булінгом
- Направлення до зовнішніх служб у разі потреби

У багатьох початкових школах також працюють координатори зв'язку між школою та родиною, які надають підтримку сім'ям.

3. Jigsaw – Підтримка психічного здоров'я молоді

Веб-сайт: <https://www.jigsaw.ie>

Центри у багатьох графствах

Що вони пропонують

- Безкоштовна, конфіденційна підтримка для молоді віком 12–25 років
- Короткострокове консультування
- Практичні поради щодо подолання стресу, тривоги або поганого настрою
- Семінари в школах та громадах

4. Молодіжні організації та громадські групи

Такі групи, як Foróige, Youth Work Ireland та місцеві проекти, пропонують:

- Безпечні соціальні простори
- Менторство для молоді
- Спорт, музику та творчі заходи
- Програми емоційної підтримки та зміцнення впевненості
- Підтримку молоді, яка перебуває під опікою держави

D. Кризова підтримка та екстрена допомога

Біженці, які переживають сильний емоційний стрес або знаходяться в безпосередній небезпеці, можуть скористатися низкою заходів екстреної допомоги.

1. Номер екстреної служби: 112 / 999

Для термінових медичних випадків або надзвичайних ситуацій, пов'язаних із безпекою.

2. Самаритяни

Веб-сайт: <https://www.samaritans.org/ireland>

Телефон: 116 123

Доступна цілодобово, конфіденційна емоційна підтримка для всіх, хто перебуває у скрутному становищі.

3. Women's Aid (допомога жертвам домашнього насильства)

Веб-сайт: <https://www.womensaid.ie>

Телефон: 1800 341 900

Надає допомогу та конфіденційну підтримку жінкам, які зазнають домашнього насильства.

4. Pieta

Веб-сайт: <https://www.pieta.ie>

Доступні послуги по телефону та SMS

Вони пропонують

- Кризову підтримку
- Консультування щодо суїцидальних думок або самоушкодження
- Центри без попереднього запису в декількох місцях

5. Місцеві команди кризового втручання (HSE)

У деяких регіонах є спеціальні виїзні групи, які реагують на серйозні кризи психічного здоров'я.

Громадські заходи, спрямовані на покращення добробуту

Неформальна підтримка громади є важливою складовою покращення добробуту та зменшення ізоляції.

1. Групи з вивчення англійської мови та громадські кав'ярні

Організуються Fáilte Isteach, бібліотеками, церквами та місцевими громадами.

Заходи включають

- Соціальну взаємодію
- Практику мов
- Культурні заходи
- Кавові ранки та відкриті зустрічі

2. Жіночі групи та батьківські кола

Часто організовуються НУО, місцевими органами влади або громадськими центрами.

Вони пропонують

- Безпечний простір для обговорення
- Семінари з виховання дітей
- Групи з кулінарії, рукоділля або шиття
- Заходи для матерів та дітей
- Мережі взаємодопомоги

3. Програми з творчості, мистецтва та фізичного благополуччя

Ці заходи допомагають зменшити стрес та сприяють налагодженню соціальних зв'язків.

Приклади

- Майстер-класи з мистецтва або рукоділля
- Музичні заняття
- Заняття з йоги або легкої гімнастики
- Групи для прогулянок
- Проекти з садівництва
- Громадські хори або театральні гуртки

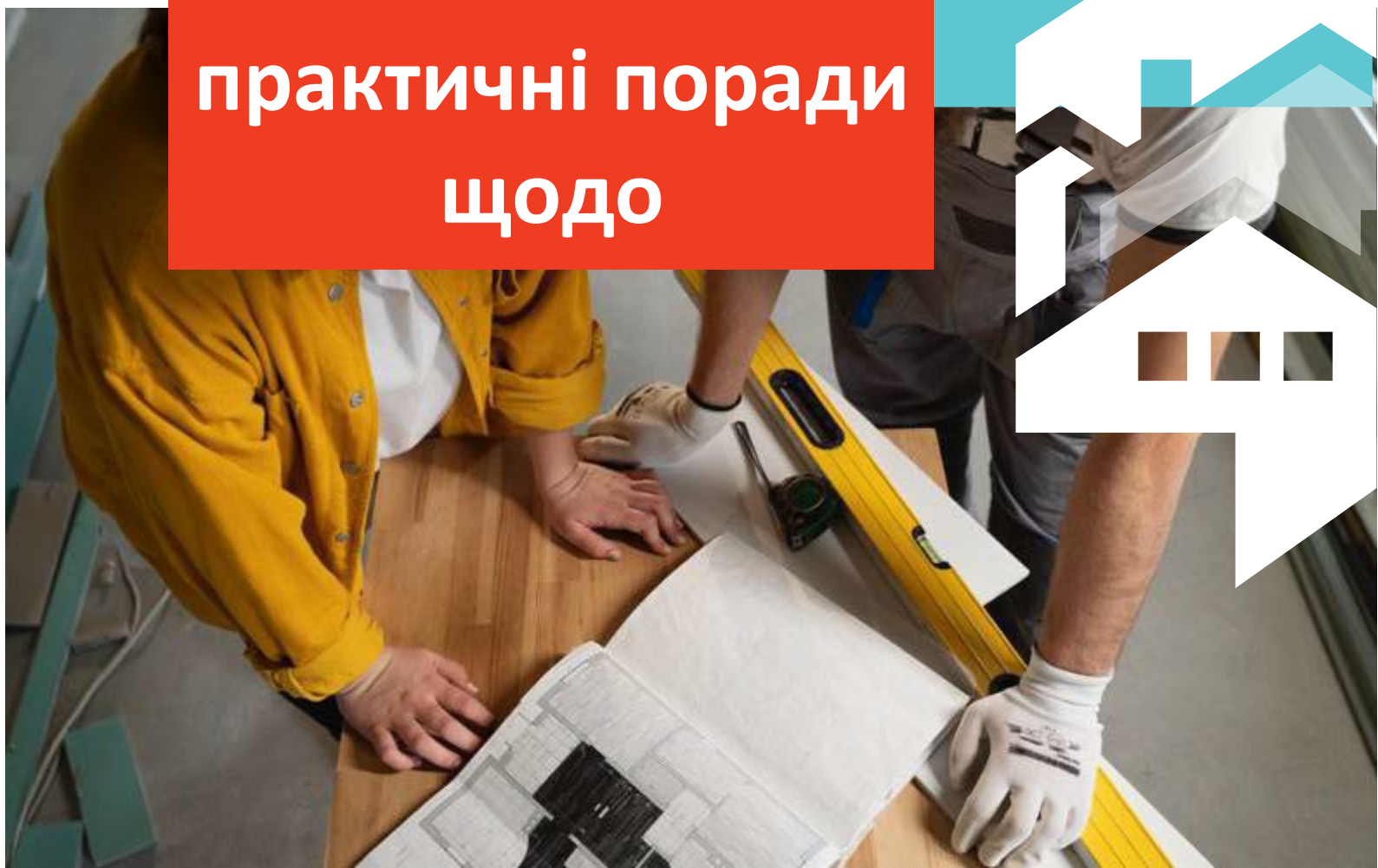
4. Релігійні та культурні об'єднання

Церкви, мечеті та культурні групи часто надають:

- Неформальну емоційну підтримку
- Соціальні заходи
- Заходи для сімей та молоді
- Допомогу у вирішенні практичних питань
- Простір, де можна розмовляти рідною мовою та зустрічатися з людьми зі схожим походженням

04

Житло та практичні поради щодо



| Житло та практичні поради щодо повсякденного життя

Житло в Ірландії може бути одним із найскладніших аспектів адаптації до повсякденного життя. Держава надає житло багатьом шукачам притулку та сім'ям, які щойно прибули, але для довгострокового проживання зазвичай доводиться орієнтуватися на конкурентному ринку приватної оренди або подавати заявку на соціальне житло. Повсякденні системи, такі як охорона здоров'я, громадський транспорт, цифрові послуги та банківська справа, також вимагають певного пристосування. У цьому розділі описано основні шляхи отримання допомоги з житлом та надано практичні поради щодо вирішення повсякденних завдань в Ірландії.

Допомога з житлом

Житло для біженців в Ірландії надається за допомогою поєднання державного житла, допомоги НУО та приватної оренди. Доступність підтримки залежить від графства, але наведені нижче організації надають найпоширеніші та найнадійніші форми допомоги.

1. Державне житло та підтримка (для осіб, які шукають притулку, та нещодавно визнаних біженців)

Багато осіб, які шукають притулку, проживають у державному житлі (центри Direct Provision або IPAS).

Доступна підтримка включає

- Соціальних працівників або персонал підтримки на місці
- Допомогу в отриманні доступу до медичних послуг та послуг соціального захисту
- Допомога з оформленням дітей до школи
- Інформацію про переїзд до самостійного житла після отримання статусу біженця
- Контакти громадських організацій та місцевих служб

2. Ірландська рада з питань біженців (IRC) – Команда з питань житлової підтримки

Веб-сайт: <https://www.irishrefugeecouncil.ie>

Місто: Дублін (підтримка по всій країні)

Вони пропонують

- Допомогу у пошуку приватного житла для оренди
- Інформацію про права орендарів
- Допомогу в розумінні договорів оренди
- Допомогу в поданні заявки на соціальне житло
- Допомогу в облаштуванні дому для сімей, які щойно отримали житло
- Практичні поради щодо оплати рахунків, комунальних послуг та планування бюджету

3. Nasc – Підтримка у питаннях житла та інтеграції (Корк)

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

Що вони пропонують

- Допомога у пошуку варіантів оренди
- Поради щодо взаємодії з орендодавцями та агентствами
- Допомога у розумінні правил оренди
- Допомога у поданні заявки на отримання допомоги на оплату житла (HAP)

4. Місцеві компанії з розвитку (LDC)

По всій країні

Завдяки фінансуванню SICAP, LDC пропонують допомогу з:

- Пошуку орендованого житла
- Розуміння процедур подання заявки
- Підтримці у складанні бюджету та підключенні комунальних послуг
- Направлення до соціальних служб та служб житлового забезпечення

5. Дублінська спільнота Саймона та регіональні служби допомоги бездомним

Ці організації допомагають людям, які перебувають під загрозою бездомності або мають проблеми зі стабільністю житлових умов.

Вони пропонують

- Направлення до пунктів екстреного розміщення
- Підтримку у вирішенні конкретних випадків
- Допомогу в отриманні житлових виплат
- Захист прав вразливих осіб та сімей

Пошук оренди житла в Інтернеті

Більшість приватних об'єктів оренди в Ірландії рекламуються в Інтернеті.

Популярні веб-сайти

- <https://www.daft.ie>
- <https://www.rent.ie>
- <https://www.myhome.ie>
- Місцеві групи у Facebook та сторінки спільнот для пошуку спільних кімнат

Поради щодо безпечного пошуку

- Не надсилайте гроші до огляду помешкання
- Користуйтеся авторитетними веб-сайтами або послугами зареєстрованих агентів з оренди
- Будьте обережні щодо дуже низьких цін на пропозиції «все включено»
- Попросіть письмове підтвердження всіх домовленостей
- Вимагайте квитанцію при сплаті застави
- Завжди підписуйте письмовий договір оренди

Громадські організації можуть перевіряти договори оренди, щоб переконатися в їхній справедливості та правильності.

Розуміння договорів оренди (договір оренди або договір найму)

Стандартний ірландський договір оренди містить:

- Імена та реквізити орендаря та орендодавця
- Термін оренди
- Щомісячну орендну плату та дату оплати
- Сума застави (зазвичай в розмірі місячної орендної плати)
- Правила щодо комунальних послуг та плати за вивіз сміття
- Обов'язки щодо технічного обслуговування
- Терміни попередження
- Перелік майна, якщо помешкання мебльоване
- Реєстрація в Раді з питань оренди житла (RTB)

Важливо

Орендодавець повинен зареєструвати договір оренди в RTB. Ця реєстрація забезпечує орендарям правовий захист.

Допомога на оплату житла (HAP)

Біженці, які мають статус особи, що потребує захисту, можуть мати право на HAP.

HAP забезпечує

- Щомісячну допомогу на оплату оренди, яка виплачується безпосередньо орендодавцю
- Додаткову суму, яку вносить орендар
- Право на отримання допомоги визначається за рівнем доходу та розміром сім'ї

Місцеві органи влади адмініструють програму HAP і можуть надати консультації щодо процесу подання заявки.

Практичні поради на щодень

Розуміння повсякденних систем допомагає новоприбулим почуватися впевненіше та незалежніше.

1. Охорона здоров'я

В Ірландії діє змішана система охорони здоров'я, що поєднує державні та приватні заклади.

Як отримати медичну допомогу

- Подайте заявку на отримання **номера PPS** (Personal Public Service number)
- Зареєструйтеся у місцевого **сімейного лікаря**
- Подайте заявку на отримання **медичної картки** або **картки для відвідування сімейного лікаря**, якщо ви маєте на це право (залежно від доходу або статусу проживання)

Екстрені служби

- **112 / 999** – дзвінки до служби екстреної медичної допомоги та служби безпеки
- Відділення невідкладної допомоги в лікарнях (A&E) для отримання невідкладної допомоги

Мовна підтримка

Деякі лікарні та клініки надають доступ до послуг перекладачів.

2. Громадський транспорт

У великих містах є мережі місцевого транспорту.

Приклади

- **Дублін:** Dublin Bus, трамваї Luas, поїзди DART
- **Корк:** міські автобуси Bus Éireann
- **Лімерик, Голуей, Уотерфорд:** місцеві автобусні мережі
- **Міжміські поїзди:** експлуатуються компанією Irish Rail (Iarnród Éireann)

Картка Leap

Багаторазова транспортна картка, яка надає знижки на більшість видів транспорту.

3. Відкриття банківського рахунку

До найпоширеніших банків належать:

- Bank of Ireland
- AIB
- Permanent TSB
- Кредитні спілки (громадські)

Вимоги

- Паспорт або документ, що посвідчує особу
- Номер PPS
- Підтвердження адреси (іноді приймаються офіційні листи, довідки від лікаря або листи з номером PPS)
- Номер телефону

Деякі банки пропонують базові рахунки, призначені для осіб з обмеженим пакетом документів.

4. Мобільні телефони та Інтернет

Основні оператори мобільного зв'язку:

- Vodafone
- Three
- Eir
- Tesco Mobile
- Lycamobile (корисний для недорогих міжнародних дзвінків)

Попередньо оплачені SIM-картки широко доступні в супермаркетах та магазинах.

5. Продукти харчування, товари першої необхідності та бюджетні покупки

До доступних супермаркетів належать:

- Lidl
- Aldi
- Dunnes Stores
- Tesco
- SuperValu

Для придбання недорогого одягу, меблів та товарів першої необхідності:

- Благодійні магазини (наприклад, St Vincent de Paul, Oxfam, Enable Ireland)
- Facebook Marketplace
- Місцеві групи обміну
- Склади вживаних меблів

6. Освіта та школи

Державна освіта є безкоштовною.

Щоб записати дитину

- Зверніться безпосередньо до місцевої школи
- Надайте документи, що посвідчують особу, та підтвердження адреси проживання
- Деякі школи можуть вимагати документи про попереднє навчання (якщо такі є)

Діти, які вивчають англійську мову, можуть отримувати додаткову мовну підтримку (EAL — англійська як додаткова мова).

7. Повсякденне адміністрування

Важливі державні системи включають:

- **Номер PPS** — необхідний для роботи, отримання соціальної допомоги та багатьох послуг
- **MyGovID** — цифровий доступ до державних послуг
- **Відділи соціального забезпечення (центри Intreo)** — працевлаштування та соціальний захист
- **Інформація для громадян** — консультації щодо прав, соціального забезпечення, житла та послуг
- **Реєстрація у сімейного лікаря та подання заявки на медичну картку**
- **Подання заяв на отримання водійських прав та податкових пільг**, якщо це доречно

НУО та бібліотеки можуть допомогти з заповненням форм, записом на прийом та розумінням офіційних листів.

Практичні поради щодо повсякденного життя в Ірландії

- Зберігайте копії всіх документів, договорів оренди та квитанцій
- Користуйтеся сервісом Citizens Information для отримання чітких пояснень щодо ірландських систем
- Відвідуйте громадські заходи та групи з англійської мови, щоб набути впевненості
- Не зволікайте з проханням про допомогу, якщо лист, форма або рахунок вам незрозумілі
- Відвідайте місцеві бібліотеки, де можна безкоштовно скористатися інтернетом, принтером та місцем для навчання
- Перевірте маршрути автобусів та поїздів перед переїздом до нового житла
- Якщо ви не впевнені щодо договору оренди, попросіть НУО спочатку його перевірити