



STUDIUM WARSZAWĘ

MIEJSKI INFORMATOR STUDENCKI





Wydawca:	Miasto Stołeczne Warszawa
Koordinacja Projektu:	Karolina Dudek-Rączka, Justyna Magdalena Jekiel Centrum Komunikacji Społecznej Urzędu m.st. Warszawy
Tekst:	Małgorzata Osowska
Redakcja:	Justyna Magdalena Jekiel
Opracowanie graficzne:	Biuro Marketingu Miasta
Skład i łamanie:	Biuro Marketingu Miasta

ISBN-978-83-63269-09-8

Zebrane dane, i stan prawny na dzień 30 września 2017 r.
Warszawa, 2017 r.

Kolejne wydania będą poprawiane i aktualizowane zgodnie z sugestiami Czytelników.
Zapraszamy do zgłaszania spostrzeżeń i propozycji pocztą elektroniczną na adres:
politykamłodzieżowa@um.warszawa.pl

lub listownie na adres:
Centrum Komunikacji Społecznej,
00-099 Warszawa, ul. Senatorska 27.

SPIS TREŚCI

WSTĘP.....	3
------------	---

WARSZAWA NA CO DZIEŃ..... 5

Poruszanie się po mieście.....	6
Przeprowadzka!.....	11
Jak zameldować się w Warszawie?.....	13
Ubezpieczenie zdrowotne i opieka medyczna.....	14
Warszawa 19115.....	16
Załatwianie spraw w urzędzie.....	17

JAK DZIAŁA MIASTO?..... 23

Zarządzanie miastem.....	24
Wybory samorządowe.....	25
Dzielnice.....	26
Ile kosztuje miasto?.....	27
Program „Młoda Warszawa. Miasto z klimatem dla młodych 2016-2020”	28

NAUKA I BADANIA W WARSZAWIE..... 29

Gdzie i jak rozwijać swoje zainteresowania?.....	30
Możliwości dla młodych naukowców.....	33
Badanie przeprowadzone i co dalej?.....	33
Warszawa jako przedmiot badań.....	37

ROZWÓJ ZAWODOWY..... 39

Pierwsze doświadczenie zawodowe: próbuj i weryfikuj.....	40
Poruszanie się po rynku pracy.....	42
Instytucje wspierające na rynku pracy.....	45
Miasto stołeczne Warszawa jako pracodawca.....	48

AKTYWNOŚĆ SPOŁECZNA..... 49

Samorząd studencki.....	50
Budżet partycypacyjny.....	50
Konsultacje społeczne.....	51
Inicjatywa lokalna.....	52
Miejsca Aktywności Lokalnej i Domy Sąsiedzkie.....	54
Współpraca z organizacjami pozarządowymi.....	55
Wolontariat.....	57
Dostęp do informacji publicznej.....	58

CZAS WOLNY W MIEŚCIE..... 61

Zielona Warszawa.....	62
Aktywna Warszawa.....	62
Kulturalna Warszawa.....	65
Warsawtour.....	67
Dzielnica Wiśła.....	68

WSPARCIE..... 69

Twoi rzecznicy.....	70
System stypendiów.....	71
Inne formy wsparcia.....	74
Poradnictwo zdrowotne.....	75
Poradnictwo prawne.....	77
Ważne telefony.....	78
Gdzie warto zajrzeć?.....	79



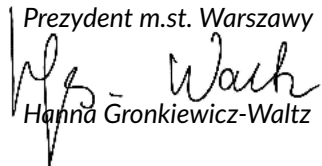
Drodzy Studenci,

z przyjemnością przekazuję w Wasze ręce pierwsze wydanie miejskiego informatora, który powstał z myślą o potrzebach młodych ludzi rozpoczynających studia w Warszawie.

Studiowanie to jeden z najciekawszych okresów w życiu. Przed Wami czas podejmowania ważnych decyzji i układania swojego dorosłego życia. To również doskonała pora na rozwijanie zainteresowań i pasji, a także na zabawę i rozrywkę, jakie wiążą się z życiem akademickim. By wesprzeć Was w tym szczególnym życiowym momencie, zebraliśmy w jednym miejscu informacje o tym, jak funkcjonuje Warszawa oraz z jakich możliwości możecie tu skorzystać. Prezentowany informator pozwala zorientować się w naszym mieście i jego zasobach. Jest on skierowany zarówno do tych, którzy przyjechali do Warszawy na studia, jak i do tych, którzy mieszkają tutaj od lat – dla wszystkich, którzy chcą poznać miasto i znaleźć w nim swoje przestrzenie samorealizacji. Publikacja dostarcza informacji dotyczących codziennego życia w Warszawie, szans rozwoju naukowego i zawodowego oraz propozycji spędzania wolnego czasu. Można przeczytać w niej o ustroju stolicy, strukturze organizacyjnej miasta oraz dowiedzieć się, jak załatwić podstawowe sprawy urzędowe. Zawiera również informacje o tym, w jaki sposób można zmienić swoje otoczenie i zaangażować się w sprawy, którymi żyje społeczność lokalna Warszawy. Można też znaleźć wskazówki, gdzie uzyskać pomoc i wsparcie w różnych sytuacjach życiowych.

Kształt miejskiego informatora, jego cele i zakres tematyczny były konsultowane ze studentami warszawskich uczelni. Zachęcam także Was do dzielenia się swoimi sugestiami na temat publikacji, które zostaną uwzględnione w kolejnym wydaniu.

Mam nadzieję, że ta publikacja zaspokoi Wasze podstawowe potrzeby informacyjne, a przede wszystkim zainspiruje do pogłębiania wiedzy, działania i korzystania z szerokiej gamy możliwości, jakie oferuje nasze miasto.

Prezydent m.st. Warszawy

Hanna Gronkiewicz-Waltz

Jak poruszać się po mieście?
O czym pamiętać szukając mieszkania?
Chorujesz? Co dalej?
Co to jest Warszawa 19115?
W czym przyda ci się WOM?
Jak załatwiać sprawy urzędowe?



WARSZAWA NA CO DZIEŃ

Podjęcie studiów w Warszawie to z pewnością ważny, a zarazem ekscytujący moment w życiu. Przed tobą okres poznawania miasta, nawiązywania tu przyjaźni i szukania dla siebie miejsca na wielu płaszczyznach. Warszawa to miasto, w którym każdy może znaleźć coś dla siebie niezależnie od tego, czym się pasjonuje i co uznaje za ważne. Żeby poczuć się dobrze w Warszawie, zdobądź o niej jak najwięcej praktycznych informacji: jak się tu poruszać, gdzie leczyć, co warto wiedzieć szukając mieszkania, gdzie szukać informacji o mieście, jak załatwić sprawy urzędowe?

PORUSZANIE SIĘ PO MIEŚCIE

Obszar aglomeracji warszawskiej, na którym kursują linie komunikacji organizowanej przez Zarząd Transportu Miejskiego (ZTM), jest podzielony na dwie strefy taryfowe, 1 i 2. Przystanki graniczne oddzielające strefy są oznaczone na rozkładach przerywaną linią. W strefie 1 można podróżować na podstawie wszystkich biletów ZTM. W strefie 2 należy się poruszać tylko z biletami przeznaczonymi dla strefy 2 lub 1 i 2.

Decydując się na transport komunikacją miejską, możesz korzystać z metra, autobusu, tramwaju bądź Szybkiej Kolei Miejskiej (SKM). W tabeli poniżej znajdziesz najważniejsze oznaczenia w komunikacji, które ułatwią ci poruszanie się po mieście.

Oznaczenia w komunikacji

1. Numery od 1 do 79 stosuje się do oznaczeń tramwajów.
2. Autobusy linii zwykłych mają numery od 100 do 399.
3. Numeracja od 400 do 599 przypisana jest do linii przyspieszonych, które nie zatrzymują się na wszystkich przystankach.
4. Autobusy oznaczone literą „E” oraz cyframi, np. E-4, są przyporządkowane liniom ekspresowym, które umożliwiają szybkie przemieszczanie się między odległymi dzielnicami a Śródmieściem.
5. Autobusy linii wyjeżdżających poza 1 strefę są oznaczone numerami od 700 do 899. Granica między strefami jest oznaczona przerywaną linią.
6. Autobusy linii nocnych mają oznaczenia z literą „N” oraz cyframi, np. N11. Wybrane linie nocne są również liniami strefowymi – ich trasy przebiegają w strefie 1 i 2.
7. W przypadku awarii bądź zaplanowanych prac remontowych uruchamiane są zastępcze linie autobusowe oznaczone literą „Z”.
8. Symbole „M1” i „M2” oznaczają pierwszą i drugą linię metra.
9. Symbole „R” są przeznaczone dla pociągów Kolei Mazowieckich.
10. Symbol „S” to Szybka Kolej Miejska.

Warto wiedzieć, że funkcjonuje oferta wspólnego biletu ZTM_WKD_KM, która umożliwia posiadaczom niektórych biletów ZTM (krótkookresowych, 30-dniowych, 90-dniowych) podróżowanie po Warszawie i pobliskich miejscowościach Kolejami Mazowieckimi (R) oraz Warszawską Koleją Dojazdową (WKD) do wyznaczonych, granicznych stacji. Pociągi tych linii zatrzymują się m.in. na następujących stacjach kolejowych: Warszawa Śródmieście, Warszawa Śródmieście WKD, Warszawa Wschodnia, Warszawa Stadion, Warszawa Zachodnia, Warszawa Powiśle, Warszawa Gdańska, Warszawa Ochota i Warszawa Wileńska.

Każdy ze środków transportu miejskiego ma swoje zalety. Warto próbować różnych możliwości i wypracowywać swój własny, najbardziej dogodny sposób przemieszczania się po Warszawie. Pomocna w planowaniu podróży może być funkcja strony ZTM: **zaplanuj podróż** oraz aplikacja **jakdojade**. Po wpisaniu w wyszukiwarkę informacji o planowanym początku i końcu podróży, otrzymasz kilka propozycji dojazdu wraz z szacowanym czasem przejazdu.

Warszawa to miasto o rozbudowanej i sprawnie działającej komunikacji miejskiej. Korzystanie z pojazdów transportu publicznego pozwala zaoszczędzić nie tylko pieniądze, ale także czas. Poruszanie się po mieście samochodem, zwłaszcza w godzinach szczytu i w okolicach centrum miasta, zwykle oznacza stanie w wielogodzinnych korkach. Jeśli więc planujesz dojazd do miasta samochodem, zawsze możesz skorzystać z systemu parkingów „Parkuj i jedź” (Park & Ride). Umożliwiają one posiadaczom okresowych biletów ZTM bezpłatne parkowanie w godz. 4.30-2.30. Parkingi te zlokalizowane są zazwyczaj w okolicach stacji metra oraz kolejowych, z których możesz łatwo i szybko dojechać w różne części Warszawy. Listę lokalizacji znajdziesz na stronie ZTM.

Komunikacja miejska od maja do września oferuje także linie turystyczne. Należą do nich przede wszystkim tramwaje wodne oraz innego rodzaju transport rzeczny. Umożliwia on mieszkańcom przeprawę z jednego brzegu Wisły na drugi. Warto rozważyć taki przejazd, jeśli masz więcej czasu i chcesz połączyć transport z odpoczynkiem i relaksem – podczas przeprawy możesz zapoznać się z nadrzeczną częścią Warszawy, jak również zobaczyć panoramę miasta z zupełnie innej perspektywy.

Wszystkie sprawy związane z transportem publicznym, np. wyrobienie Warszawskiej Karty Miejskiej, kupno biletów, zapłata kar za brak biletu, składanie skarg, jak również uzyskanie informacji – załatwisz w Punktach Obsługi Pasażerów. W Warszawie jest ich ponad dwadzieścia. Znaleźć je można na wybranych stacjach metra i dworcach kolejowych. Ich listę znajdziesz na stronie internetowej Zarządu Transportu Miejskiego.



www.ztm.waw.pl



www.jakdojade.pl



www.warszawa19115.pl



Informacja kolejowa:
197 57 (z telefonu
stacjonarnego i komórkowego)
obsługa parkingów
„Parkuj i jedź”
22 569 81 16 oraz
22 569 81 17
Warszawa 19115



■ KOMUNIKACJA NOCĄ

Linie dzienne kursują w godzinach 5.00-23.00. W pozostałych godzinach miasto zapewnia komunikację nocną. Podstawowe linie nocne ruszają z przystanków zlokalizowanych przy Dworcu Centralnym, skąd kursują co 20, 30 lub co 60 minut. Autobusy oznaczone numerami od N01 do N09 to linie obwodowe, które nie docierają do Śródmieścia, ale są skomunikowane na wybranych przystankach z liniami podstawowymi. Z kolei zakres oznaczeń od N50 do N59 przyporządkowany jest peryferyjnym liniom uzupełniającym, kursującym w wybrane dni tygodnia. Te linie również są skomunikowane z liniami podstawowymi, dzięki czemu po przesiadce możliwe jest dotarcie do centrum. Taryfa w autobusach linii nocnych jest taka sama jak dla linii dziennych, z uwzględnieniem dwóch stref biletowych.

■ ZAKUP BILETÓW

W pojazdach linii ZTM obowiązują wyłącznie bilety emitowane przez ZTM Warszawa. Bilety możesz nabyć w sieci sprzedaży obejmującej m.in. Punkty Obsługi Pasażerów, urzędy pocztowe, kioski, oznaczone punkty sprzedaży oraz automaty biletowe, które są umieszczone w pojazdach komunikacji miejskiej oraz na przystankach większych węzłów komunikacyjnych. Bilet można zazwyczaj kupić także u kierowcy autobusu lub tramwaju. W tym przypadku najlepiej mieć przygotowaną kwotę za bilet, gdyż wydawanie reszty przez kierowcę wiąże się z opóźnieniem odjazdu.

Pośród miejskiej oferty biletów masz do wyboru bilet jednorazowy, czasowy oraz okresowy. Bilety jednorazowe i czasowe są sprzedawane w formie kartonika z paskiem magnetycznym. Bilety okresowe są kodowane na Warszawskiej Karcie Miejskiej, zawierającej imię, nazwisko oraz zdjęcie. Studenci mogą zamiast karty użyć legitymacji studenckiej.

Wszystkie bilety ZTM umożliwiają podróżowanie po strefie 1. Wjeżdżając do strefy 2 musisz zwrócić uwagę, czy bilet przeznaczony jest dla obu stref.

Jeśli zdecydujesz się rozliczać podatki w Warszawie, bądź Twój rodzic rozliczają PIT w stolicy, będzie przysługiwać ci Karta Młodego Warszawiaka. Jest ona przeznaczona m.in. dla studentów do 26 roku życia. Umożliwia korzystanie z tańszych biletów okresowych w komunikacji miejskiej oraz zniżek w licznych instytucjach kulturalnych, oświatowych i rekreacyjno-sportowych.



www.ztm.waw.pl



www.zdm.waw.pl

KOMUNIKACJA BEZ BARIER

Wszystkie autobusy, metro, SKM oraz ponad połowa tramwajów jest przystosowana do przewozu osób z niepełnosprawnościami oraz osób prowadzących wózek z dzieckiem. Autobusy oraz tramwaje niskopodłogowe wyposażone są w platformę ułatwiającą wprowadzenie wózka do pojazdu. Znajduje się ona w drugich, licząc od kabiny prowadzącego, drzwiach. Pasażer powinien zasygnalizować kierowcy potrzebę skorzystania z platformy. Służą do tego przyciski znajdujące się na zewnątrz, na lub przy drzwiach oraz wewnątrz przy miejscu wyznaczonym do przejazdu osoby na wózku inwalidzkim bądź osoby z wózkiem dziecięcym.

Wszystkie stacje metra mają windy umożliwiające transport pomiędzy powierzchnią a peronem. Na części stacji windy są zainstalowane tylko przy południowych wyjściach (od strony kierunku Kabaty). Windy są oznaczone wyraźnym piktogramem. Osoby z niepełnosprawnościami, osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich, osoby z wózkami dziecięcymi oraz osoby przewożące bagaż (w tym rower) o wielkości uniemożliwiającej przejście przez bramki biletowe, mogą korzystać z wyjść bezpieczeństwa. Należy jednak pamiętać, że przebywanie w strefie biletowej dozwolone jest tylko z ważnym biletom.

ZTM zarządza też trzema węzłami przesiadkowymi, które pełnią dodatkowo funkcję dworców autobusowych. Lokalizacje węzłów to: Metro Młociny, Dworzec Wschodni oraz Metro Wilanowska. W obrębie tych obiektów udzielana jest pomoc pasażerom z niepełnosprawnościami, by ułatwić im korzystanie z usług przewoźników.

Spółka PKP SA natomiast oferuje pomoc w poruszaniu się po dworcach lub w zakresie wsiadania i wysiadania z pociągu osobom z niepełnosprawnościami. Pomoc dotyczy dworców: Warszawa Centralna, Warszawa Śródmieście, Warszawa Wileńska, Warszawa Wschodnia oraz Warszawa Zachodnia.

M.st. Warszawa zapewnia także specjalistyczny przewóz osób z niepełnosprawnościami, tzn. zapewniona jest pomoc w przemieszczaniu się „od drzwi do drzwi” ze zgłoszonego miejsca do miejsca docelowego. Usługa świadczona jest na terenie m.st. Warszawy oraz w przypadku przewożenia na leczenie lub rehabilitację poza miastem (do 20 km od granic Warszawy). By skorzystać z przewozu, trzeba złożyć zlecenie przewoźnikowi w dni powszednie w godzinach od 8.00 do 16.00, co najmniej 3 dni przed terminem planowanego przejazdu.



www.niepelnosprawni.gov.pl
www.niepelnosprawni.pl
www.integracja.org
www.niepelnosprawnik.pl



Specjalistyczny przewóz osób
z niepełnosprawnościami
22 298 59 00 lub
22 720 915 300
bus@specjaltrans.pl



■ ROWEREM PRZEZ WARSZAWĘ

Warszawa inwestuje w infrastrukturę rowerową. Wielbiciele dwóch kółek mają do dyspozycji ok. 490 km tras rowerowych, a w budowie są kolejne.

Warto rozważyć komunikację rowerem nie tylko w cieplejszej części roku. Jazda rowerem to oszczędność czasu i pieniędzy, dojazd bezpośrednio do punktu docelowego, a także dotlenienie organizmu oraz ogólnie lepsze samopoczucie i kondycja.

Upowszechnianiu roweru jako środka transportu służy m.in. system rowerów miejskich Veturilo. W ramach tego systemu możesz także wypożyczyć tandem oraz rower z elektrycznym wspomaganie. By ułatwić życie rowerzystom, miasto stale rozbudowuje sieć stojaków rowerowych oraz stacji napraw.



www.rowery.um.warszawa.pl
www.veturilo.waw.pl
www.warszawa19115.pl



rowery@um.warszawa.pl



Rowerowa Warszawa



Chcesz zaproponować budowę nowej infrastruktury? Zauważyłeś zniszczoną drogę rowerową? Każda dzielnica ma swojego koordynatora ds. rozwoju ruchu rowerowego, który jest do dyspozycji mieszkańców. Możesz też skontaktować się z Pełnomocnikiem Prezydenta m.st. Warszawy ds. komunikacji rowerowej, mailowo lub osobiście, podczas cotygodniowego dyżuru (we wtorki, w godz. 15.00-17.00 na ul. Chmielnej 120).

■ WYPOŻYCZANIE POJAZDÓW I ZAMAWIANIE TRANSPORTU

Oprócz pojazdów komunikacji miejskiej masz do wyboru paletę innych, komercyjnych możliwości poruszania się po mieście, takich jak: wypożyczanie skuterów i samochodów (np. na minuty), zamawianie taksówek lub pojazdów samochodowych.

Pamiętaj, że korzystając z oferty komercyjnych przewoźników zawsze możesz dochodzić swych praw jako pasażer i konsument, gdy podejrzewasz, że usługa została wykonana niewłaściwie. Więcej informacji o tym, do kogo się zwrócić i gdzie szukać pomocy na s. 70-71.

PRZEPROWADZKA!

Najpilniejszą sprawą, jaka czeka cię przed podjęciem studiów w Warszawie, jest znalezienie sobie mieszkania lub pokoju. Dla studentów najkorzystniej pod względem finansowym jest uzyskać miejsce w akademiku. Przede wszystkim zorientuj się, czy twoja uczelnia nimi dysponuje i w jaki sposób możesz starać się o przyznanie miejsca. Najczęściej trzeba w odpowiednim terminie złożyć wniosek do wyznaczonej sekcji lub komisji studenckiej. Z reguły uczelnie, podejmując decyzję o przyznaniu miejsc, biorą pod uwagę sytuację materialną studenta, odległość od miejsca zamieszkania, czasami osiągnięcia naukowe. Jeżeli pozwala na to liczba miejsc, przyjmowani są także studenci innych uczelni.

Jeśli nie otrzymasz miejsca w akademiku – lub nie interesuje cię ta możliwość – pozostaje ci wynająć pokój lub całe mieszkanie. Szukanie mieszkania warto zacząć od regularnego odwiedzania sprawdzonych portali ogłoszeniowych dedykowanych nieruchomościom. Warto także ponowić starania o akademik np. w miesiąc po rozpoczęciu roku – część studentów rezygnuje z pokoi, zwalniając miejsca.

Możesz również skorzystać z usług agencji nieruchomości. Dzięki temu można znaleźć mieszkanie bliskie twoim potrzebom i zaoszczędzić czas na poszukiwaniach ofert, jednak łączy się to z dodatkowym kosztem – prowizją dla agencji.

Ceny wynajmu w Warszawie potrafią się bardzo różnić w zależności od lokalizacji, okolicznej infrastruktury, stanu mieszkania czy wyposażenia. Dlatego ważne jest, żeby obejrzeć wszystkie mieszkania, które cię zainteresują, spisać ważne pytania do właściciela, żeby nie zapomnieć ich zadać. Na szukanie mieszkania warto przeznaczyć około miesiąca, by wybrać takie, jakie najpełniej odpowiada twoim potrzebom. Pamiętaj także, że wynajęcie mieszkania wiąże się z zapłatą kaucji, najczęściej wysokości jednego miesięcznego czynszu, co trzeba uwzględnić w planowaniu pierwszych wydatków.

3 kroki: na co zwrócić uwagę szukając mieszkania do wynajęcia



1. Okolica

Czy mogę sprawnie dojechać na uczelnię?

Jak wygląda komunikacja z resztą miasta?

Czy mam w okolicy podstawową infrastrukturę?

(sklep spożywczy, aptekę, przychodnię, kawiarnię)

Czy okolica jest bezpieczna? (warto podpytać mieszkańców okolicy)

Czy w okolicy jest park, przestrzeń spędzania czasu?

2. Osiedle/blok

Czy będę mieć dostęp do skrzynki pocztowej/garażu/schowka/ miejsca na rower/ miejsca parkingowego?

Czy jest winda?

Kto mieszka w sąsiedztwie?

Czy w budynku można podłączyć internet?

Czy mieszkańcy segregują odpady? Czy jest taka możliwość?

Czy woda z kranu nadaje się do picia?

3. Stan mieszkania

Czy ma podstawowe wyposażenie?

Czy jest balkon?

Czy gaz, zawory wodne, sprzęt elektryczny, okna, drzwi, zamki działają bez zarzutu?

Czy ściany/sufit mają odpowiednią grubość, tłumią hałas?

Czy jest widno i jest odpowiednia wentylacja oraz temperatura wnętrza?

Czy właściciel zezwala na posiadanie zwierząt, drobne zmiany, np. wieszanie obrazków?

Czy jest balkon?

Jak wysokie są opłaty licznikowe, za czynsz i media?

Podpisując umowę najmu:

1. Poproś właściciela o spisanie umowy na piśmie.
2. Upewnij się, czy osoba, z którą podpisujesz umowę, jest właścicielem lub może rozporządzać nieruchomością.
3. Omów wcześniej wszystkie koszty składające się na opłatę za mieszkanie, dowiedz się, jaką część kwoty stanowi czynsz, opłaty licznikowe i administracyjne. Poproś o pokazanie rachunków.
4. Przed wprowadzeniem się zrób zdjęcia mieszkania, dokumentuj wszelkie usterki czy zniszczenia, by właściciel nie zażądał od ciebie zapłaty za zniszczenia w momencie rozwiązywania umowy.
5. Omów z właścicielem i zawrzyj w umowie takie kwestie, jak: trzymanie zwierząt, dokonywanie w mieszkaniu zmian bądź ulepszeń, drobnych napraw, przekazywanie przychodzącej korespondencji oraz ubezpieczenia mieszkania od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. W przypadku niewywiązywania się właściciela z umowy bądź innych problemów, możesz zasięgnąć bezpłatnej porady prawnej (s. 77).

Po wprowadzeniu się do mieszkania warto zadbać o dobre stosunki z sąsiadami, przede wszystkim przedstawić się i wymienić kontaktami. Pamiętaj także, by uprzedzać sąsiadów o planowanych remontach, imprezach oraz innych wydarzeniach, które mogą być dla nich odczuwalne i uciążliwe. Respektowanie zasad dobrego sąsiedztwa i nawiązanie pozytywnych relacji z innymi lokatorami sprawią, że będziesz się czuć w swoim mieszkaniu i przyjemniej, i bezpieczniej.

■ WARTO PŁAĆ PODATKI W WARSZAWIE

Wraz z przeprowadzką do Warszawy to tutaj przeniesie się twoje codzienne życie, tutaj będziesz załatwiać większość swoich spraw. Dlatego warto pomyśleć o tym, by podatki również rozliczać w Warszawie. By to zrobić, wystarczy przy wypełnianiu zeznania podatkowego za ubiegły rok, na pierwszej stronie w części B, wpisać adres zamieszkania w Warszawie. Chodzi tu nie o miejsce zameldowania z dowodu osobistego, a o faktyczne miejsce, w którym aktualnie żyjemy. Ten prosty ruch sprawi, że dołożysz swoją cegiełkę do rozwoju miasta, w którym mieszkasz. Dzięki podatnikom funkcjonują instytucje kulturalne, takie jak teatry i muzea, powstają nowe obiekty sportowe i edukacyjne, rozszerza się i unowocześnia komunikacja miejska, a zatem wszystko to, z czego korzystasz na co dzień.

Stolica odwdzięcza się osobom, które rozliczają tutaj swoje PIT-y. Na podstawie pierwszej strony rozliczenia możesz wyrobić Kartę Młodego Warszawiaka i Kartę Warszawiaka, które umożliwiają korzystanie z licznych ulg w stołecznym transporcie, kulturze i sporcie. Więcej informacji na s. 20.

JAK ZAMELDOWAĆ SIĘ W WARSZAWIE?

Krok po kroku

Krok 1. Pobierz, wydrukuj i wypełnij druk „Zgłoszenie pobytu czasowego” (jest to najczęściej wykorzystywana przez studentów forma meldunku) lub „Zgłoszenie pobytu stałego”.

Krok 2. Z niezbędnymi dokumentami udaj się do Delegatury Biura Administracji i Spraw Obywatelskich w dowolnym urzędzie dzielnicy na terenie m.st. Warszawy i dokonaj zameldowania.

Krok 3. Po zameldowaniu na pobyt stały urzędnik wyda ci zaświadczenie o twoim zameldowaniu na pobyt stały. Jeśli meldujesz się na pobyt czasowy i chcesz dostać o tym zaświadczenie, złóż wniosek w tej sprawie.

Wymagane dokumenty

- dokument tożsamości (dowód osobisty lub paszport);
- formularz zgłoszenia pobytu stałego lub formularz zgłoszenia pobytu czasowego – wypełnij w domu albo zrób to w urzędzie dzielnicy. Pamiętaj, że w urzędzie możesz poprosić urzędnika, żeby wydrukował wypełniony formularz z systemu;
- jeśli jesteś właścicielem lub masz inny tytuł prawny do mieszkania, w którym chcesz się zameldować – przynieś dokument, który to potwierdzi. Może nim być umowa cywilnoprawna (np. umowa najmu), wypis z księgi wieczystej, decyzja administracyjna lub orzeczenie sądu;

- jeśli nie jesteś właścicielem i nie masz też innego tytułu prawnego do mieszkania, w którym chcesz się zameldować — niech osoba, która ma tytuł prawny do mieszkania podpisze się i potwierdzi twój pobyt na formularzu zgłoszenia twojego pobytu. Dokument potwierdzający tytuł prawny do lokalu pokaż w urzędzie.

Opłaty:

- meldunek jest bezpłatny, opłaty pobierane są za wydawanie zaświadczeń dotyczących meldunku;
- usługa zameldowania jest bezpłatna;
- wydanie zaświadczenia o zameldowaniu na pobyt stały jest bezpłatne;
- opłata za wydanie zaświadczenia o zameldowaniu na pobyt czasowy wynosi 17 zł;
- opłata skarbową za złożenie pełnomocnictwa (w przypadku, gdy osoba zgłaszająca pobyt czasowy działa przez pełnomocnika) wynosi 17zł.



www.um.warszawa.pl
(zakładka Załatw sprawę
w urzędzie)



www.zdm.waw.pl

UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE I OPIEKA MEDYCZNA

W momencie uzyskania statusu studenta należy przemyśleć kwestię swojego ubezpieczenia zdrowotnego — bezpłatnych świadczeń finansowanych ze środków publicznych. Warto, zwłaszcza przy zmianie miejsca zamieszkania, zorientować się w sprawach medycznych, by mieć rozeznanie i utartą ścieżkę w razie choroby czy innych problemów zdrowotnych.

■ PRAWO DO UBEZPIECZENIA

Jeżeli jesteś osobą uczącą się, do 26 roku życia możesz być ubezpieczony jako członek rodziny przez rodziców bądź dziadków, jeśli posiadają oni prawo do ubezpieczenia. Jeśli podejmujesz pracę (także na podstawie umowy cywilno-prawnej), ubezpiecza cię twój pracodawca. Ubezpieczeni są również studenci otrzymujący rentę lub prowadzący działalność gospodarczą. Jeśli nie przysługują ci prawa do ubezpieczenia z wcześniej wymienionych tytułów, powinna cię ubezpieczyć twoja uczelnia — dowiedz się w swoim dziekanacie, jak należy złożyć wniosek. Uczelnia może ubezpieczać cię do końca okresu twojej nauki. Warto wiedzieć, że od momentu zakończenia studiów (czyli złożenia egzaminu dyplomowego) bądź wykreślenia z listy studentów posiadasz status osoby ubezpieczonej jeszcze przez 4 miesiące.

Podejmując w trakcie studiów czy w okresie wakacji zatrudnienie na podstawie umowy o pracę bądź umowy cywilno-prawnej, uzyskujesz własny tytuł do ubezpieczania. Tym samym zostajesz wyrejestrowany przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) z ubezpieczenia zgłoszonego np. przez rodziców czy uczelnię. Po zakończeniu pracy, kiedy twój pracodawca cię wyrejestruje, pamiętaj o przypomnieniu rodzicom lub uczelni o ponownym objęciu cię ubezpieczeniem bądź złóż ponownie wniosek do swojej uczelni.

Posiadając status studenta można rozważyć dodatkowe ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW) w firmach ubezpieczeniowych. Tego typu pakiety często łączą się ze zniżkami w sklepach i restauracjach.



www.zus.pl

LEKARZ PIERWSZEGO KONTAKTU

Zostaje ci jeszcze wybór lekarza podstawowej opieki zdrowotnej w nowym miejscu zamieszkania. Lekarz pierwszego kontaktu może być przypisany do dowolnej placówki służby zdrowia, z zastrzeżeniem, że musi mieć ona podpisany kontrakt z NFZ. Może to być przychodnia akademicka dla studentów i pracowników naukowych lub inna wybrana przez ciebie placówka. Przy wyborze lekarza, pielęgniarki czy położnej nie obowiązuje bowiem rejonizacja. Następnie musisz w wybranej placówce złożyć deklarację wyboru lekarza. Jej druk otrzymasz w przychodni. Możesz też pobrać ją wcześniej ze strony internetowej oddziału NFZ.



www.nfz.gov.pl

Kiedy twoje ubezpieczenie zdrowotne z tytułu bycia studentem wygasa:

1. Kiedy ustanie tytuł do ubezpieczenia zdrowotnego osoby, która zgłosiła cię do ubezpieczenia.
2. Kiedy przestaniesz kontynuować naukę, a jesteś między 18. a 26. rokiem życia.
3. Kiedy zostaniesz skreślony z listy studentów między 18. a 26. rokiem życia.
4. Kiedy uzyskasz inny tytuł do ubezpieczenia zdrowotnego (np. zostaniesz zatrudniony na umowę o pracę).
5. Kiedy ukończysz 26 lat.

UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE W TRAKCIE STUDIÓW W KRAJACH UE

Jeśli planujesz studia za granicą, np. w ramach wymian studenckich bądź wyjeżdżasz do pracy lub na wypoczynek do innego państwa członkowskiego UE/EFTA, pomyśl o wyrobieniu Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ).



www.ekuz.nfz.gov.pl (zakładka Nauka w państwach członkowskich UE/EFTA – informacje ogólne)

■ **NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA**

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna świadczona jest od poniedziałku do piątku od godz. 18.00 do 8.00 dnia następnego oraz całodobowo w soboty, niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy. Korzystanie z niej jest niezależne od wyboru lekarza podstawowej opieki zdrowotnej oraz miejsca zamieszkania. By uzyskać pomoc medyczną, należy udać się do dowolnego punktu nocnej opieki. Świadczenia nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej są bezpłatne (dla osób ubezpieczonych) i udzielane bez skierowania.

■ **SZPITALNE ODDZIAŁY RATUNKOWE**

W przypadku nagłego zagrożenia życia lub zdrowia przysługują ci świadczenia w szpitalnym oddziale ratunkowym (SOR), które udzielane są w trybie nagłym, gdy stan zdrowia wymaga niezwłocznego podjęcia czynności związanych z diagnostyką i leczeniem.



www.nfz-warszawa.pl
(zakładka Dla pacjenta)



Warszawska Informacja Medyczna
22 827 89 62, 22 826 83 00

WARSZAWA 19115



Miejskie Centrum Kontaktu Warszawa 19115 to jedna, wspólna dla całej Warszawy, platforma kontaktu. Nie musisz rozumieć skomplikowanych struktur urzędowych, by najwygodniejszą dla ciebie drogą zwrócić się z pytaniem, zgłosić interwencję lub własną propozycję zmiany w mieście. Kontakt jest możliwy przez 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu.

■ **KORZYSTAJ Z BAZY WIEDZY I WARSZAWSKIEGO SYSTEMU POWIADOMIEŃ**

W Miejskim Centrum Kontaktu Warszawa 19115 dowiesz się, jak działa komunikacja miejska, jakie przysługują ci zniżki oraz oferty specjalne. Chcesz wypożyczyć rower miejski, dowiedzieć się, co się dzieje nad Wisłą, zorganizować grilla czy ognisko dla znajomych? Chcesz skorzystać z bogatej oferty kulturalnej i sportowej miasta? Zajrzyj na portal lub zadzwoń i zadaj pytanie w interesującej cię sprawie.

Jeśli chcesz dostawać aktualne informacje z życia miasta, skorzystaj koniecznie z Warszawskiego Systemu Powiadomień, ściągnij bezpłatną aplikację Warszawa 19115 lub zamów powiadomienia SMS. To ty określasz, z jakiej dzielnicy i w jakim temacie chcesz dostawać codzienną porcję informacji.

■ BĄDŹ AKTYWNYM MIESZKAŃCEM. POINFORMUJ URZĄD O PROBLEMACH

Jeśli widzisz problem w mieście: na twoim przystanku brakuje rozkładu jazdy, autobus, którym jeździsz często się spóźnia lub trawnik koło twojego domu zamienił się w śmietnik – poinformuj o tym Warszawa 19115. Zrób zdjęcie i opisz problem. Pamiętaj, że na podstawie numeru sprawy, który dostaniesz przy zgłoszeniu, możesz sprawdzać, co dzieje się ze zgłoszoną przez ciebie sprawą.

■ WYJDŹ Z INICJATYWĄ

Jeśli masz pomysł na zmiany w mieście: lepsze zagospodarowanie przestrzeni publicznej, inną organizację publicznego transportu, siłownie plenerowe czy wydarzenie kulturalne lub sportowe, wyraż to. Możesz zgłosić swoje propozycje zmian, które sprawią, że Warszawa będzie nowocześniejsza i bardziej przyjazna.



19115, aplikacja Warszawa 19115,

www.warszawa19115.pl



ZAŁATWIANIE SPRAW W URZĘDZIE

■ WYDZIAŁ OBSŁUGI MIESZKAŃCÓW

Wydziały Obsługi Mieszkańców (WOM-y) to punkty pierwszego kontaktu mieszkańców z Urzędem na lokalnym poziomie. WOM-y znajdują się we wszystkich urzędach dzielnic Warszawy.

Do zakresu ich działania należy w szczególności:

1. Wykonywanie zadań związanych z bezpośrednią obsługą mieszkańców w zakresie:
 - wydawania dokumentów (np. dowód tożsamości, prawo jazdy, dowód rejestracyjny);
 - przyjmowania korespondencji;
 - udostępniania mieszkańcom odpowiednich materiałów informacyjnych, w tym formularzy i wzorów dokumentów;
 - udzielania informacji o procedurach i przebiegu rozpatrywania spraw oraz wydawania dokumentów;
 - przekazywania mieszkańcom decyzji administracyjnych i innych dokumentów dotyczących wniesionej sprawy;
2. Przygotowywanie bieżących i okresowych informacji, sprawozdań oraz analiz dotyczących urzędu dzielnicy i wydziałów dla dzielnicy;
3. Opracowywanie propozycji doskonalenia zasad i procedur obsługi mieszkańców oraz wdrażanie po ich akceptacji.



www.um.warszawa.pl (zakładka Załatw sprawę w urzędzie)

WOM-y znajdują się w każdym urzędzie dzielnicy. Czynne są w tygodniu w godz. 8.00-16.00 (w poniedziałki dłużej, w godz. 8.00-18.00).

■ LOKALIZACJE URZĘDÓW DZIELNIC

BEMOWO

www.bemowo.waw.pl
ul. Powstańców Śląskich 70
tel. 22 443 76 44

BIAŁOŁĘKA

www.bialoleka.waw.pl
ul. Modlińska 197
tel. 22 676 76 70

BIELANY

www.bielany.waw.pl
ul. S. Żeromskiego 29
tel. 22 373 33 33

MOKOTÓW

www.mokotow.waw.pl
ul. Rakowiecka 25/27
tel. 22 443 65 00, 22 443 65 01
ul. Wiktorska 91 A
tel. 22 443 65 02, 22 443 65 03

OCHOTA

www.urzadochota.waw.pl
ul. Grójecka 17 A
tel. 22 578 35 00

PRAGA-PÓŁUDNIE

www.pragapld.waw.pl
ul. Grochowska 274
tel. 22 443 55 55

PRAGA-PÓŁNOC

www.praga-pn.waw.pl
ul. Ks. I. Kłopotowskiego 15
tel. 22 443 79 00

REMBERTÓW

www.rembertow.waw.pl
ul. gen. A. Chruściela „Montera” 28
tel. 22 443 38 89

ŚRÓDMIEŚCIE

www.srodmiescie.warszawa.pl
ul. Nowogrodzka 43
tel. 22 699 80 00

TARGÓWEK

www.targowek.waw.pl
ul. L. Kondratowicza 20
tel. 22 443 87 27

URSUS

www.ursus.warszawa.pl
pl. Czerwca 1976 r. 1
tel. 22 443 60 00

URSYNÓW

www.ursynow.pl
al. Komisji Edukacji Narodowej 61
tel. 22 443 71 00

WAWER

www.wawer.warszawa.pl
ul. Żegańska 1
tel. 22 443 70 00

WESOŁA

www.wesola.waw.pl
ul. 1 Praskiego Pułku 33
tel. 22 773 60 00

WILANÓW

www.wilanow.pl
ul. F. Klimczaka 2
tel. 22 443 50 00

WŁOCHY

www.ud-wlochy.waw.pl
al. Krakowska 257
tel. 22 443 44 44

■ JAK WYROBIĆ DOWÓD OSOBISTY?

Krok po kroku:

Krok 1. Zbierz wymagane dokumenty.

Krok 2. Pobierz, wydrukuj i wypełnij wniosek o wydanie dowodu osobistego. Wniosek ten możesz otrzymać też w urzędzie dzielnicy.

Krok 3. Wypełniony wniosek wraz z załącznikami złóż osobiście w organie dowolnej gminy na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej (w Warszawie w urzędach dzielnic) lub wyślij za pomocą platformy ePUAP.

Krok 4. Otrzymasz potwierdzenie złożenia wniosku.

Krok 5. Dowód osobisty będzie gotowy nie później niż w ciągu 30 dni od dnia złożenia wniosku. Zwykle trwa to jednak krócej. Możesz sprawdzić na jakim etapie realizacji jest wniosek wchodząc na stronę:

www.obywatel.gov.pl.

Krok 6. Zgłoś się po odbiór dokumentu.

Opłaty: Brak.



www.um.warszawa.pl

(zakładka Załatw sprawę w urzędzie – sprawy obywatelskie)

www.obywatel.gov.pl

Twój dowód zaginął lub został uszkodzony? Ktoś ci go ukradł? Zgłoś to jak najszybciej w urzędzie gminy. Jeśli jesteś za granicą, zgłoś utratę lub uszkodzenie dowodu w konsulacie. Po zgłoszeniu urzędnik unieważni twój dowód.

■ JAK WYROBIĆ PIERWSZE PRAWO JAZDY?

Krok po kroku:

Krok 1. Zbierz wymagane dokumenty.

Krok 2. Wypełnij wniosek w urzędzie dzielnicy właściwym ze względu na miejsce zamieszkania

Krok 3. Złóż wniosek wraz z załącznikami.

Krok 4. Odbierz Profil Kandydata na Kierowcę, który stanowi podstawę zapisu na szkolenie i umożliwia przystąpienie do egzaminu państwowego.

Krok 5. Po zdaniu egzaminu państwowego zgłoś się do urzędu dzielnicy w celu dołączenia dowodu dokonania opłaty za wydanie prawa jazdy i opłaty ewidencyjnej.

Krok 6. Odbierz prawo jazdy.

Opłaty: 100,00 zł – opłata za wydanie prawa jazdy.

0,50 zł – opłata ewidencyjna.



Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego

www.word.waw.pl

www.kierowca.pwpw.pl

Jeżeli twoje prawo jazdy zostało ukradzione lub zgubione, zadzwoń do urzędu, w którym było wyrabiane i zgłoś fakt utraty. Następnie złóż wniosek z fotografią i niezbędnymi załącznikami w miejscu zamieszkania. Jeżeli chcesz przejść kurs na kolejną kategorię lub kończy się ważność druku twojego prawa jazdy, skontaktuj się z urzędem w celu ustalenia, jakie dokumenty poza wnioskiem i fotografią będą potrzebne.

■ JAK WYROBIĆ PASZPORT?

Krok po kroku

Krok 1. Zbierz wymagane dokumenty.

Krok 2. Pobierz, wydrukuj i wypełnij wniosek.

Krok 3. Złóż wniosek oraz potrzebne dokumenty w dowolnym urzędzie paszportowym na terenie całego kraju.

Krok 4. Urząd ma 30 dni na wydanie paszportu. Dzięki stronie: www.obywatel.gov.pl/wyjazd-za-granice/sprawdz-czy-twoj-paszport-jest-gotowy, możesz sprawdzić, czy Twój paszport jest już gotowy do odbioru, zazwyczaj trwa to krócej niż 30 dni.

Krok 5. Zgłoś się po odbiór dokumentu.

Opłaty: Paszport dla studenta to wydatek 70 zł (po niższej 50%), a dla osoby dorosłej, nie studiującej – 140 zł. Jeśli paszport został utracony z winy posiadacza, opłata wynosi 300% opłaty standardowej.



www.paszporty.msw.gov.pl

www.mazowieckie.pl (zakładka Dla klienta – paszport)

■ JAK WYROBIĆ KARTĘ MŁODEGO WARSZAWIAKA / KARTĘ WARSZAWIAKA

Co to jest?

Karta Młodego Warszawiaka to spersonalizowana karta zbliżeniowa, np. elektroniczna legitymacja studencka lub karta miejska, z wgranymi uprawnieniami wynikającymi z programu Karta Warszawiaka. Program przeznaczony jest dla wszystkich mieszkających i płacących podatki w Warszawie.

Do czego uprawnia?

Posiadając Kartę Młodego Warszawiaka lub Kartę Warszawiaka, możesz korzystać ze zniżek na bilety w komunikacji miejskiej oraz w wielu miejscach związanych z kulturą, oświatą czy sportem. Zapłacisz mniej za karnet do siłowni czy na pływalnię, kupisz taniej bilet do kina, muzeum, teatru, otrzymasz zniżkę na kurs języka obcego w miejscach, które są partnerami programu Karta Warszawiaka.

Kto może korzystać?

Karta Młodego Warszawiaka jest imienna, w związku z tym może z niej korzystać tylko właściciel. Karta Młodego Warszawiaka przysługuje studentom do 26

roku życia, zamieszkującym i rozliczającym podatek dochodowy w Warszawie i tym, których oboje rodziców/opiekunów prawnych lub samotnie wychowujący ich rodzic/opiekun prawny zamieszkuje na terenie m.st. Warszawa i rozlicza tu podatek dochodowy od osób fizycznych.

Po ukończeniu 26 roku życia studenci studiów licencjackich, inżynierskich lub magisterskich, mogą przedłużyć kartę, zamieniając ją na Kartę Warszawiaka, i dalej korzystać z ulg i preferencji, do których uprawniona.

Krok po kroku:

Krok 1. Zbierz wymagane dokumenty.

Krok 2. Przyjdź do jednego z Punktów Obsługi Pasażerów ZTM lub WOM dla twojej dzielnicy.

Krok 2. Wypełnij wniosek i pokaż wymagane dokumenty.

Krok 3. Odbierz swoją Kartę Młodego Warszawiaka. Jeśli posiadasz kartę miejską lub legitymację studencką, możesz wgrać uprawnienia od ręki w Punkcie Obsługi Pasażerów ZTM lub w Wydziale Obsługi Mieszkańców w dzielnicy.



www.karta.um.warszawa.pl

www.ztm.waw.pl (zakładka - Karta Warszawiaka)

JAK ZŁOŻYĆ WNIOSEK LUB SKARGĘ

Czym jest wniosek?

Wniosek nie zawiera zarzutu nieprawidłowej działalności organu czy też jego pracownika (w przeciwieństwie do skargi), lecz zawsze ma na celu ulepszenie, poprawę istniejącej sytuacji, a więc odnosi się do działania w przyszłości. Poprzez wniosek i zawarte w nim propozycje można dążyć np. do poprawy funkcjonowania urzędu, lepszej jego organizacji, bardziej przyjaznej mieszkańcom, ułatwiającej kontakt i usprawniającej załatwianie spraw. Wniosek może być też złożony w celu lepszego zaspokajania zbiorowych potrzeb mieszkańców w różnych sferach działalności miasta, np. poprzez budowę placów zabaw, ustawienia w parku większej liczby ławek, zmian w kursowaniu środków komunikacji miejskiej, tak aby dostosować je do potrzeb mieszkańców.

Czym jest skarga?

Skarga jest wyrazem niezadowolenia z działania organu administracji publicznej lub jego pracownika. Jeśli sprawa jest prowadzona przez pracownika urzędu lub przez Prezydenta m.st. Warszawy w sposób przewlekły, nierzetelny lub niestaranny, wtedy przysługuje nam prawo złożenia skargi. Niezadowolenie budzić może również niewłaściwy sposób zachowania się pracownika urzędu, nieżyczliwy i nieuprzejmy w stosunku do mieszkańca.

Krok po kroku:

- Krok 1.** Sporządź wniosek lub skargę, pamiętając o zamieszczeniu swojego imienia, nazwiska oraz adresu.
- Krok 2.** Dołącz kserokopie dokumentów, które mogą pomóc w rozpatrzeniu wniosku lub skargi (np. zdjęcia, oświadczenia itd.).
- Krok 3.** Złóż gotowy wniosek lub skargę.
- Krok 4.** Otrzymasz wiadomość o sposobie załatwienia wniosku lub skargi. Organ właściwy powinien udzielić odpowiedzi na wniosek lub skargę bez zbędnej zwłoki, nie później jednak niż w ciągu miesiąca.

Potrzebne dokumenty:

- wniosek lub skarga



www.um.warszawa.pl (zakładka Załatw sprawę w urzędzie)

Jak wygląda struktura Warszawy i co to
oznacza w praktyce?

Jak zagłosować w wyborach
samorządowych?

Jakie wydatki ma miasto?

Jak m.st. Warszawa uwzględnia osoby
młode w swoich działaniach?



JAK DZIAŁA MIASTO?

Miasto stołeczne Warszawa to struktura, z której organizacją warto się zapoznać, a przede wszystkim dowiedzieć się, jak działa miasto oraz co to oznacza w praktyce. Z rozdziału dowiesz się też, jakie wydatki ma miasto i jakie działania na rzecz młodych ludzi podejmuje.

ZARZĄDZANIE MIASTEM

Warszawa jest jednocześnie miastem, gminą i powiatem. Sprawne działanie na wszystkich trzech poziomach wymaga podziału obowiązków i współpracy wielu jednostek i komórek organizacyjnych. Od 2002 roku Warszawa jest jedną gminą, podzieloną na 18 jednostek pomocniczych – dzielnic. Mamy zatem w Warszawie dwa szczeble zarządzania: miejski i dzielnicowy.

Szczeblem miejskim zarządza Rada m.st. Warszawy oraz Prezydent m.st. Warszawy. Do ich zadań należą zarówno zadania własne, jak i te zlecone przez administrację rządową, w tym wynikające ze stołecznego charakteru Warszawy. Rada m.st. Warszawy jest organem stanowiącym i kontrolnym. Decyduje o najważniejszych sprawach miasta i nadzoruje działania prezydenta. Zasiada w niej 60 radnych wybieranych w wyborach powszechnych. Pracami Rady kieruje wybierany spośród jej członków przewodniczący, który wraz z wiceprzewodniczącymi tworzy prezydium Rady.

Do zadań Rady m.st. Warszawy należy w szczególności:

- uchwalanie statutu miasta, czyli dokumentu określającego m.in. zakres i zasady działania m.st. Warszawy oraz kompetencje Rady m.st. Warszawy i Prezydenta m.st. Warszawy;
- uchwalanie budżetu, czyli planu dochodów i wydatków gminy na dany rok. Rozliczanie prezydenta z jego wykonania, tzn. ocena, czy pieniądze wydano tak, jak to zostało zaplanowane;
- wybór kierunku rozwoju miasta, uchwalanie miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego, wieloletniego planu inwestycyjnego;
- podejmowanie uchwał w sprawach: herbu, nazw ulic i placów publicznych, wznoszenia pomników oraz nadawanie honorowego obywatelstwa miasta.

Sesje Rady m.st. Warszawy są otwarte dla publiczności i każdy zainteresowany tematem obrad może na taką sesję przyjść (dostępne są również transmisje online).



Informacje i harmonogram sesji Rady m.st. Warszawy:
www.radawarszawy.um.warszawa.pl

Prezydent m.st. Warszawy jest organem wykonawczym. Do jego kompetencji należą zarówno gminne, jak i powiatowe zadania publiczne:

- zarządzanie instytucjami miejskimi (m.in. kieruje pracą Urzędu m.st. Warszawy);
- realizowanie budżetu miasta;
- odpowiedzialność za wykonywanie uchwał Rady;
- gospodarowanie mieniem miasta;
- dbałość o bezpieczeństwo publiczne w mieście;

- zatrudnianie i zwalnianie kierowników jednostek organizacyjnych m.st. Warszawy;
- funkcje reprezentacyjne i promocja miasta.

Część swoich kompetencji Prezydent wykonuje m.in. za pośrednictwem:

- zastępców,
- Sekretarza,
- Skarbnika,
- burmistrzów dzielnic,
- jednostek organizacyjnych m.st. Warszawy, w tym m.in.: Straży Miejskiej, Urzędu Pracy, Zarządu Transportu Miejskiego, Zarządu Oczyszczania Miasta, Zarządu Dróg Miejskich, a także ośrodków pomocy społecznej, żłobków, przedszkoli, szkół, ośrodków sportu i rekreacji.

Prezydent określa regulamin organizacyjny Urzędu m.st. Warszawy. Z jego zapisów wynika, że podstawowymi komórkami organizacyjnymi Urzędu m.st. Warszawa są biura, które rozstrzygają sprawy na terenie całej Warszawy.



Statut m.st. Warszawy, regulamin i schemat organizacyjny Urzędu m.st. Warszawy: www.bip.warszawa.pl

WYBORY SAMORZĄDOWE

Wszystkie pełnoletnie osoby niepozbawione praw wyborczych mogą brać udział w wyborach samorządowych. Są one bezpośrednie, powszechne i tajne.

Podczas wyborów głosujesz na:

- Prezydenta m.st. Warszawy,
- radnych m.st. Warszawy,
- radnych swojej dzielnicy.

Masz zatem wpływ na obydwa szczeble zarządzania miastem.

Jak zgłosować w wyborach samorządowych w Warszawie?

- Jeśli jesteś zameldowany/a w Warszawie, wystarczy przyjść i zgłosować. By znaleźć swój okręg wyborczy, możesz skorzystać z wyszukiwarki dostępnej na stronie: www.wybory.um.warszawa.pl.
- Jeśli nie jesteś zameldowany/a i nie chcesz bądź nie możesz się zameldować, nadal masz szansę wziąć udział w warszawskich wyborach. W tym celu musisz dopisać się do spisu wyborców. Wiąże się to z przekazaniem dowodów stałego zamieszkiwania w Warszawie, np. pokazaniem aktu umowy najmu, rachunków za prąd, oświadczeń pisemnych sąsiadów etc. Z wypełnionym wnioskiem musisz udać się do urzędu dzielnicy, w której mieszkasz. Wówczas automatycznie zostajesz wypisany ze spisu wyborców gminy, w której jesteś zameldowany. Pamiętaj też, by zrobić to w określonym ustawowo terminie.

BIURA URZĘDU M.ST. WARSZAWY

Biura (obok Urzędu Stanu Cywilnego m.st. Warszawy) są podstawowymi komórkami organizacyjnymi Urzędu m.st. Warszawy i obejmują swoim zakresem działania obszar całej Warszawy. Biura wykonują bieżącą kontrolę nadzorowanych jednostek organizacyjnych m.st. Warszawy.

Jeśli twoja sprawa dotyczy obszaru całej Warszawy lub procedur wewnętrznych Urzędu m.st. Warszawy, zwróć się do właściwego biura Urzędu – do jego dyrektora lub pracownika odpowiedniego wydziału, np. Działu Polityki Młodzieżowej w Centrum Komunikacji Społecznej.

W niektórych sprawach możesz się kontaktować z pełnomocnikami Prezydenta m.st. Warszawy np.:

- ds. równego traktowania,
- ds. komunikacji rowerowej,
- ds. Programu Rozwoju Kultury,
- ds. zagospodarowania nadbrzeża Wisły,
- ds. współpracy z organizacjami pozarządowymi,
- ds. edukacji kulturalnej.

Pamiętaj: możesz się także zwrócić do radnego (m.st. Warszawy lub twojej dzielnicy) z prośbą o wsparcie w realizacji twojego pomysłu lub o interwencję.

DZIELNICE

Sprawami, które bezpośrednio dotyczą mieszkańców i mają charakter lokalny, zarządzają przede wszystkim władze poszczególnych dzielnic, tj. rady i zarządy dzielnic, na których czele stoją burmistrzowie. Jeśli twoja sprawa związana jest z najbliższą okolicą – zwróć się do swojego burmistrza lub poszukaj informacji w wydziale urzędu dzielnicy, który zajmuje się danym tematem.

Dzielnica realizuje podstawowe potrzeby mieszkańców, odpowiada za sprawy o zasięgu dzielnicowym. Są to m.in. sprawy związane z:

- inwestycjami, np. remonty dróg gminnych, budowa basenu, modernizacja ścieżki rowerowej, rewitalizacja parku;
- funkcjonowaniem przedszkoli, szkół, ośrodków sportu i rekreacji, domów kultury, ośrodków pomocy społecznej, bibliotek;
- ochroną środowiska i utrzymywaniem czystości i porządku;
- działalnością kulturalną;
- współpracą z organizacjami pozarządowymi;
- utrzymaniem miejsc pamięci narodowej;
- prowadzeniem ewidencji ludności i działalności gospodarczej;
- wydawaniem dowodów osobistych;
- rejestracją pojazdów i wydawaniem prawa jazdy;
- pobieraniem podatków i opłat lokalnych;

- zarządzaniem gminnymi zasobami lokalowymi i nieruchomościami położonymi na terenie dzielnicy.

Zadania i kompetencje dzielnicy realizowane są przez:

- Radę Dzielnicy, czyli radnych;
- Zarząd Dzielnicy, czyli burmistrza i jego zastępcy lub zastępców oraz pozostałych członków Zarządu.



Godziny otwarcia urzędów dzielnic:

poniedziałek: 8.00-18.00

wtorek-piątek: 8.00-16.00

ILE KOSZTUJE MIASTO?

Warszawa, tak jak każde miasto, by funkcjonować i rozwijać się potrzebuje budżetu. Pieniądze z budżetu przeznaczone są na realizację zadań publicznych, m.in. na rozwój infrastruktury, a więc np. budowę drugiej linii metra i ścieżek rowerowych, edukację, sport, kulturę, transport publiczny, oczyszczanie miasta czy pomoc społeczną i ochronę zdrowia.

Skąd jednak miasto bierze fundusze, które pozwalają mu na działanie w tak wielu różnych obszarach? Na warszawski budżet składają się dochody pochodzące z 74 źródeł. Kluczową rolę mają podatki płacone przez mieszkańców: podatek dochodowy czy podatek od nieruchomości. Ważny udział mają także zyski ze sprzedaży biletów komunikacji miejskiej, biletów wstępu do instytucji i placówek miejskich, związanych z kulturą, sportem i rekreacją. Użytkując Rower Publiczny Veturilo również zasilasz budżet miasta. Miasto otrzymuje również dotacje z Unii Europejskiej i innych źródeł.

Zdarza ci się zastanawiać, ile kosztuje realizacja zadań publicznych? Ile trzeba wydać na autobus, ławkę czy projekcję filmu w kinie plenerowym, a ile na budowę boiska? Utrzymanie miasta wiąże się z bardzo wysokimi kosztami związanymi z wydatkami na edukację i kulturę, drogi i oświetlenie, mieszkalnictwo czy komunikację miejską. Poniżej zaprezentowane zostały przykładowe koszty różnych miejskich działań. Pamiętaj, że są to ceny szacunkowe, a na ostateczny koszt może mieć wpływ wiele dodatkowych czynników.



PROGRAM „MŁODA WARSZAWA. MIASTO Z KLIMATEM DLA MŁODYCH 2016-2020”

Warszawa jest jednym z nielicznych miast w Polsce, które posiada program adresowany do młodzieży. Dokument uwzględnia cele i kierunki działań wobec młodych ludzi wyznaczone przez przyjęte dotychczas miejskie strategię i programy. Zawiera także szczegółowe zapisy, określa konkretne działania, jakie organy samorządu podejmują lub mają zamiar podjąć na rzecz wspierania potencjału i rozwoju młodych osób mieszkających w Warszawie. Program przyjęty został do realizacji na mocy zarządzenia nr 87/2016 Prezydenta m.st. Warszawy.

Młodzież – czyli kto?

Zgodnie z założeniami Programu młodzież to osoby w wieku **13–26 lat**.

„Miasto z klimatem dla młodych” – czyli jakie?

Celem głównym Programu jest stworzenie „miasta z klimatem dla młodych”, czyli takiego, które zapewnia warunki do życia, nauki i pracy odpowiadające potrzebom młodzieży, rozwija potencjał młodych i umożliwia młodzieży udział w podejmowaniu decyzji, które jej dotyczą.

W Programie wyznaczono dwa cele strategiczne:

- I. Poprawę jakości życia młodzieży w mieście
- II. Wzmocnienie uczestnictwa młodzieży w życiu miasta

„Młoda Warszawa” obejmuje najważniejsze dla młodzieży obszary, m.in.: zatrudnienie, zdrowie i profilaktykę, edukację, kulturę, wypoczynek, sport i rekreację, sprawy mieszkaniowe, integrację społeczną, potrzeby młodych rodzin, miejskie przestrzenie dla młodzieży, bezpieczeństwo, dostęp do informacji, samorządność uczniowską i młodzieżowe rady, udział w podejmowaniu decyzji dotyczących miasta, inicjatywy młodzieżowe i wolontariat.

Eksperci od własnego świata

Najlepszymi ekspertami od „świata młodzieży” są sami młodzi ludzie. Dlatego też w przygotowanie Programu, poza pracownikami Urzędu m.st. Warszawy i urzędów dzielnic oraz innych miejskich placówek, zostały włączone przede wszystkim liczne środowiska młodzieżowe oraz organizacje działające na ich rzecz. W ten sposób zapewniono młodzieży możliwość współdecydowania o sprawach, które bezpośrednio jej dotyczą. Dzięki temu Program odpowiada na rzeczywiste potrzeby grupy, której dotyczy.

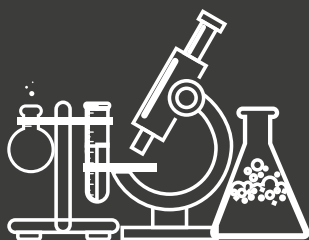


Treść Programu znajduje się na stronie: www.bip.warszawa.pl



politykamłodzieżowa@um.warszawa.pl

**Gdzie rozwijać swoje zainteresowania?
Jak zdobywać pierwsze doświadczenia
naukowo-badawcze?
Masz pomysł na projekt badawczy
– co dalej?**



NAUKA I BADANIA W WARSZAWIE

Studiowanie to okres nabywania nowej wiedzy oraz rozwijania swoich zainteresowań naukowych. Warto wiedzieć, w jaki sposób uczelnie oraz Urząd Miasta mogą cię w tym wspierać oraz w jaki sposób możesz wykorzystać wyniki swoich prac dyplomowych, referatów czy zrealizowanych projektów badawczych.

GDZIE I JAK ROZWIJAĆ SVOJE ZAINTERESOWANIA?

■ KOŁA NAUKOWE

To organizacje studenckie, które służą pogłębianiu zainteresowań naukowych i samokształceniu ich członków. Jeśli szczególnie interesują cię pewne dziedziny czy zagadnienia, możesz pomyśleć o dołączeniu do koła naukowego zajmującego się daną tematyką lub o założeniu własnego. By zostać członkiem koła naukowego, najczęściej wystarczy złożyć dokumenty (np. deklarację członkowską) i aktywnie uczestniczyć w jego pracach i spotkaniach. Niektóre koła prowadzą też rekrutację nowych członków. Jeśli chcesz założyć własne koło naukowe, warto zorientować się wcześniej, czy są inni studenci zainteresowani danym tematem i gotowi do twojego koła wstąpić.

Przykładowe zadania członka koła naukowego:

- samodzielne prowadzenie projektów badawczych, eksperymentów naukowych, budowanie modeli i prototypów;
- organizacja konferencji, seminariów, debat naukowych;
- prowadzenie fanpage'a koła i innych działań komunikacyjnych;
- nawiązywanie współpracy z innymi kołami, otoczeniem biznesowym, szkołami i placówkami oświatowymi, organizacjami studenckimi;
- organizacja spotkań koła w formie stacjonarnej i niestacjonarnej (wizytowanie obiektów, potencjalnych miejsc pracy).

Członkowie koła organizują regularne spotkania, referaty czy seminaria, na których dzielą się wiedzą, prezentują efekty swoich prac badawczych i prowadzą dyskusje akademickie. Mają także możliwość udziału w krajowych i międzynarodowych konferencjach oraz promowania i reprezentowania koła na różnego rodzaju sympozjach czy targach kół naukowych.

Ponadto członkowie mogą inicjować spotkania z naukowcami, ekspertami lub potencjalnymi pracodawcami oraz realizować projekty badawcze w ramach przyznanych grantów lub na zlecenie różnych instytucji. Mogą także prowadzić dodatkowe zajęcia w szkołach, by zachęcać młodzież, zwłaszcza przyszłych kandydatów na studia, do pogłębiania zainteresowań z danej dziedziny. Działalność koła jest finansowana z budżetu uczelni specjalnie przeznaczonego na ten cel. Jeśli koło naukowe posiada status organizacji pozarządowej, członkowie mogą także starać się o wsparcie ze strony miasta, np. w ramach małych grantów czy otwartych konkursów ofert. Więcej informacji na s. 56.

Celem uczestnictwa w kole naukowym jest przede wszystkim rozwijanie warsztatu badawczego i pogłębianie zainteresowań naukowych. Jednak z działalnością taką wiążą się też inne korzyści – bycie członkiem koła naukowego jest brane pod uwagę przy rozpatrywaniu wniosków o przyznanie stypendiów naukowych oraz podczas rekrutacji na studia doktoranckie. Działalność w kole może być podstawą do zaliczenia obowiązkowych praktyk studenckich. Daje również możliwość rozwoju kompetencji i zdobycia doświadczenia cenionego w świecie nauki i na rynku pracy.

By założyć koło:

1. Sprecyzuj dziedzinę, w obrębie której chcesz działać.
2. Zorientuj się, czy wśród twoich znajomych są osoby, które również są tematem zainteresowane i gotowe dołączyć do koła.
3. Postaraj się o akceptację kierownika twojej jednostki.
4. Znajdź wśród kadry uczelnianej opiekuna merytorycznego dla koła.
5. Opracujcie regulamin.
6. Wybierzcie zarząd.
7. Złóż wymagane dokumenty odpowiedniej osobie (prorektorowi ds. studenckich, dydaktyki etc. – w zależności od uczelni).

A może rozważasz założenie koła naukowego o statusie organizacji pozarządowej? O tym dlaczego warto i jakie wsparcie możesz otrzymać ze strony m.st. Warszawa dowiesz się na s. 55.

AKADEMICKI ZWIĄZEK SPORTOWY WARSZAWA

Jeśli pasjonujesz się sportem, możesz rozważyć członkostwo w Akademickim Związku Sportowym (AZS) Warszawa – to organizator i koordynator wydarzeń sportowych dla środowiska akademickiego, a także dla dzieci, młodzieży i seniorów. Działalność w AZS to możliwość uczestniczenia w sekcjach sportowych o różnych poziomach zaawansowania, brania udziału w zawodach (w tym Akademickich Mistrzostwach Polski), obozach i innych wydarzeniach sportowych.

Dla studentów pierwszego roku chcących się sprawdzić w danej dyscyplinie organizowana jest Varsoviada, która jest świetnym momentem rozpoczęcia przygody z AZS.

Chcąc dołączyć do sportowej społeczności studentów, skontaktuj się z klubem uczelnianym AZS, który obecny jest niemal na każdej warszawskiej uczelni.



www.azs.waw.pl
www.varsoviada.azs.waw.pl

■ WYDARZENIA NAUKOWE

Warszawa jest największym w Polsce ośrodkiem akademickim. Działa tutaj ponad siedemdziesiąt uczelni, w których kształcą się tysiące studentów. To ogromny kapitał w postaci naukowców, studentów, doktorantów oraz infrastruktury naukowo-badawczej. To także szerokie pole dla różnego rodzaju działań popularyzujących naukę, które na stałe wpisały się w krajobraz Warszawy oraz są wspierane przez władze miasta. Najpopularniejszym z nich jest odbywający się w ostatnich dniach września Festiwal Nauki. To cykl wykładów, warsztatów i dyskusji, ale także pokazów filmowych i wycieczek terenowych oraz wielu innych atrakcji. Warty uwagi wydarzeniem jest Piknik Naukowy, co roku odbywający się wiosną i poświęcony innemu tematowi. Do tej pory tematy przewodnie pikniku dotyczyły m.in.: wolności, energii, życia, czasu, światła, zdrowia. Ciekawą propozycją są także imprezy poświęcone poszczególnym dyscyplinom nauki np. Noc Biologów.



www.festiwalnauki.edu.pl
www.pikniknaukowy.pl

■ UNIwersYTET OTWARTY

Jeśli chcesz poza zajęciami rozwijać zainteresowania naukowe, nabyć znajomość języków obcych czy programów komputerowych, możesz skorzystać z oferty uniwersytetów otwartych, działających przy niektórych warszawskich uczelniach. Uniwersytet otwarty to idea, która ma na celu zapewnienie różnorodnych zajęć i form kształcenia dla osób w każdym wieku. By zapisać się na zajęcia, nie musisz być studentem uczelni, przy której działa uniwersytet otwarty. Najczęściej zajęcia mają charakter odpłatny, choć stawki są niższe niż za kursy komercyjne, a o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.

Popularnymi blokami tematycznymi zajęć na różnych uczelniach są: rozwój kompetencji personalnych i społecznych, wiedza ekonomiczna, technologiczna, o środowisku, o kulturze i językach. Wartością uniwersytetów otwartych poza bogactwem tematyki jest także różnorodność typów zajęć i metod nauczania: zajęcia często mają charakter warsztatowy, interaktywny i są prowadzone zarówno przez naukowców, jak i praktyków.



www.uo.uw.edu.pl
www.uo.sggw.pl
www.uo.uksw.edu.pl

MOŻLIWOŚCI DLA MŁODYCH NAUKOWCÓW

Rolą studentów na uczelni wcale nie musi być jedynie udział w zajęciach i zaliczanie przedmiotów. Możesz aktywnie brać udział w życiu uczelnianym, uczestnicząc biernie bądź aktywnie w konferencjach lub pisząc artykuły do naukowych czasopism.

JEŚLI MASZ POMYŚL NA INTERESUJĄCY PROJEKT BADAWCZY, MOŻESZ:

1. Poprowadzić go w ramach koła naukowego. (Więcej o kołach naukowych na s. 30).
2. Dowiedzieć się, jakie możliwości dofinansowania posiada twoja uczelnia. Takiej informacji udzieli ci osoba odpowiedzialna za sprawy studenckie. Na niektórych uczelniach istnieje możliwość dofinansowania projektów badawczych, realizowanych samodzielnie przez studentów, w postaci mini-grantów.
3. Starać się o przyznanie grantów ministerialnych, np. diamentowego grantu. To program, którego celem jest przyspieszenie rozwoju naukowego poprzez umożliwienie zrealizowania własnego projektu badawczego. O grant mogą ubiegać się osoby z tytułem inżyniera, licencjata oraz studenci jednolitych studiów magisterskich, którzy ukończyli trzeci rok studiów w roku ogłoszenia konkursu.
4. Jeśli działasz w kole o statusie organizacji pozarządowej, możesz starać o przyznanie przez m.st. Warszawa finansowania lub współfinansowania w postaci otwartych konkursów ofert lub małego grantu. Szczegółowych informacji szukaj na www.ngo.um.warszawa.pl.



www.nauka.gov.pl
www.ngo.um.warszawa.pl

BADANIE PRZEPROWADZONE | CO DALEJ?

Prowadząc badania na potrzeby zajęć, w ramach pracy dyplomowej lub koła naukowego uzyskujesz wyniki, które mogą być interesujące dla szerszego grona odbiorców.

KONFERENCJE NAUKOWE

Jeśli chcesz przedstawić wyniki swoich badań na konferencji naukowej, możesz spróbować swoich sił jako prelegent.

By wziąć aktywny udział w konferencji:

1. Znajdź taką, której zakres tematyczny pokrywa się z twoimi pracami i zainteresowaniami badawczymi. Informacji o konferencjach najlepiej szukać na stronach uczelni i poszczególnych wydziałów oraz w dedykowanych serwisach naukowych i akademickich.
2. Kolejnym krokiem jest napisanie abstraktu: krótkiego tekstu, w którym przedstawisz tytuł swojego wystąpienia, cel (tezy do zweryfikowania, pytania badawcze), metody badań oraz najważniejsze wyniki.
3. Jeśli twój abstrakt uzyska aprobatę organizatorów konferencji, dostaniesz potwierdzenie udziału w wydarzeniu oraz otrzymasz dalsze instrukcje związane z organizacją wystąpienia.
4. Referat może mieć formę wygłoszaną bądź wykładaną. W przypadku referatu wykładanego należy przygotować tekst referatu (w formie eseju, artykułu, w zależności od przyjętych zasad) i wysłać organizatorom w odpowiednim terminie. Warto wiedzieć, że w przypadku takiej formy aktywnego udziału w konferencji również trzeba być przygotowanym na pytania od uczestników.
5. Bardzo istotne jest, by trzymać się zasad ustalonych przez organizatorów. Jeśli na wygłoszenie referatu przewidziane jest 15 minut, twoje wystąpienie nie może zająć ani minuty dłużej. Podobnie sytuacja wygląda w przypadku referatów wykładanych, wówczas trzeba trzymać się przyjętej liczby stron i wymogów redakcyjnych.
6. Ciekawą opcją aktywnego wzięcia udziału w konferencji jest także udział w sesji posterowej, które mają miejsce na większości konferencji. Polega to na przygotowaniu plakatu, na którym znajdzie się tytuł pracy, tezy, ramy teoretyczne, wyniki badań oraz konkluzja.

PUBLIKACJA W CZASOPIŚMIE NAUKOWYM

Jako student możesz także starać się o opublikowanie wyników swoich badań w czasopismach naukowych. By to zrobić, musisz wybrać czasopismo, którego profil odpowiada wynikom twoich badań (najlepiej zacząć od czasopism wydawanych przez twoją uczelnię, wydział), a następnie zapoznać się z wymaganiami formalnymi nadsyłanych tekstów. Trzymanie się narzuconych przez radę redakcyjną zasad jest bardzo istotne, gdyż może wpłynąć na decyzję o przyjęciu artykułu. Każdy nadesłany artykuł podlega bowiem recenzji naukowej, która decyduje o tym, czy tekst zostanie oddany do druku. Nie zrażaj się, jeśli nie otrzymasz pozytywnej recenzji, a twój tekst zostanie odrzucony. Publikacja artykułu jest trudnym zadaniem, które wymaga wielu prób, poprawek i starań, ale zdobyte dzięki temu doświadczenie jest bezcenne, jeśli w przyszłości chcesz podjąć karierę naukową.



Wykaz czasopism naukowych znajdziesz na stronie:

www.polon.nauka.gov.pl

(zakładka Ogólnodostępne zestawienia – czasopisma naukowe)

Wyniki swoich prac możesz też publikować w niepunktowanych czasopismach popularno-naukowych bądź w ramach przedsięwzięć tzw. otwartej nauki.

■ OTWARTA NAUKA

Otwarta nauka to idea i wszelkie inicjatywy na rzecz swobodnego przepływu informacji między naukowcami, dzielenie się wiedzą na temat uzyskanych wyników, ale także stosowanych metod i narzędzi prowadzenia badań oraz udostępnianie uzyskanych surowych danych.

Przedsięwzięcia podejmowane zgodnie z ideą otwartej nauki służą stworzeniu otwartego, bezpłatnego dostępu do wszelkiego wkładu intelektualnego badaczy. Otwartość polega nie tylko na bezpłatnej dostępności w Internecie, ale także na możliwości pobierania tekstów, rozpowszechnia i wykorzystywania ich w legalny sposób dla własnych celów naukowych.

Co zyskujesz dzięki otwartej nauce?

- Bezpłatnie korzystasz z tekstów i artykułów naukowych z poszanowaniem praw autorskich.
- Wykorzystujesz surowe dane dla własnych celów badawczych.
- Publikujesz wyniki swoich badań.
- Udostępniasz dane zebrane w trakcie prowadzenia badań.



www.otwartanauka.pl

■ KONKURSY NAUKOWE

Warto śledzić różnego rodzaju konkursy na prace dyplomowe. Są one organizowane przez podmioty publiczne, prywatne albo społeczne. Uczestnictwo polega zwykle na nadesłaniu już napisanej i obronionej pracy dyplomowej we wskazanym terminie i zgodnie z warunkami konkursu określonymi w regulaminie. Prace są oceniane ze względu na przyjęte w danym konkursie kryteria: innowacyjność czy potencjał wdrożeniowy oraz różnie nagradzane.

Warto śledzić informacje o konkursach regularnie odwiedzając stronę twojej uczelni oraz serwisy poświęcone nauce. Jednym z takich konkursów jest konkurs Prezydenta m.st. Warszawy „Dyplomy dla Warszawy”. Informacje o nim znajdziesz na s. 37.

■ WYMIANY STUDENCKIE

Interesującą możliwością rozwoju i pogłębienia zainteresowań są programy wymian studenckich, takich jak MOST lub ERASMUS+. Program MOST umożliwia studentom studiów pierwszego i drugiego stopnia, studiów jednolitych magisterskich oraz doktorantom odbycie semestralnej bądź rocznej nauki na innym polskim uniwersytecie biorącym udział w programie. Z kolei ERASMUS+ daje możliwość wyjazdu na studia do zagranicznej uczelni bądź odbycie praktyki w zagranicznym przedsiębiorstwie, instytucji lub organizacji. Okres wyjazdu obejmuje od 3 miesięcy do jednego roku akademickiego. Jeśli interesuje Cię uczestnictwo w wymianie, dowiedz się, w jakich programach bierze udział twoja uczelnia, kto je koordynuje, oraz kiedy i według jakich kryteriów prowadzona jest rekrutacja.

Dzięki uczestnictwu w wymianie studenckiej:

- zmieniasz otoczenie, poznajesz inne kultury i zwyczaje;
- szlifujesz znajomość języków obcych w przypadku wyjazdu zagranicznego;
- poznajesz środowisko innej uczelni;
- możesz zawrzeć wiele interesujących kontaktów i znajomości;
- masz możliwość powiązania wyjazdu z tematem pracy dyplomowej i prowadzenia badań w miejscu przyjazdu;
- uatrakcyjniasz swoje CV.

Przed wyjazdem na ERASMUSA:

1. Dowiedz się, które koszty pokrywa program, a które musisz pokryć indywidualnie.
2. Zorientuj się, jakie są kryteria przydziału mieszkań w akademikach bądź inne możliwości mieszkaniowe w miejscowości uczelni przyjmującej.
3. Dowiedz się jak najwięcej o miejscowości, do której wyjeżdżasz, np. jak kształtują się ceny podstawowych towarów (biletów, żywności etc.)
4. Wyrób kartę EKUZ oraz rozważ dodatkowe ubezpieczenie. Więcej informacji znajdziesz na s. 15.
5. Sprawdź, jakie ubezpieczenie jest wymagane przez przyjmującą uczelnię.
6. Spisz adresy przychodni i szpitali w miejscowości przyjmującej.

Pamiętaj, że uczelnie nie tylko organizują wyjazdy, ale także przyjmują zagranicznych studentów. Warto zadbać, by obcokrajowcy czuli się tu dobrze i mogli szybko się zaadaptować. Istnieją różne inicjatywy mające na celu integrację polskich i zagranicznych studentów. Można uczyć obcokrajowców języka lub wykonywać tłumaczenia, rozwijając przy tym własne umiejętności językowe. To także szansa, żeby zawrzeć interesujące znajomości i dowiedzieć się ciekawych rzeczy na temat innych krajów czy kultur. Warto dowiedzieć się o możliwości włączenia się w działania adaptacyjne.



WARSZAWA JAKO PRZEDMIOT BADAŃ

Jeśli interesuje cię tematyka związana z Warszawą, możesz napisać pracę dyplomową, z której wyników skorzysta Urząd m.st. Warszawy i inne jednostki miejskie. Jeśli chodzi ci po głowie pomysł na napisanie pracy o Warszawie, poszukaj go w miejskim zestawieniu inspiracji i zagadnień badawczych i poproś swojego promotora o zainicjowanie kontaktu z Urzędem.

Przy obustronnej chęci nawiązania współpracy, jedno z biur Urzędu m.st. Warszawa wyznacza osobę merytoryczną, która będzie cię wspierać i ukierunkowywać podczas zbierania materiałów do pracy. Osoba ta przekaze ci cele i pytania badawcze istotne z punktu widzenia realizowanych przez Biuro zadań, a także będzie służyć ci pomocą udostępniając dane do analizy czy inne niezbędne informacje.

Autorzy prac o Warszawie mogą wziąć udział w konkursie Prezydenta m.st. Warszawy „Dyplomy dla Warszawy”. To coroczny konkurs, w którym nagradzane są najlepsze prace magisterskie i rozprawy doktorskie z zakresu rozwoju społeczno-gospodarczego stolicy. Jego celem jest wspieranie zainteresowań badawczych Warszawą młodych badaczy. Nagrody w konkursie mają charakter pieniężny.

Do Konkursu można zgłosić prace obronione w poprzednim roku kalendarzowym na uczelni lub w instytucie naukowo-badawczym z siedzibą w Warszawie.



www.um.warszawa.pl
(zakładka Dla mieszkańców
-Naukowa Warszawa)



Kontakt w sprawie konkursu:
22 518 34 00



naukowa@um.warszawa.pl

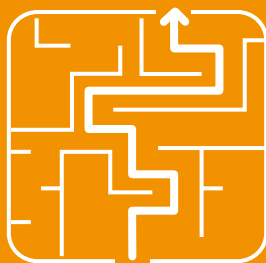


dyplomy@muzeumwarszawy.pl

Korzyści ze współpracy z miastem w zakresie prac dyplomowych:

- Łatwiejszy dostęp do danych i statystyk urzędowych.
- Wsparcie ze strony merytorycznego pracownika Urzędu Miasta.
- Możliwość napisania pracy o potencjale aplikacyjnym, której wyniki przełożą się na rozwiązania konkretnych wyzwań w rozwoju miasta.
- Możliwość zostania laureatem w konkursie „Dyplomy dla Warszawy”.

Gdzie i jak zdobyć pierwsze
doświadczenie zawodowe?
Co warto wiedzieć o rynku pracy?
Gdzie znaleźć pomoc?



ROZWÓJ ZAWODOWY

Studiowanie to odpowiedni czas na zdobywanie pierwszych doświadczeń zawodowych oraz weryfikowanie wyobrażeń związanych z pracą. Wykorzystanie go w przemyślany sposób ułatwi stawianie pierwszych kroków w karierze zawodowej. Warto poświęcić ten etap życia na sprawdzenie się w różnych pracach i zajęciach oraz na wykorzystywanie dostępnych możliwości, zwłaszcza tych przewidzianych dla studentów.

W tej części dowiesz się, na co warto zwrócić uwagę planując ścieżkę kariery oraz jakie perspektywy zawodowe otwierają się przed tobą w Warszawie.

PIERWSZE DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE: PRÓBUJ I WERYFIKUJ

ORGANIZACJE UCZELNIANE

Organizacje uczelniane, takie jak samorząd studencki (więcej informacji s. 50), organizacje studenckie (więcej informacji s. 50) np. AIESEC, ELSA, NZS czy koła naukowe (więcej informacji s. 30) poza przestrzenią samorealizacji i rozwoju zainteresowań są także miejscem nabywania cennego doświadczenia, które może być wykorzystane na ścieżce zawodowej.

Członkowie tych organizacji pełnią wiele odpowiedzialnych funkcji, co wiąże się z nabyciem i rozwijaniem umiejętności poszukiwanych na rynku pracy, takich jak skuteczne komunikowanie się, zarządzanie sobą w czasie, koordynacja zadań zespołu czy praca w grupie. Dzięki takiemu doświadczeniu można zaprezentować się pracodawcom jako osoba otwarta, zaangażowana i samodzielna, co może zadecydować o przyjęciu do wymarzonej pracy.

Jak działalność w organizacjach przekłada się na twoją karierę?

- Nabywasz umiejętności miękkie, ale również twarde, jak pisanie i rozliczenie projektów.
- Wyróżniasz się proaktywną postawą na tle innych kandydatów.
- Zdobywasz pewność siebie i samodzielność.
- Budujesz sieć kontaktów.

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

Jeśli interesuje cię problematyka społeczna bądź sprawy publiczne, warto pomyśleć o zdobywaniu doświadczenia zawodowego w organizacjach non profit, takich jak fundacje lub stowarzyszenia. Często zatrudniają one studentów do realizacji konkretnych projektów w ramach umów cywilno-prawnych. Zaletą organizacji pozarządowych jako pracodawców jest oferta ciekawych i rozwijających zadań oraz dużo przestrzeni na samodzielność i własną inicjatywę. Dodatkowym atutem jest ich często elastyczny czas pracy, dzięki czemu można łatwiej połączyć pracę z nauką.

Doświadczenie zawodowe możesz zdobywać w organizacjach pozarządowych także jako ich wolontariusz (więcej informacji s. 57). Jest to cenna możliwość szczególnie na początku drogi zawodowej. Poza tym doświadczenie w pracy wolontariackiej mówi pracodawcy, że jesteś osobą odpowiedzialną i zaangażowaną. Udział w wolontariacie wymaga zwykle doskonałej samoorganizacji, a często także znajomości języków lub odporności na stres, co sprawia, że jest aktywnością coraz częściej docenianą przez pracodawców.



www.wolontariat.org.pl
www.ochotnicy.waw.pl
www.ngo.pl



Ochotnicy Warszawscy

A może masz własny pomysł na działalność organizacji pozarządowej? Proces zakładania jej wcale nie jest skomplikowany. Najważniejsze, by przemyśleć jej cel i ideę oraz dobrać najlepiej odpowiadającą celowi formę: fundacji lub stowarzyszenia. O tym, czym różni się stowarzyszenie od fundacji oraz jak je założyć krok po kroku, dowiesz się na stronie:



www.ngo.pl (zakładka Poradnik- zakładanie organizacji)

■ PRAKTYKA ZAWODOWA

Na wielu uczelniach i kierunkach istnieje obowiązek odbycia praktyk zawodowych. Ich cel, zakres i wymiar godzinowy jest zazwyczaj indywidualnie ustalany przez jednostki dydaktyczne. Uczelnie wyznaczają też osoby odpowiedzialne za organizację praktyk i kontakt ze studentami: koordynatorów, opiekunów bądź pełnomocników ds. praktyk. Ich zadaniem jest nadzorowanie, dokumentowanie i zaliczanie praktyk studenckich. Wybór miejsc odbywania praktyk zależy od zasad obowiązujących na danej uczelni. Niekiedy umieszczają one na stronach listę miejsc, w których studenci mogą odbywać praktyki, ale można też samodzielnie prowadzić poszukiwania. Kolejnym etapem jest podpisanie umowy/ porozumienia, którego stronami zwykle są student, uczelnia oraz organizacja/ instytucja/firma.

By praktyka nie była tylko obowiązkiem, ale pożytecznie i atrakcyjnie zagospodarowanym czasem, warto dobrze przemyśleć wybór miejsca odbycia praktyki, dowiedzieć się jak najwięcej o jej programie oraz podejść do niej sumiennie i obowiązkowo.

■ PRAKTYKA STUDENCKA (NIEOBOWIĄZKOWA)

Studenci mogą też indywidualnie realizować praktyki, które nie wymagają formalnego udziału uczelni. Mogą być one płatne bądź bezpłatne.

Źródłem informacji o pracodawcach poszukujących praktykantów jest wiele, można zwrócić się o pomoc w ich znalezieniu do akademickiego biura karier (więcej informacji na s. 45) bądź skorzystać z serwisów pośredniczących w znajdowaniu pracy lub praktyk. Dobrym sposobem na rozeznanie jest także uczestnictwo w targach pracodawców (targach kariery). Stwarzają one możliwość zadania pytań przedstawicielom organizacji o możliwości odbywania praktyk, perspektywę kariery czy ścieżki rozwoju.

Przed podjęciem praktyki w danej organizacji warto zasięgnąć jak najwięcej informacji na jej temat oraz sprawdzić, czy posiada ona programy praktyk i wyznacza osoby, które odpowiadają za ich realizację. Warto podejmować praktyki, gdyż poza możliwością zdobywania wiedzy o zawodach i stanowiskach czy nabywania nowych umiejętności, dają one szansę na zaprezentowanie się potencjalnemu pracodawcy.

■ STAŻE

Oprócz praktyk studenckich i absolwenckich istnieją także tzw. staże, często z praktykami mylone bądź traktowane jako synonim. Pod tym pojęciem rozumie się dłuższą współpracę (najczęściej jest to okres 3-12 miesięcy), za którą zazwyczaj przysługuje wynagrodzenie. Możliwość podjęcia stażu oferuje np. organizowany każdego roku w okolicach kwietnia konkurs 'Grasz o staż', w którym uczestnicy wybierają firmy, instytucje, w których chcieliby być przyjęci na staż, a następnie wykonują zlecone przez te organizacje zadania konkursowe. Niektóre organizacje prowadzą własne konkursy stażowe, warto więc śledzić ich działania w mediach społecznościowych i na stronach internetowych.

Wybierając miejsce praktyki, zwróć uwagę:

- Praktyka powinna mieć pisemnie ustalony cel, program oraz harmonogram.
- Dobrym zwyczajem są szkolenia przygotowujące do wykonywania zadań.
- Organizacja powinna zapewnić opiekuna praktyk, odpowiedzialnego za merytoryczne sprawdzanie zadań.
- Praktykant ma prawo do całościowej i szczegółowej oceny zwrotnej wykonanych zadań.

■ DOŚWIADCZENIE ZAGRANICZNE

Niepowtarzalną szansą, jaką stwarza status studenta, jest możliwość uczestnictwa w programach wymiany, które umożliwiają studiowanie bądź pracę za granicą. Taką możliwość zapewnia m.in. program ERASMUS+ (więcej informacji s. 35), a także inne ciekawe programy i przedsięwzięcia, takie jak Work and Travel i podobne, których celem jest umożliwienie studiów, staży bądź pracy za granicą. W kontekście kwalifikacji zawodowych istotne jest, że są one potwierdzeniem znajomości języka obcego na komunikatywnym poziomie.

Studenci z doświadczeniem zagranicznym są także uznawani za bardziej samodzielnych, zaradnych i „obytych” w świecie, a to cechy, które przydają się w każdej pracy i są przez pracodawców bardzo cenione.

PORUSZANIE SIĘ PO RYNKU PRACY

Warszawski rynek pracy jest uznawany za jeden z najbardziej atrakcyjnych w Polsce. Jak podaje Rocznik Statystyczny Warszawy (2017), działami gospodarki dynamicznie rozwijającymi się, na które warto już teraz zwrócić uwagę są: branża finansowa i ubezpieczeniowa, doradztwo związane z zarządzaniem, działalność profesjonalna, naukowa i techniczna (czyli działalność prawnicza, rachunkowa i księgową, badania naukowe, badania rynku i opinii publicznej, reklama, działalność w zakresie architektury i inżynierii itp.) edukacja oraz opieka medyczna i pomoc społeczna. Z kolei sektorami oferującymi najwyższe wynagrodzenia są: informacja i komunikacja, działalność finansowa i ubezpieczeniowa, obsługa nieruchomości oraz działalność profesjonalna, naukowa i techniczna.

Rozwojowi kariery sprzyja jak najszybsze wejście na rynek pracy, w tym rozpoczęcie poszukiwań pracy zgodnej z kierunkiem studiów. Pierwsza praca, którą podejmiesz w trakcie studiów, zwykle nie wymaga wysokich kompetencji, jednak warto pamiętać, żeby w odpowiednim czasie rozpocząć poszukiwania pracy zgodnej z posiadanymi kwalifikacjami.

■ OD CZEGO ZACZAĆ?

Sukces na rynku pracy zależy także od odpowiedniego przygotowania się do poszukiwań oraz zrozumienia mechanizmów, jakimi rządzą się procesy rekrutacji. Sama wiedza, kompetencje i umiejętności nie wystarczą. Warto zacząć od przygotowania profesjonalnego CV. W jego napisaniu mogą ci bezpłatnie pomóc doradcy zawodowi z uczelnianych biur karier (więcej informacji s. 45) oraz doradcy w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej (więcej informacji s. 46). Mają oni wiedzę o tym, czego oczekują rekruterzy oraz na co zwracają uwagę czytając CV.

Cechy profesjonalnego CV:

- Wszystkie informacje, które podajesz mają odzwierciedlenie w rzeczywistości.
- Prezentuje twój profil zawodowy w przejrzysty sposób. Za każdym razem, gdy pracujesz nad swoim CV, warto dać je do oglądu i oceny osobie trzeciej i zapytać o to, na ile jest ono czytelne.
- Wyłania się z niego spójny wizerunek ciebie jako potencjalnego pracownika. Można szybko znaleźć informacje o tym, co już wiesz, co potrafisz i do czego dążysz na rynku pracy.
- Informacje przedstawione w CV dostosowane są do potrzeb stanowisk, na które chcesz aplikować. Pisząc o swoich atutach, które nie są przydatne na danym stanowisku niepotrzebnie zajmujesz miejsce w CV.

Nie zapomnij napisać o swoich pozazawodowych osiągnięciach i oryginalnych zainteresowaniach. W procesie rekrutacji masz się zaprezentować jako solidna, kompetentna, ale także ciekawa i pasująca do zespołu osoba. Twoje sukcesy i osiągnięcia w dziedzinach pozazawodowych świadczą o tobie i twojej osobowości, warto się tym pochwalić.

■ POSZUKIWANIA CZAS ZACZAĆ

By znaleźć satysfakcjonującą pracę, trzeba uzbroić się w cierpliwość. Nie każda oferta pracy jest ofertą dla ciebie. Błędem popełnianym nie tylko przez młodych ludzi jest wysyłanie setek takich samych CV i listów motywacyjnych na wszystkie ogłoszenia. To droga o niewielkim potencjale sukcesu.

By zwiększyć szansę na znalezienie odpowiedniej pracy:

1. Naucz się „czytać” oferty pracy, wyłapuj kluczowe słowa, które pomogą ci zrozumieć oczekiwania rekruterów.
2. Swoje aplikacje za każdym razem dopasowuj do profilu danej organizacji i konkretnego ogłoszenia. Eksponuj wiedzę, umiejętności i kompetencje potrzebne na stanowisku pracy, na które aplikujesz.
3. Pamiętaj, by zmieniać nazwy przedsiębiorstw, do których adresujesz swój list motywacyjny oraz koniecznie zadbaj o wymaganą klauzulę o przetwarzaniu danych – to na pozór drobnostki, ale zapominanie o nich może wykluczyć cię z dalszej rekrutacji.
4. Solidnego przygotowania wymaga także rozmowa kwalifikacyjna. Część pytań, które na niej padną, można próbować przewidzieć i przygotować sobie wcześniej sensowne odpowiedzi. Ważne, by umieć w ciągu 2-3 minut przedstawić siebie jako potencjalnego pracownika, swoje dotychczasowe osiągnięcia i plany zawodowe.
5. Przed rozmową musisz też mieć wyklarowane oczekiwania co do warunków pracy, w tym wysokości wynagrodzenia.
6. Zawsze podawaj jedynie prawdziwe informacje na temat twoich kompetencji i osiągnięć.
7. Miej na uwadze, że częstą praktyką rekruterów jest także przeglądanie profili społecznościowych potencjalnych kandydatów i zadbaj o swój wizerunek w przestrzeni internetowej. Dbaj o wszystkie te kwestie sprawi, że zaprezentujesz się jako osoba solidna i godna zaufania.
8. Osobną kwestią poza przygotowaniem merytorycznym do rozmowy jest autoprezentacja, która niekiedy może przesądzić o przyjęciu bądź nie przyjęciu cię do pracy. Ważne jest, by poznać środowisko zawodowe, które cię interesuje, dopasować swoje zachowanie i wygląd do specyfiki danej organizacji oraz szanować czas osób umawiających się z tobą na spotkanie.

Warto śledzić organizacje, które cię interesują i zdobywać wiedzę o ich działaniach, kulturze organizacyjnej czy akcjach społecznych – w ten sposób pokazujesz swoje zaangażowanie i motywację do podjęcia pracy w danym miejscu.

MOJA PIERWSZA PRACA

Aplikacja rozpatrzona pozytywnie, rozmowa poszła bez zarzutu, otrzymujesz telefon z propozycją pracy. Co teraz? Podstawą jest ustalenie, czy pracę będziesz wykonywać na podstawie umowy o pracę, czy na podstawie umowy cywilnoprawnej (np. dzieło albo zlecenie). Pamiętać należy, że w przypadku umowy o pracę, stosunek pracy, a więc twoje prawa i obowiązki regulują nie tylko zapisy samej umowy, ale także kodeks pracy. W obu przypadkach należy dokładnie przeczytać umowę i zadbaj o to, by pracodawca wywiązał się z uzgodnionych warunków, jednakże przy umowach cywilnoprawnych regulacje kodeksowe są znacznie mniejsze i tym bardziej istotne jest wprowadzenie wszystkich ustaleń do umowy.

Przed podpisaniem umowy:

1. Sprawdź prawidłowość danych swoich i pracodawcy.
2. Zanim podpiszesz, dokładnie przeczytaj CAŁĄ umowę i sprawdź, czy wszystko jest dla ciebie zrozumiałe i akceptowalne. Pamiętaj, że to ostatni moment na negocjowanie warunków.
3. Pytaj i proś o wyjaśnienie pracodawcę, jeśli coś jest niejasne bądź dostrzegasz braki. Pisemna umowa jest podstawą dochodzenia praw; musisz zadbać, by była kompletna, poprawna i zawierała wszystkie ustalenia twoje i pracodawcy.
4. Jeśli potrzebujesz porady prawnej, możesz skorzystać z bezpłatnej porady w twojej dzielnicy bądź na uczelni (więcej informacji s. 77).

INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE NA RYNKU PRACY

Poruszanie się po rynku pracy wymaga doświadczenia i praktyki. Pomoc możesz uzyskać w takich instytucjach, jak akademickie biura karier lub urzędy pracy.

AKADEMICKIE BIURA KARIER

Akademickie biura karier to instytucje rynku pracy, których celem jest pomaganie studentom i absolwentom w wejściu na rynek pracy poprzez świadczenie różnego rodzaju usług. Za ich pośrednictwem możesz skorzystać m.in. z:

- poradnictwa zawodowego, edukacyjnego, w zakresie zakładania własnej firmy/przedsiębiorczości;
- szkoleń z zakresu poruszania się po rynku pracy;
- szkoleń z rozwoju kompetencji miękkich;
- szkoleń z zakresu zakładania własnej działalności gospodarczej;
- organizacji praktyk studenckich (informowanie o możliwościach, ofertach, kierowanie na praktyki, ewaluacja);
- targów pracy, giełd ofert, spotkań z pracodawcami;
- bazy ofert pracy, praktyk, staży i wolontariatu.

URZĄD PRACY

Jeśli jesteś studentem studiów wieczorowych, zaocznych lub absolwentem wyższej uczelni i poszukujesz zatrudnienia, możesz skorzystać ze wsparcia Urzędu Pracy m.st. Warszawy.

Przychodząc do Urzędu Pracy masz możliwość uczestniczenia w wielu rekrutacjach na stanowiska zgłaszane przez lokalnych pracodawców. Pośrednictwo pracy to podstawowa usługa publicznych służb zatrudnienia, realizowana również w formie giełd i targów pracy.

Oprócz ofert pracy, osoby bezrobotne mają możliwość skorzystania z pomocy doradcy zawodowego, a także licznych instrumentów rynku pracy umożliwiających podjęcie stażu, podniesienie kwalifikacji zawodowych lub zatrudnienia przy częściowym zwrocie kosztów zatrudnienia u pracodawcy.

Specjalnym rozwiązaniem dedykowanym bezrobotnej młodzieży, która nie ukończyła 30 roku życia jest system bonów (bon stażowy, bon szkoleniowy, bon zatrudnieniowy, bon na zasiedlenie). Umożliwiają one zdobycie doświadczenia, zatrudnienie na umowę o pracę, szkolenie, a także obniżenie kosztów zmiany miejsca zamieszkania w związku z podjęciem pracy w innym mieście (np. wynajmu mieszkania). Bony zapewniają elastyczność, ponieważ to klient sam decyduje gdzie i w jaki sposób chciałby zrealizować dany rodzaj bonu.

Istotnym wsparciem są rozwiązania mające na celu rozwój zawodowy poprzez finansowanie szkoleń (indywidualnych i grupowych) lub studiów podyplomowych. Przedsiębiorcza młodzież rozważająca podjęcie działalności gospodarczej może ubiegać się o dotację na założenie firmy.

Oprócz Urzędu Pracy m.st. Warszawy w mieście ma siedzibę także Wojewódzki Urząd Pracy realizujący inne zadania – z tych, które mogą cię zainteresować, to koordynacja i świadczenie usług poradnictwa i informacji zawodowej oraz organizacja międzynarodowego pośrednictwa pracy w ramach sieci EURES Sieć Europejskich Ofert Pracy. Przy Wojewódzkim Urzędzie Pracy funkcjonuje Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej.

W Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Warszawie możesz skorzystać z bezpłatnych konsultacji zawodowych, które mogą odbywać się osobiście bądź przez Skype'a. Usługa jest przeznaczona dla każdej pełnoletniej osoby, bez względu na jej miejsce zamieszkania i status na rynku pracy. By porozmawiać z doradcą zawodowym, wystarczy umówić się drogą telefoniczną bądź e-mailową.

Bez względu na to, jaki jest twój status na rynku pracy, możesz uzyskać pomoc w ramach tzw. „Zielonej Linii” Centrum Informacyjnego Służb Zatrudnienia 19 524. Wśród usług tej platformy można wymienić dostęp do informacji o miejscach pracy, szkoleniach w twoim regionie, pomoc w stworzeniu podstaw CV (Fabryka CV) oraz możliwość umieszczenia swojego CV w bazie dla potencjalnych pracodawców.



www.up.warszawa.pl

www.zielonalinia.gov.pl

www.wupwarszawa.praca.gov.pl



Umów się z doradcą
zawodowym:

19 524 – telefon

na zieloną linię

22 532 22 08, 532 22 41

– doradztwo zawodowe

22 532 22 12, 532 22 43

– doradztwo w zakresie
przedsiębiorczości



konsultacje@wup.mazowsze.pl

■ INKUBATORY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

Na niektórych uczelniach działają inkubatory przedsiębiorczości, które służą promowaniu i wspieraniu przedsiębiorczości akademickiej. Są one dedykowane studentom, doktorantom i pracownikom danej uczelni, którzy są zainteresowani rozpoczęciem działalności gospodarczej bądź po prostu chcą poszerzyć swoją wiedzę w różnych obszarach. Usługi inkubatorów to m.in. oferta bezpłatnych zajęć i warsztatów, konsultacji ze specjalistami w zakresie prawa, zarządzania projektami czy pozyskiwania środków unijnych. Często jest to także po prostu kreatywna przestrzeń, zarówno do pracy, jak i współpracy.

Nawet jeśli nie planujesz założenia swojej firmy, korzystając z oferty edukacyjnej inkubatorów pozyskujesz cenną wiedzę, która może ci się przydać na różnych etapach kariery.

Jeśli masz konkretny pomysł na biznes, a boisz się ryzyka z tym związanego, możesz rozważyć skorzystanie z oferty akademickich inkubatorów przedsiębiorczości, które mają charakter odpłatny. Możesz wybrać dowolny inkubator, niekoniecznie ten przy twojej uczelni. Oferty poszczególnych uczelni różnią się między sobą zakresem usług. Wśród AIP można wyróżnić te, które zajmują się preinkubacją – podstawową usługą jest wówczas możliwość skorzystania z osobowości prawnej inkubatora i prowadzenie działalności jako jego pion, bez konieczności rejestracji. Dla bardziej dojrzałych projektów przeznaczone są usługi oparte na zasadzie inkubacji – szkolenia, pomoc prawna, finansowa, lokalowa, księgowa itp. Gdy uznasz swoją firmę za dojrzałą i nie wymagającą pomocy, możesz opuścić inkubator i rozwijać biznes na zasadach wolności gospodarczej.

Wartym uwagi miejscem na wykorzystanie potencjału intelektualnego do celów biznesowych są centra transferu technologii. Powstają one w celu sprzedaży lub nieodpłatnego przekazywania do gospodarki wyników badań i prac rozwojowych prowadzonych na uczelniach.

■ CENTRUM PRZEDSIĘBIORCZOŚCI SMOLNA

Centrum Przedsiębiorczości Smolna (CPS) to inicjatywa miejska, która powstała z myślą o osobach, które chciałyby założyć własną firmę lub pragną rozwijać już istniejące przedsiębiorstwo. Za jej pośrednictwem możesz bezpłatnie skorzystać z sali warsztatowej, wynająć biurko lub biuro w preferencyjnej cenie, umówić się na konsultacje biznes planu czy zapisać się na spotkanie networkingowe. Pracownicy służą pomocą również w sprawach dofinansowania działalności. Rolą CPS jest zapewnienie przedsiębiorcom dostępu do informacji w formie bezpłatnych konsultacji, szkoleń i warsztatów pomocnych na różnych etapach prowadzenia działalności gospodarczej oraz w różnych obszarach, m.in. podatków, poszukiwania pracowników, pozyskiwania źródeł finansowania, a także wielu innych, istotnych dla przedsiębiorców.



Centrum Kreatywności Targowa (CKT) to miejska jednostka pełniąca rolę inkubatora przedsiębiorczości dla start-upów sektora kreatywnego. Rolą CKT jest wsparcie przedsiębiorczości m.in. przez integrację warszawskich inicjatyw kreatywnych oraz inne działania ukierunkowane na ich rozwój. Największą część obiektu stanowią pomieszczenia biurowe zapewniające komfortowe warunki pracy dla młodych firm działających w takich obszarach jak: design, moda, gry komputerowe, architektura, film i wideo itp. Warto wspomnieć o niesamowitym przeszklonym dziedzińcu, który zaskakuje większość gości oglądających budynek z zewnątrz. Wsparcie, na jakie możesz liczyć odwiedzając Centrum obejmuje m.in. możliwość wynajmu biura po preferencyjnej stawce, bezpłatne korzystanie z sal warsztatowych oraz uczestnictwo w wydarzeniach przeznaczonych dla przedsiębiorców sektora kreatywnego.

Warto wiedzieć, że w Warszawie istnieją miejsca darmowej przestrzeni co-workingowej, w której możesz się uczyć, wykonywać zadania do swoich studenckich i pozastudenckich projektów lub po prostu pracować. Miejsca te są objęte darmową siecią wi-fi. Sprawdź, czy nie ma ich w okolicy twojego domu czy uczelni. Przestrzeń taką oferują ośrodki i domy kultury, a także wiele bibliotek.

MIASTO STOŁECZNE WARSZAWA JAKO PRACODAWCA

Miasto stołeczne Warszawa jest największym pracodawcą w Warszawie. Składa się z ponad 30 biur Urzędu Miasta, 18 urzędów dzielnic oraz licznych jednostek i spółek miejskich. Jeśli zastanawiasz się, czy praca w urzędzie jest dla ciebie, warto zacząć od podjęcia w nim praktyki. Urząd ma do zaoferowania praktyki studenckie, absolwenckie oraz praktyki w ramach aplikacji radcowskiej. By się na nie zgłosić, należy złożyć podpisane odręcznie podanie (min. miesiąc przed planowanym terminem praktyk) do wybranego biura lub urzędu dzielnicy. W ramach procesu podnoszenia kwalifikacji zawodowych praktykanci mają możliwość wzięcia udziału w wybranym szkoleniu wewnętrznym.



www.bip.warszawa.pl (zakładka Rekrutacja - staże i praktyki)

Drugą możliwością jest podjęcie płatnych praktyk absolwenckich w biurach Urzędu i dzielnicach, które ogłaszają taką możliwość. Kandydaci muszą wówczas złożyć wymagane dokumenty w terminie wskazanym w ogłoszeniu. Płatne praktyki trwają 3 miesiące i odbywają się w pełnym wymiarze godzin, w godzinach pracy Urzędu.



www.bip.warszawa.pl (zakładka Rekrutacja - praktyki absolwenckie)

Jeśli masz już za sobą pierwsze doświadczenia pracy w Urzędzie i chcesz podjąć współpracę bądź stałe zatrudnienie, śledź aktualne ogłoszenia o naborze:



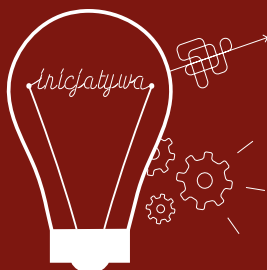
www.erekrutacje-bip.um.warszawa.pl

**Jak realizować swoje pomysły na
ulepszenie miasta?**

**Gdzie wyrazić swoje zdanie na temat
polityk miejskich?**

Co mogę robić lokalnie?

Komu i jak pomagać?



AKTYWNOŚĆ SPOŁECZNA

Miasto stołeczne Warszawa to wspólnota aktywnych mieszkańców, włączających się w jego kształtowanie i rozwój niezależnie od wieku czy lat zamieszkania. Masz do wyboru wiele dróg i możliwości, które pozwalają na zgłaszanie pomysłów, działanie bądź wyrażanie swojego zdania. O tym, w jaki sposób możesz zrobić coś dla siebie, dla swojego otoczenia i dla innych, dowiesz się w tej części Informatora.

SAMORZĄD STUDENCKI

Jak to działa?

Najpopularniejszą formą zrzeszania się studentów jest samorząd studencki. Każda osoba posiadająca status studenta jest członkiem samorządu swojej uczelni, ponieważ samorząd to po prostu wszyscy studenci. Jako przedstawiciel samorządu możesz aktywnie angażować się w życie twojej uczelni i mieć wpływ na takie kwestie jak m.in. regulamin i program studiów, dydaktyka, życie kulturalne na studiach czy rozdział środków finansowych na cele studenckie. Najczęściej w ramach samorządu funkcjonują też specjalne komisje dedykowane różnym sprawom studenckim, np. stypendiom, dydaktyce, promocji i informacji itp. Struktury samorządów różnią się pomiędzy uczelniami, przyjmując formę najbardziej odpowiadającą potrzebom danej jednostki dydaktycznej. Najczęściej osoby zainteresowane aktywnym działaniem w strukturach uczelni mają kilka możliwości:

- Na wielu uczelniach istnieje funkcja tzw. starosty lub starościny roku, o którą warto się starać, jeśli chcesz należeć do reprezentacji samorządu. Bycie starostą roku jest szansą na to, by dać się poznać jako osoba zaangażowana i odpowiedzialna i zyskać poparcie w wyborach do zarządu samorządu studenckiego.
- Zarząd samorządu studentów uczelni, wydziału bądź instytutu wyłaniany jest w trybie demokratycznych wyborów. Jeśli chcesz należeć do przedstawicieli samorządu, musisz zgłosić swoją kandydaturę oraz przeprowadzić atrakcyjną i skuteczną kampanię wyborczą, by przekonać innych studentów, że będziesz odpowiedzialnie reprezentować ich sprawy przed kadrą uczelnianą.
- Jako przewodniczący samorządu studenckiego w swojej jednostce stajesz się także reprezentantem studentów w ciałach ogólnopolskich, takich jak Parlament Studentów Rzeczypospolitej Polskiej. Pamiętaj, żeby zgłosić tam swoje dane oraz śledzić działania Parlamentu.



www.psrp.org.pl

BUDŻET PARTYCYPACYJNY



Czym jest budżet partycypacyjny?

Budżet partycypacyjny daje ci wyjątkową możliwość wpływu na najbliższą okolicę oraz na rozwój Warszawy. Możesz decydować o tym, na co zostaną przeznaczone pieniądze z budżetu Warszawy – do tej pory mieszkańcy zdecydowali o wydaniu prawie 200 mln zł. Ścianka wspinaczkowa nad Wisłą, stoły piknikowe w Lesie Bielańskim, murale na Ursynowie, seanse kina plenerowego, to tylko kilka spośród setek projektów zrealizowanych dzięki pomysłom mieszkańców.

Jak możesz zaangażować się w budżet partycypacyjny?

-  Zgłaszając się do dzielnicowego zespołu ds. budżetu partycypacyjnego.
-  Zgłaszając swoje własne pomysły.
-  Rozmawiając o zgłoszonych pomysłach na spotkaniach mieszkańców i forum dyskusyjnym.
-  Głosując na pomysły, które według Ciebie powinny zostać zrealizowane.

Kto może zaangażować się w budżet partycypacyjny m.st. Warszawy?

W budżecie partycypacyjnym mogą brać udział wszyscy mieszkańcy Warszawy – również ci, którzy przyjechali tu tylko na studia, mieszkają w akademiku lub wynajmują mieszkanie – zameldowanie nie jest wymagane.



www.twojbudzet.um.warszawa.pl



Budżet partycypacyjny
w Warszawie



twojbudzet@um.warszawa.pl

KONSULTACJE SPOŁECZNE/ PODEJMOWANIE DECYZJI WRAZ Z MIESZKAŃCAMI



Co to są konsultacje społeczne?

Pewnie nieraz zdarzyło ci się zetknąć z ogłoszeniami, które zapraszały do podzielenia się opinią na temat planowanej miejskiej inwestycji (np. przebiegu linii tramwajowej lub powstania miejsca aktywności lokalnej) albo tworzonej w mieście strategii. Było to właśnie zaproszenie na konsultacje społeczne.

Przykład:

Jakie Veturilo po 2016 roku?

W stolicy zastanawiano się nad tym, jak ma się zmienić system rowerów miejskich Veturilo w Warszawie; ile ma być wypożyczalni i gdzie mają być zlokalizowane, a także co można poprawić, by system był jak najlepszy. W tym celu zorganizowano warsztaty i cykl spotkań konsultacyjnych, na których mieszkańcy mogli podzielić się swoimi pomysłami i opiniami dotyczącymi planowanych zmian.

Kto może wziąć udział w konsultacjach społecznych?

W konsultacjach może wziąć udział każdy, kto chce. Nie trzeba nawet mieszkać na stałe w stolicy ani być tu zameldowanym.

Jak przebiegają konsultacje społeczne?

Kiedyś konsultacje polegały często jedynie na możliwości zapoznania się z dokumentem w Urzędzie i przekazania do niego swoich uwag. Coraz częściej jednak konsultacje przybierają różne ciekawe formy: spotkań dyskusyjnych, debat, warsztatów lub spacerów badawczych, w trakcie których można wyrazić swoją opinię, poznać potrzeby innych, zadać pytania urzędnikom i ekspertom, a także spotkać swoich sąsiadów. Równoległą przestrzenią, w której organizowane są konsultacje jest Internet, są to np. ankiety on-line albo geo-ankiety. Zatem nawet kiedy ma się mało czasu, można poświęcić tylko kilka minut, aby mieć wpływ na swoje miasto.

Dlaczego warto wziąć udział w konsultacjach społecznych?

W konsultacjach społecznych warto wziąć udział, szczególnie jeśli ich temat dotyczy codziennego życia lub miejsc, w których spędzasz dużo czasu. Możesz dzięki temu współtworzyć ostateczny kształt tych przestrzeni, który uwzględni twoje potrzeby i spełni wypowiedziane oczekiwania.



www.konsultacje.um.warszawa.pl



Konsultacje społeczne Warszawa

INICJATYWA LOKALNA



Czym jest inicjatywa lokalna?

Masz pomysł na działanie na rzecz twojej społeczności lokalnej, w gronie sąsiadów lub znajomych, ale brakuje ci odpowiednich materiałów bądź sprzętu? Możesz skorzystać z możliwości, jakie daje inicjatywa lokalna. Jest to forma współpracy Urzędu Miasta z mieszkańcami, polegająca na wspólnej realizacji zadania publicznego na rzecz społeczności lokalnej (osiedla, dzielnicy, całego miasta), np. odnowienie podwórka, piknik sąsiedzki czy wspólny ogródek. Urząd w ramach inicjatywy może np. zakupić materiały lub usługi, zapewnić wsparcie organizacyjne czy wypożyczyć sprzęt niezbędny do realizacji zadania. Nie może natomiast przekazać mieszkańcom środków finansowych w formie dotacji (w tym pieniędzy na wynagrodzenie za wykonaną pracę). Z kolei twój wkład w realizację inicjatywy lokalnej może polegać na pracy społecznej (najwyżej punktowana we wniosku), wkładzie rzeczowym lub wkładzie finansowym.

Przykład:

Dzień sąsiada w Lesie Milowym. Na terenie Nadleśnictwa Drewnica w dzielnicy Wesoła mieszkańcy zorganizowali piknik integrujący sąsiadów. Nie zabrakło atrakcji i warsztatów, a zwieńczeniem imprezy był wspólny spacer po lesie. Łączna wartość inicjatywy: 10.590,00 zł.

Dla kogo jest inicjatywa lokalna?

W inicjatywę lokalną mogą zaangażować się zarówno grupy nieformalne (np. grupy znajomych czy wspólnoty mieszkańców), jak i podmioty posiadające osobowość prawną (organizacje pozarządowe). Do złożenia wniosku wystarczą dwie osoby.

Inicjatywa lokalna krok po kroku

Krok 1. Pomysły na działanie

Zgłaszane pomysły muszą wpisywać się w minimum jeden z poniższych obszarów:

- działalność wspomagająca rozwój wspólnot i społeczności lokalnych,
- działalność charytatywna,
- działalność na rzecz kultury i dziedzictwa narodowego,
- promocja i organizacja wolontariatu,
- edukacja, oświata i wychowanie,
- działalność w sferze kultury fizycznej i turystyki, ochrony przyrody,
- rewitalizacja.

Krok 2. Przygotowanie wniosku

Dla ułatwienia można skorzystać z gotowego formularza wniosku, który znajdziesz na stronie www.inicjatywa.um.warszawa.pl.

Krok 3. Ocena wniosku

Wniosek zostanie oceniony na podstawie następujących kryteriów:

- forma udziału mieszkańców – szczególnie praca społeczna,
- proporcja kosztów m.st. Warszawy do wartości całego zadania,
- stan przygotowania lub realizacji zadania,
- celowość realizacji zadania z punktu widzenia potrzeb społeczności lokalnej.

Krok 4. Ustalenie szczegółów i podpisanie umowy

Urząd zawiera z wnioskodawcami umowę na czas określony o wykonanie inicjatywy lokalnej. Obie strony zobowiązują się w niej do realizacji konkretnych zadań:

- mieszkańcy oferują swój wkład pracy społecznej, rzeczowy lub finansowy,
- urząd może kupić materiały, zamówić usługi specjalistów lub też udostępnić odpowiedni sprzęt.

Krok 5. Realizacja inicjatywy

Mieszkańcy i urzędnicy angażują się w realizację projektu zgodnie z podziałem zadań.

Krok 6. Podsumowanie projektu

Obie strony sporządzają sprawozdanie z wykonania inicjatywy lokalnej.



www.inicjatywa.um.warszawa.pl

MIEJSCA AKTYWNOŚCI LOKALNEJ I DOMY SĄSIEDZKIE

Miejsca aktywności lokalnej (MAL) to różnego typu przestrzenie (m.in. domy kultury, klubokawiarnie, domy sąsiedzkie), które sprzyjają realizowaniu pomysłów mieszkańców, nawiązywaniu sąsiedzkich relacji oraz aktywnemu spędzaniu czasu wolnego w najbliższym otoczeniu.

MAL-e mogą m.in. nieodpłatnie udostępniać mieszkańcom pomieszczenia i sprzęt potrzebny do działań oraz współorganizować lokalne wydarzenia. W MAL-ach możesz wziąć udział np. w spotkaniach sąsiedzkich, warsztatach lub kołach gier planszowych. Możesz stać się zarówno uczestnikiem, jak i organizatorem działań, które się tu odbywają. Charakter i program działań określają sami mieszkańcy!

Domy sąsiedzkie to szczególny rodzaj MAL-i. To miejsca, których cała przestrzeń oddana jest wyłącznie na aktywność mieszkańców, a głównym ich celem jest wspieranie lokalnych działań i integracja sąsiedzka.

Domy sąsiedzkie nie mają odgórnie ustalonego programu zajęć – to pomysły mieszkańców, grup nieformalnych i organizacji pozarządowych tworzą na bieżąco plan działania takiego miejsca.

W domach sąsiedzkich mieszkańcy mogą m.in. spotkać swoich sąsiadów, uczyć się nawzajem nowych rzeczy (sąsiedzkie warsztaty i szkolenia) organizować spotkania lub po prostu razem spędzać czas grając w planszówki. Dom sąsiedzki jest nie tylko przestrzenią, ale również społecznością ludzi związanych z tym miejscem i angażujących się w jego działania. Listę warszawskich domów sąsiedzkich znajdziesz na stronie:



www.inicjatywa.um.warszawa.pl/domysasiedzkie

Szukasz przestrzeni lub sprzętów do swojego lokalnego działania?

Odwiedź portal Spółdzielni Kultury, na którym formalne i nieformalne podmioty nieodpłatnie dzielą się swoimi zasobami – przestrzenią, sprzętem, produktami kultury. Zasoby udostępniane są na działania niekomercyjne, społeczno-kulturalne, otwarte dla mieszkańców Warszawy. Każdy może skorzystać z bazy Spółdzielni, każdy może dodać swój zasób.



www.spoldzielniakultury.waw.pl

A możesz masz masę pomysłów na rozwój okolicy, którą uważasz za ważną dla siebie i widzisz się w roli jej animatora? O tym, jak zostać animatorem oraz na jakie wsparcie ze strony miasta możesz liczyć, dowiesz się z inicjatywy: Warszawa Lokalnie. Tworzą ją przede wszystkim warszawiacy, wspierani przez warszawskie

organizacje doświadczone w działaniach z mieszkańcami, animatorami, lokalnymi instytucjami i partnerstwami. Możesz tam także wyszukać animatorów z najbliższego sąsiedztwa i wesprzeć ich w działaniach.



www.warszawalokalnie.waw.pl



WSPÓŁPRACA Z ORGANIZACJAMI POZARZĄDOWYMI

Czym są organizacje pozarządowe?

Organizacje pozarządowe to wszystkie podmioty, które nie są organami lub jednostkami podległymi administracji publicznej (rządowej i samorządowej), oraz których działalność nie jest nastawiona na osiągnięcie zysku, np. fundacje i stowarzyszenia. Katalog obszarów zaangażowania organizacji pozarządowych jest bardzo szeroki i obejmuje sferę pomocy społecznej, kultury, edukacji, ochrony środowiska i wiele innych. Warto wiedzieć, że status organizacji pozarządowych posiadają organizacje i zrzeszenia studenckie o różnych zasięgach geograficznych, celach i sposobach działania. Jeśli interesuje cię działalność w ramach środowiska akademickiego, warto zapoznać się z ich ofertami i wybrać tę, która najbardziej ci odpowiada. Możesz także rozważyć członkostwo w stowarzyszeniach naukowych i branżowych, które z reguły działają w formie właściwej dla organizacji pozarządowych. Bardzo często są one otwarte na studentów.

Miasto dla organizacji pozarządowych

M.st. Warszawa dokłada starań, by rozwijać współpracę z trzecim sektorem. Osobą odpowiedzialną za tę współpracę jest Pełnomocnik Prezydenta m.st. Warszawy ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi. Miasto opracowało także Program Rozwoju Współpracy m.st. Warszawy i Organizacji Pozarządowych do roku 2020, który wyznacza kierunki współpracy pomiędzy m.st. Warszawa a trzecim sektorem. Organizacje pozarządowe są również kluczowym partnerem samorządu w toczącym się dialogu społecznym, tzn. mają wpływ na działania podejmowane przez władze miejskie.

Jak możesz współpracować z organizacjami pozarządowymi?

- Biorąc udział w projektach realizowanych przez organizacje pozarządowe na uczelni, w domu kultury lub przestrzeni miejskiej. Wiele organizacji oferuje bezpłatne zajęcia, warsztaty czy udział w całych projektach.
- Pracując w organizacji pozarządowej w oparciu o umowę o pracę bądź umowę cywilno-prawną. Często praktyką organizacji pozarządowych jest zatrudnianie do kolejnych projektów byłych wolontariuszy.
- Będąc ich członkiem i biorąc udział w statych działaniach organizacji. Taka forma współpracy możliwa jest wówczas, gdy podejmiesz długookresową współpracę z organizacją.

- Będąc wolontariuszem w organizacji pozarządowej. To organizacje pozarządowe oferują najbogatszą ofertę wolontariatu, przede wszystkim dla osób młodych (więcej informacji w dalszej części Informatora).

Jak m.st. Warszawa wspiera organizacje pozarządowe?

- Standardową procedurą są otwarte konkursy ofert, które umożliwiają organizacjom pozarządowym realizację zadań publicznych zleconych przez m.st. Warszawę. Zazwyczaj konkursy ogłaszane są na wsparcie realizacji zadań, co oznacza, iż m.st. Warszawa przekazuje organizacji pozarządowej część środków finansowych (np. 80% całkowitych kosztów realizacji zadania), natomiast organizacja musi pozostałą część pozyskać z innych źródeł (czyli spoza budżetu m.st. Warszawy).
- Jedną z możliwości jest także tryb małych grantów, który różni się od otwartych konkursów zdecydowanie bardziej uproszczoną procedurą oraz większą swobodą określenia kierunków realizacji zadania publicznego. Kwota dofinansowania lub finansowania takiego zadania ze środków m.st. Warszawy nie może przekroczyć 10 000 złotych, a termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.
- W Warszawie działa Stołeczne Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych (SCWO), które oferuje organizacjom pozarządowym konsultacje, poradnictwo specjalistyczne dotyczące tego, jak założyć organizację pozarządową oraz gdzie i w jaki sposób pozyskiwać dofinansowanie. SCWO prowadzi także otwarte szkolenia, seminaria, webinaria, cykle edukacyjne i przestrzeń do prowadzenia działań (dostęp do sal szkoleniowych, sprzętu, pomoc w organizacji spotkań, co-working).
- Organizacje mogą liczyć na wsparcie w kwestii udostępniania przestrzeni na działanie, wynajmowania lokali.
- Warszawa wspiera promocję działań organizacji pozarządowych poprzez bezpłatną emisję spotów reklamowych na ekranach w komunikacji miejskiej, a także poprzez coroczny konkurs na najlepszą inicjatywę pozarządową - S3KTOR.



Więcej informacji:
www.ngo.um.warszawa.pl



www.ngo.pl



ngo@um.warszawa.pl



Centrum Komunikacji
Społecznej Urzędu
m.st. Warszawa,
Wydział Współpracy
z Organizacjami Pozarządowymi
22 443 34 00
22 443 34 01
faks 22 443 34 02

WOLONTARIAT

Czym jest wolontariat?

Wolontariat to dobrowolne, świadome i bezpłatne działanie na rzecz innych osób lub podmiotów, z wyłączeniem rodziny i przyjaciół. Działania wolontariackie mogą dotyczyć m.in. kultury, sportu, edukacji, zwierząt, ochrony środowiska, pomocy społecznej, a także wielu innych dziedzin.

Kto może zostać wolontariuszem?

Każda osoba, bez względu na wiek, doświadczenie i czas, którym dysponuje.

Jak zostać wolontariuszem?

Masz do wyboru kilka możliwości:

- Wiele uczelni organizuje programy wolontariackie dla swoich studentów. Sprawdź, jak to wygląda na twojej uczelni, np. zapytaj osobę zajmującą się sprawami studenckimi.
- W stolicy uruchomiony został projekt „Ochotnicy Warszawscy” promujący i rozwijający ideę wolontariatu, realizowany przez Urząd m.st. Warszawy, miejskie instytucje oraz warszawskie organizacje pozarządowe. Wejdź na portal www.ochotnicy.waw.pl, gdzie znajdują się oferty wolontariatu miejskiego z całej Warszawy i sprawdź co możesz zrobić pożytecznego.
- Skorzystaj z bazy ofert organizacji pozarządowych na www.ngo.pl lub zgłoś się bezpośrednio do organizacji/ instytucji organizującej wolontariat.
- Podejmij wolontariat zagraniczny. Taką możliwość zapewnia m.in. Wolontariat Europejski, oferując osobom w wieku od 17 do 30 lat podjęcie pracy społecznej za granicą, która może trwać od 2 do 12 miesięcy. Wolontariat zagraniczny często oferują też organizacje pozarządowe o zasięgu międzynarodowym, takie jak UNICEF, Amnesty International itp.

Możesz działać w: organizacjach pozarządowych, na uczelniach, w muzeach, domach kultury, teatrach, ośrodkach pomocy społecznej, domach dziecka, schroniskach dla zwierząt, ośrodkach sportowych, ogrodach botanicznych oraz wielu innych ciekawych miejscach.

Dzięki wolontariatowi możesz m.in.:

- rozwijać swoje zainteresowania i pasje;
- sprawdzić się w nowych sytuacjach, zyskać życiowe doświadczenie;
- poznać nowych ludzi, zobaczyć nowe miejsca;
- poznać kulturę organizacyjną różnych instytucji;
- spędzić ciekawie i kreatywnie czas;
- przeżyć przygodę!

Wolontariusz zostaje objęty ubezpieczeniem od następstw nieszczęśliwych wypadków, a w niektórych przypadkach również ubezpieczeniem OC. Ma też możliwość uzyskania ubezpieczenia zdrowotnego.

Zaangażowanie w charakterze wolontariusza może być także bardzo istotnym krokiem w Twojej karierze zawodowej. Więcej o korzyściach z wolontariatu w kontekście pracy znajdziesz na stronie:



www.ochotnicy.waw.pl



www.evs.org.pl



www.ngo.pl
(zakładka Ogłoszenia
– wolontariat-oferujemy)



Ochotnicy Warszawscy

DOSTĘP DO INFORMACJI PUBLICZNEJ

Na mocy ustawy z 6 września 2001 r. o dostępie do informacji publicznej, organy władzy państwowej i samorządowej powinny udostępniać każdą informację o sprawach publicznych, tj. informację publiczną. Mogą one dotyczyć: organów władzy publicznej i zasad jej funkcjonowania, polityki władz, danych publicznych, majątku publicznego. Informacja publiczna, która nie została opublikowana w Biuletynie Informacji Publicznej, jest udostępniana na wniosek osoby zainteresowanej.

Krok po kroku

Krok 1. Sporządź wniosek o udostępnienie informacji publicznej. Dla ułatwienia możesz skorzystać z formularza wniosku.

Krok 2. Złóż wniosek w najbliższej siedzibie Urzędu m.st. Warszawy lub wyślij pocztą, pocztą elektroniczną, faksem lub za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej.

Krok 3. Otrzymasz odpowiedź w ciągu 14 dni lub, w uzasadnionych przypadkach, w ciągu 2 miesięcy.

Wymagane dokumenty

Wniosek o udostępnienie informacji publicznej – w przypadku gdy nie można jej udzielić niezwłocznie.

Opłaty

W większości przypadków udostępnienie informacji publicznej jest bezpłatne. W wyjątkowych sytuacjach udostępnienie wiąże się z dodatkowymi kosztami. Wnioskodawca zostaje powiadomiony o wysokości ewentualnej opłaty w terminie 14 dni od dnia złożenia wniosku.

Miejsce złożenia i odbioru

WOM dla dzielnicy / Sekretariat / Kancelaria.

Jednostka odpowiedzialna

Osobą odpowiedzialną za udzielenie informacji publicznej jest kierownik danej komórki organizacyjnej (czyli tej instytucji, której dotyczy złożony wniosek).

Termin odpowiedzi

1. Bez zbędnej zwłoki, jednak nie dłużej niż 14 dni od dnia złożenia wniosku.
2. W uzasadnionych przypadkach nie dłużej niż 2 miesiące od dnia złożenia wniosku.

Tryb odwoławczy

W przypadku decyzji o odmowie udostępnienia informacji publicznej lub decyzji o umorzeniu postępowania o udostępnienie informacji odwołanie składa się do Samorządowego Kolegium Odwoławczego w Warszawie w terminie 14 dni od dnia jej otrzymania, za pośrednictwem organu, który wydał decyzję.

Inne możliwości

Jeśli szukasz informacji o mieście lub chcesz zgłosić awarię, odwiedź stronę Warszawa 19115 (więcej informacji na stronie).



www.warszawa19115.pl



Z jakich atrakcji mogę korzystać?
Jakie imprezy odbywają się w mieście?
Gdzie znajdę informację o tym, co się
dzieje w Warszawie?



CZAS WOLNY W MIEŚCIE

Czas na atrakcje i przyjemności! W Warszawie mogą rozwijać swoje pasje sportowcy, wielbiele muzyki, kina, przyrody, książki czy znawcy sztuki. Oferta miasta jest na tyle szeroka, że każdy znajdzie tu coś dla siebie. Każdego dnia coś się dzieje. Mają miejsce koncerty, spektakle, wernisaże, festiwale, imprezy plenerowe, sportowe i wiele innych atrakcji.

ZIELONA WARSZAWA

Warszawa słynie z licznych i rozległych rekreacyjnych terenów zielonych. Miasto jest we władaniu 79 parków, które pochodzą z różnych epok historycznych. Warte zobaczenia są zwłaszcza takie miejsca, jak Ogród Saski, Łazienki Królewskie, Pole Mokotowskie czy znajdujący się w ścisłym centrum miasta Ogród Krasińskich. Wielbicieli odpoczynku na świeżym powietrzu zainteresują tereny zielone biegnące wzdłuż Wisły (więcej informacji na dołączonej mapie). Wiele atrakcyjnych terenów zielonych znajduje się po prawej stronie Wisły: Park Praski (sąsiadujący z Warszawskim ZOO), Skaryszewski czy rozległe zielone lasy w dzielnicy Wawer. Warszawskie parki to różne style projektowania i urządzenia, w mieście możesz zobaczyć m.in.: ogrody sentymentalne (Park Arkadia Górna i Dolna), XIX-wieczne parki krajobrazowe (Park Sielecki, Park Praski), XX-wieczne parki miejskie w stylu krajobrazowym (Park Skaryszewski, Morskie Oko), a także parki modernistyczne (Park Wielkopolski, Park Dreszera).

Interesującą propozycją dla miłośników przyrody są ogrody botaniczne. Warto wiedzieć, że jeden z nich znajduje się w centrum miasta na dachu Biblioteki Uniwersytetu Warszawskiego.

Jeśli lubisz spacerować po lesie, możesz się wybrać do któregoś z miejskich lasów, np.: Bielańskiego, Kabackiego, Młocińskiego oraz skorzystać ze ścieżek edukacyjno-przyrodniczych, ścieżek zdrowia czy miejsc na ogniska. Miejska przestrzeń zielona to także skwery i zieleńce. Położone najczęściej w bezpośrednim sąsiedztwie terenów zasiedlonych, umożliwiają mieszkańcom codzienny kontakt z naturą.



www.zielona.um.warszawa.pl

www.lasymiejskie.waw.pl

www.warsawtour.pl

AKTYWNA WARSZAWA

Jeśli preferujesz aktywny sposób spędzania czasu, Warszawa oferuje rozbudowaną infrastrukturę rekreacyjno-sportową, na którą składa się 40 basenów, kilkadziesiąt hal sportowych oraz innych miejsc przeznaczonych dla wielbicieli różnych dyscyplin sportowych. Warto zwrócić uwagę na miejskie obiekty sportowe, które często mają charakter bezpłatny, a pozwalają na atrakcyjne spędzanie czasu w gronie znajomych: siłownie plenerowe, niektóre lodowiska czy boiska. Rozwinięte kompleksy sportowe posiada także kilka warszawskich uczelni, których oferta jest dedykowana studentom i pracownikom naukowym.

Większość pływalni i innych obiektów sportowych oferuje zniżki dla studentów, które udzielane są po okazaniu przez studenta legitymacji lub Karty Młodego Warszawiaka/Karty Warszawiaka. Pamiętaj, by o to zapytać i korzystać!

■ PO WARSZAWIE NA DWÓCH KÓŁKACH

Wiele atrakcyjnych ścieżek czeka na wielbicieli dwóch kółek. Rozwiniętą sieć dróg rowerowych mają wszystkie dzielnice, a są też trasy, z których możesz skorzystać chcąc przejechać przez całe miasto. Rozległe ścieżki ciągną się wzdłuż Wisły: możesz przejechać się wzdłuż Wału Miedzeszyńskiego oraz wzdłuż Wybrzeża Helmskiego, Gdyńskiego i Szczecińskiego. Bez problemu dostaniesz się także na drugą stronę Wisły przez warszawskie mosty. Warto wreszcie wybrać się rowerem poza miasto. Ścieżki dla rowerzystów są poprowadzone w tak urokliwych miejscach jak Puszcza Kampinoska czy Las Kabacki. Na wszystkich zainteresowanych odkrywaniem Warszawy na rowerze, ale nie posiadających własnego sprzętu, czekają wypożyczalnie rowerów Veturilo (więcej informacji na s. 10).



www.rowery.um.warszawa.pl

www.mapa.um.warszawa.pl



Rowerowa Warszawa

■ KLUBY FITNESS I SIŁOWNIE

W Warszawie istnieje kilkadziesiąt klubów fitness i siłowni. Oprócz tego miasto zapewnia swoim mieszkańcom tzw. siłownie plenerowe, które powstały w ramach programu Warszawa w dobrej kondycji. Są one dostępne w każdej dzielnicy przez cały rok, a składają się z sześciu urządzeń: wyciskacza, wahadła, biegacza, twistera, orbitreka i wioślarza.



www.wdobrejkondycji.waw.pl

■ SPORTY ZIMOWE

Kto powiedział, że zimą niewiele można robić w sferze aktywności fizycznej?

Na amatorów jazdy na nartach oraz snowboardzie czeka całoroczny stok „Górka Szczęśliwicka” przy ul. Drawskiej 22. Dodatkowo na „Szczęśliwcach” działa rekreacyjna kolejka grawitacyjna dla saneczkarzy.

Wiele atrakcji oferuje Zimowy Narodowy – to zimowe miasteczko usytuowane na stadionie PGE Narodowym, które otwierane jest na początku listopada, a zamykane na początku marca. W ramach ostatniej edycji można było skorzystać z górk lodowej, curlingu, skateparku oraz Disco Lodowisko.

Łyżwiarstwo to ciesząca się coraz większą popularnością dyscyplina, która pozwala uprzyjemnić zimowe dni. Kilkanaście sezonowych miejskich ślizgawek znajduje się niemal w każdej dzielnicy miasta. Warto wiedzieć, że wiele z nich jest bezpłatnych, np. na Bemowie, Pradze-Południe czy w Śródmieściu.

Lista lodowisk: www.sportowa.warszawa.pl
www.zimowynarodowy.pl
www.gorkaszczesliwicka.pl
www.aktywnawarszawa.waw.pl (zakładka Stok)



■ WODNE ATRAKCJE

Na terenie Warszawy możesz skorzystać z oferty około 40 basenów, co oznacza, że przynajmniej jeden z nich masz w swojej okolicy. Baseny różnią się od siebie infrastrukturą: niektóre oprócz torów pływackich posiadają wanny jacuzzi, sauny, a także zjeżdżalnie, inne są skierowane do osób, które chcą jedynie popływać. Na pływalniach można także wykupić pakiet zajęć służących nauce pływania, doskonalenia stylu pływania czy podnoszących kondycję fizyczną. Miasto ma w swojej ofercie także odkryte baseny, które stają się atrakcją latem. Amatorzy wodnego sportu wiele atrakcji znajdą także nad Wisłą (więcej na s. 67).

■ INNE OBIEKTY MIEJSKIE

Masz chęć pograć w nogę, siatkówkę czy koszykówkę ze znajomymi? Możesz skorzystać z otwartych boisk do gry w piłkę plażową nad Wisłą czy w Parku Mokotowskim. Możesz także „wypożyczyć” boisko szkolne najbliższej twojej okolicy. W tym celu wejdź na stronę swojej dzielnicy i zapoznaj się z godzinami udostępniania boisk. Ponadto do dyspozycji mieszkańców są także tzw. orliki i syrenki. Oprócz tego miejsce na swoją aktywność w Warszawie znajdą wielbiele takich sportów, jak: tenis, golf, wspinaczka, squash czy jazda konna oraz wielu innych, mniej popularnych.



www.edukacja.warszawa.pl
(zakładka Boiska szkolne udostępniane mieszkańcom - harmonogram)
www.sportowa.warszawa.pl

■ IMPREZY SPORTOWE

W Warszawie nie brakuje różnego rodzaju imprez i wydarzeń sportowych. Poniżej prezentujemy kilka cyklicznych i najbardziej popularnych:

Warszawska Triada Biegowa

Czyli biegi czczące pamięć uchwalenia Konstytucji 3 maja (3 maja), Powstania Warszawskiego (29 lipca) oraz odzyskania przez Polskę niepodległości w 1918 roku (11 listopada).

Biegnij Warszawo - zielone światło dla biegania

Największa impreza biegowa w Polsce (ok. 10 000 uczestników). Uczestnicy pokonują trasę 10 km, limit czasu to godzina.

Nightskating Warszawa

Jedna z najpopularniejszych imprez rolkowych w Warszawie. Wieczorny przejazd odbywa się ulicami, po których na co dzień jeżdżą samochody.

Skąd czerpać informacje?

Warto wiedzieć, że każda dzielnica zajmuje się sprawami sportu i rekreacji o zasięgu lokalnym poprzez specjalnie wyodrębnione wydziały czy zespoły powołane na rzecz sportu i rekreacji. Mogą one służyć ci informacją na temat tego, co dzieje się w sporcie w twojej dzielnicy.



www.sportowa.warszawa.pl
www.aktywna.warszawa.pl



Aktywna Warszawa

KULTURALNA WARSZAWA

Na bazę kulturalną Warszawy składają się teatry, kina, muzea, domy i ośrodki kultury, biblioteki, galerie i wszystko, czego może sobie zażyczyć miłośnik kultury i sztuki. Warto wiedzieć, że w większości muzeów i galerii raz w tygodniu (najczęściej jest to czwartek bądź niedziela) można zwiedzać ekspozycje bezpłatnie.

Korzystając z obiektów kultury, zawsze pytaj czy są uwzględniane zniżki dla studentów oraz zniżki związane z Kartą Młodego Warszawiaka/Kartą Warszawiaka. By skorzystać z upustu, musisz okazać swoją legitymację studencką.



46



29



81

Miasto cechuje też bogata i różnorodna oferta cyklicznych imprez kulturalnych. Odbywają się one przez cały rok i są skierowane do wielbicieli różnych dziedzin kultury i sztuki.

Noc Muzeów

To wydarzenie zyskujące w ostatnich latach coraz większą popularność. Podczas jednej z majowych, sobotnich nocy kilkadziesiąt muzeów, galerii, instytucji kulturalnych i innych obiektów staje się otwarta dla zwiedzających do późnych godzin nocnych. Noc Muzeów to nie tylko bierne oglądanie wystaw, ale także różne interaktywne formy, jak warsztaty czy zajęcia, a ponad to koncerty, spotkania z artystami, happeningi, pokazy filmowe oraz przedstawienia teatrów ulicznych.

Wianki

Wianki to impreza inspirowana prastarymi obrzędami świętojańskimi, które służyły celebracji żywiołów wody i ognia. W jej ramach odbywają się kiermasze, koncerty gwiazd, pokazy i propozycje kulinarne, happening z Wiankiem oraz wielki pokaz sztucznych ogni. Wydarzenie ma miejsce pod koniec czerwca, w pierwszą sobotę wakacji.

Święto Wisły

Wyścigi łodzi żaglowych, motorowych i wiosłowych, pokazy akrobacji na skuterach wodnych, pokazy ratownictwa wodnego, siatkówka plażowa, kajakowe kręgle, atrakcje dla dzieci oraz wiele innych atrakcji czekają na osoby świętujące dzień rzeki. Wydarzenie odbywa się we wrześniu na Cyplu Czerniakowskim.

Filmowa Stolica Lata

Jest to wydarzenie odbywające się w największych warszawskich parkach. Każdy może wypożyczyć za darmo leżak i zrelaksować się z rodziną i znajomymi przy filmie pod gołym niebem. Najczęściej projekcje filmów są wpisane w cykle tematyczne, powiązane z krajem produkcji filmów czy gatunkami.

Juwenalia

To święto o wieloletniej tradycji na rzecz studentów i wytwarzanej przez nich kultury. Każda uczelnia przygotowuje swój program i atrakcje, przy czym oferta ta jest skierowana do każdego studenta, bez względu na to, jaka jest jego macierzysta uczelnia. Jest to zatem okazja, by poznać studentów innych uczelni i wspólnie z nimi świętować. Programy uwzględniają zwykle takie atrakcje, jak: pokazy filmowe i taneczne, przeglądy teatralne, rozgrywki sportowe, koncerty i wiele innych.



www.kulturalna.warszawa.pl



Juwenalia Warszawskie

[www.um.warszawa.pl/](http://www.um.warszawa.pl/nocmuzeow/)

[nocmuzeow/](http://www.um.warszawa.pl/nocmuzeow/)

(zakładka Noc Muzeów)

INNE PROPOZYCJE UCZESTNICZENIA W KULTURZE

Zastanawiasz się, jak by to było grać na scenie? Lubisz dyskutować o literaturze, kinie czy sztuce konceptualnej? W Warszawie istnieje wiele możliwości aktywnego uczestniczenia w życiu kulturalnym. Działają tu kilkanaście domów i ośrodków kultury, które posiadają bogate programy zajęć: gry na instrumentach, nauki śpiewu, języków czy filmu i fotografii. Przy domach kultury często działają także studenckie bądź niestudenckie grupy teatralne, odbywają się wystawy i spektakle artystyczne, a także co warto wiedzieć – seanse filmowe uwzględniające współczesny repertuar. Bardzo istotnymi miejscami, w których „dzieje się” kultura są także kawiarnioksiążkarnie, w których często odbywają się

koncerty czy spotkania grup dyskusyjnych. Istotnymi, a czasem najważniejszymi lokalnymi ośrodkami kultury coraz częściej stają się biblioteki, które również przygotowują bogatą ofertę zajęć dla mieszkańców, a także organizują swoje własne projekty związane z propagowaniem kultury i edukacji kulturalnej poprzez różnego rodzaju akcje popularyzujące czytelnictwo. Uczestniczyć w kulturze można również w ramach uczelni. Istnieją studenckie kluby np. filmowe czy literackie, które poza przyjemnością z obejrzenia filmu czy przeczytania książki oferują możliwość dyskusji z osobami o podobnych zainteresowaniach. Odbywają się w nich różnego rodzaju imprezy studenckie czy posiedzenia samorządów studenckich.

WARSAWTOUR



Szukasz informacji o mieście? Gdzie zjeść, jak się przemieszczać, co warto zobaczyć czy gdzie się rozerwać? Te i inne informacje znajdziesz na stronie warsawtour.pl – oficjalnym portalu m.st. Warszawy przeznaczonym dla turystów i wszystkich przyjezdnych. W dziale Niezbędnik znajdziesz najważniejsze numery telefonów, przeczytasz jak poruszać się po Warszawie, gdzie wypożyczyć samochód lub jak znaleźć punkt bezpłatnego wi-fi. Jeśli planujesz wolny czas, skorzystaj z informacji w działach „Kultura i rozrywka” lub „Aktywny wypoczynek” albo wybierz się na jeden ze spacerów po mieście opisanych w zakładce „Warszawa dla każdego”. Strona umożliwia również przeglądanie i pobieranie bezpłatnych przewodników po Warszawie. Z ich pomocą odkryjesz zabytki cenione przez licznie odwiedzających Warszawę turystów i poznasz historię miasta. Na stronie znajdziesz także listę top 10 obiektów, które warto zobaczyć, będąc w Warszawie.



www.warsawtour.pl



Fall in Love with Warsaw



Fall-in-love-with-Warsaw



Aplikacja mobilna: **warsawtour**



ISSUU.com: **Visit Warsaw**
(broszury, informatory)



Punkty Warszawskiej Informacji
Turystycznej:
www.warsawtour.pl
(zakładka Niezbędnik
- informacja turystyczna)

Dzielnica Wisła to nieoficjalna nazwa jednego z ulubionych miejsc warszawiaków. Chcesz zobaczyć wyścig motorówek? A może marzy ci się rejs o wschodzie słońca?

Takie i inne atrakcje znajdą tutaj wielbiciiele wodnego szaleństwa, spacerowicze, rowerzyści, miłośnicy czytania książek na świeżym powietrzu oraz imprezowicze. To samo centrum miasta, a w nim przestronne plaże, tereny zielone, atrakcyjne bulwary, liczne klubokawiarnie i kluby sportowe.

Jeśli należysz do fanów wodnych sportów, do twojej dyspozycji jest szeroki asortyment obiektów i sprzętu: kajaki, SUP, wakeboard, tradycyjne drewniane łodzie, tramwaje wodne, promy.

Tereny nad rzeką to również miejsce sprzyjające uprawianiu innych sportów – bieganie, tucznictwo, workout, ścianka wspinaczkowa, ścieżki rowerowe.

Nad Wisłą rozkwita życie kulturalne. W okresie wakacyjnym możesz pod gołym niebem, w miłym otoczeniu obejrzeć filmy oraz spektakle teatralne, wysłuchać koncertów, wziąć udział w spotkaniach i warsztatach. Planowana jest także budowa amfiteatru na wodzie.

Wyjątkowość Dzielnicy Wisła to przede wszystkim przyroda. Tereny nadwiślańskie należą do chronionego obszaru Natura 2000.

Wreszcie nad rzeką można też odpocząć albo się pouczyć. W sezonie wiosenno-letnim na wszystkich miejskich plażach dostępne są darmowe leżaki, wypożyczalnie książek i sprzętu sportowego. Tzw. Plażowi udzielają informacji o wydarzeniach nad Wisłą, rozdają mapki i prowadzą zajęcia sportowe. Interesującej rozrywki nad rzeką nie brakuje także jesienią i zimą.

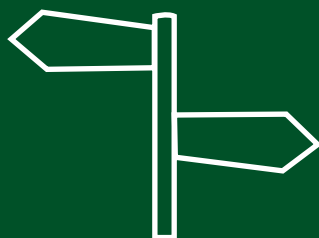


www.dzielnicawisla.um.warszawa.pl



Dzielnica Wisła

Kto jest moim rzecznikiem?
Gdzie otrzymam pomoc prawną,
psychologiczną?
Jaka pomoc materialna mi przysługuje?
Gdzie mogę się zwrócić z konkretnym
problemem?



WSPARCIE

W tym dziale tego dowiesz się, jak miasto i uczelnie mogą cię wesprzeć pomocowo, materialnie i doradczo. Znajdziesz tutaj kontakty do różnych rzeczników, telefony alarmowe i pomocowe, ofertę stypendialną i inne pożyteczne informacje na temat tego, kto może ci pomóc.

TWOI RZECZNIICY

SAMORZĄD STUDENCKI

Studenci mają prawo do wyrażania swojego głosu w takich kwestiach, jak regulamin studiów czy program nauczania. Do samorządu studenckiego należy każdy student, przy czym studenci wybierają na zasadach demokratycznych swoich reprezentantów (więcej informacji s. 50). Warto pamiętać, że do zarządu samorządu studentów możesz się zwrócić w różnych sprawach akademickich np. zgłosić swoje uwagi do programu lub uczelnianych regulaminów.

RZECZNIK SPRAW STUDENCKICH

Przy uczelniach często działają rzecznicy akademicki (ombudsmanowie), których rolą jest ochrona praw i interesów studentów. Sprawy, które możesz zgłosić rzecznikowi to m.in. nieuprawnione skreślenie z listy studentów, niesprawiedliwe traktowanie, naruszenie regulaminu studiów, dyskryminacja, spory między studentami i pracownikami naukowymi lub administracyjnymi. Wniosek do rzecznika możesz zazwyczaj zgłosić osobiście albo za pośrednictwem zarządu samorządu studenckiego.

Jeśli czujesz, że uczelnia potraktowała cię niesprawiedliwie, a nie masz się do kogo z tym zgłosić lub nie satysfakcjonuje cię sposób załatwienia sprawy, możesz się skontaktować z Rzecznikiem Praw Studenta przy Parlamencie Studentów Rzeczypospolitej Polskiej. Osoba zajmująca to stanowisko podejmuje interwencję w przypadku łamania praw studenta na uczelniach, ale również prowadzi kampanie informacyjne i różnego rodzaju szkolenia. Możesz się z nią skontaktować elektronicznie w wyjątkowych sytuacjach, ale na ogół sprawy zgłasza się do Centrum Wsparcia Studentów.



Portal praw studenta - www.prawastudenta.edu.pl
Centrum Wsparcia Studentów - www.helpdesk.psrp.org.pl

MIEJSKI RZECZNIK KONSUMENTÓW

Jeśli zastosowano wobec ciebie nieuczciwe praktyki rynkowe lub w inny sposób naruszono twoje dobra jako konsumenta, możesz sprawę zgłosić Miejskiemu Rzecznikowi Konsumentów. W zależności od sytuacji, Rzecznik udzieli ci porady prawnej, zwróci się do przedsiębiorcy w twojej sprawie bądź wytoczy w twoim imieniu sprawę sądową.



ul. B. Canaletta 2, 00-099 Warszawa

22 443 34 44, faks 22 443 34 70



konsument@um.warszawa.pl

■ WOJEWÓDZKI INSPEKTORAT INSPEKCJI HANDLOWEJ W WARSZAWIE

W dochodzeniu swoich praw konsumenckich może ci pomóc także Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Warszawie. Wydział Ochrony Konsumentów prowadzi mediacje i poradnictwo konsumenckie oraz organizuje i prowadzi Stały Polubowny Sąd Konsumencki. Możesz także złożyć skargę w siedzibie Wojewódzkiego Inspektoratu Inspekcji Handlowej w Warszawie (ul. H. Sienkiewicza 3) oraz w Delegaturach Inspektoratu. Warto wiedzieć, że od 10 stycznia 2017 weszły różne instrumenty pozasądowego rozwiązywania sporów konsumenckich, do jakich należy: mediacja, koncyliacja oraz arbitraż.



22 826 18 30, 22 826 42 09, faks 22 826 21 95



ih_warszawa@wiih.org.pl

■ STOWARZYSZENIE KONSUMENTÓW POLSKICH

SKP wspólnie z Fundacją Konsumentów obecnie prowadzi Infolinię Konsumentką, dzięki której każdy konsument może w dni powszednie w godz. 8.00-18.00 otrzymać bezpłatną poradę prawną.



801 440 220

SYSTEM STYPENDIÓW

W ramach studenckich systemów pomocy materialnej może przysługiwać ci:

- stypendium socjalne
- stypendium rektora dla najlepszych studentów
- stypendium specjalne dla osób niepełnosprawnych
- stypendium m.st. Warszawy im. Jana Pawła II
- stypendium Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego

Czy dochód z tytułu stypendium musisz rozliczać PIT?

- Nie, jeśli kwota ze stypendium nie przekroczyła 3800 PLN za rok kalendarzowy.
- Nie, jeśli wysokość i zasady udzielania stypendium zostały określone w uchwale organu stanowiącego jednostki samorządu terytorialnego.
- Nie, jeśli stypendium zostało przyznane przez organizację pożytku publicznego na podstawie regulaminów zatwierdzonych przez organy statutowe.
- Tak, jeśli do końca lutego otrzymasz formularz PIP-8C.

■ STYPENDIUM SOCJALNE

Podstawowym kryterium otrzymania stypendium socjalnego jest miesięczny dochód netto na osobę w rodzinie. Wysokość stypendium zależy od wspólnej decyzji rektora i samorządu studentów oraz od zasobności funduszu pomocy materialnej. W zależności od sytuacji możesz ubiegać się o stypendium socjalne bądź stypendium socjalne w zwiększonej wysokości z tytułu zamieszkania w domu studenckim lub w obiekcie innym niż dom studencki, jeśli poza spełnianiem kryterium dochodowego, codzienny dojazd z miejsca stałego zamieszkania do uczelni uniemożliwia lub w znacznym stopniu utrudnia studiowanie. By przysługiwało ci stypendium, musisz w określonym przez uczelnię terminie złożyć wniosek, a wraz z nim dokumenty potwierdzające sytuację materialną twojej rodziny. Wykazu dokumentów, które uznaje twoja uczelnia szukaj na stronie internetowej w działach przeznaczonych pomocy materialnej dla studentów. Znajdziesz tam także informacje o kryterium dochodowym oraz o wysokości stypendium.



www.nauka.gov.pl (zakładka Informacje dla studentów)

■ STYPENDIUM REKTORA DLA NAJLEPSZYCH STUDENTÓW

Jeśli możesz pochwalić się wysoką średnią z danego roku studiów lub innymi osiągnięciami naukowymi, artystycznymi lub wysokimi wynikami sportowymi we współzawodnictwie międzynarodowym lub krajowym, możesz złożyć wniosek o przyznanie stypendium rektora. Ma ono charakter motywacyjny, tj. przy jego przyznawaniu nie jest brany pod uwagę twój dochód.

Co warto wiedzieć o stypendium rektora?

- Możesz się o nie ubiegać najwcześniej na drugim roku studiów I stopnia lub jednolitych magisterskich oraz od pierwszego roku studiów II stopnia rozpoczętych w ciągu roku po zakończeniu studiów I stopnia.
- Możesz się o nie ubiegać będąc na pierwszym roku, jeśli posiadasz status laureata olimpiady międzynarodowej albo jesteś laureatem lub finalistą olimpiady przedmiotowej o zasięgu ogólnopolskim.
- Stypendium rektora dla najlepszych studentów możesz otrzymywać tylko na jednym kierunku.
- Stypendia otrzymane z różnych źródeł można ze sobą łączyć np. stypendium rektora i stypendium ministerialne za wybitne osiągnięcia.
- Stypendium rektora nie jest uznawane za twój dochód, gdy starasz się o stypendium socjalne.
- Stypendium rektora otrzymujesz w danym roku akademickim przez okres do 10 miesięcy.
- W przypadku przerwania studiów i skreślenia z listy studentów, stypendium przestanie być ci wypłacane.

■ STYPENDIUM SPECJALNE DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Stypendium specjalne dla osób niepełnosprawnych otrzymują studenci z tytułu niepełnosprawności potwierdzonej orzeczeniem właściwego organu. Przysługuje osobom, które złożą wniosek i dokumenty w odpowiednim terminie. Wysokość świadczenia oraz zasady przyznawania są ustalane w drodze porozumienia uczelni z samorządem studenckim. Stypendium można pobierać na jednym kierunku studiów.

■ STYPENDIUM M.ST. WARSZAWY IM. JANA PAWŁA II

Pomoc finansową możesz otrzymać także od miasta w ramach stypendium m.st. Warszawy im. Jana Pawła II. Mogą się o nie ubiegać zarówno osoby, które właśnie rozpoczynają naukę na studiach oraz studenci wszystkich lat studiów, o ile nie ukończyli 26 roku życia i nie uzyskali tytułu naukowego magistra. Kryteriami branymi pod uwagę przy przyznawaniu stypendium są z jednej strony średnia naukowa, osiągnięcia naukowe, artystyczne i sportowe oraz zaangażowanie społeczne, z drugiej zaś strony sytuacja materialna (dochód na osobę w rodzinie). W przypadku osób rozpoczynających studia, dodatkowymi kryteriami branymi pod uwagę są średnia ocen uzyskanych na świadectwie ukończenia szkoły oraz wyniki uzyskane z czterech obowiązkowych przedmiotów zdawanych w części pisemnej na egzaminie maturalnym oraz z jednego przedmiotu dodatkowego. Stypendia przyznawane są na podstawie list rankingowych. Oznacza to, że o tym, czy zostanie ci przyznane stypendium zadecyduje ilość złożonych wniosków oraz ich poziom merytoryczny. Wniosek o stypendium składa się drogą elektroniczną, wypełniając formularz na stronie Centrum Myśli Jana Pawła II w odpowiednim terminie.



www.centrumjp2.pl/stypendia-im-jana-pawla-ii

■ STYPENDIUM MINISTRA NAUKI I SZKOLNICTWA WYŻSZEGO

Możesz ubiegać się także o stypendium ministerialne. Przysługuje ono osobom, które mają na swoim koncie wybitne osiągnięcia naukowe i artystyczne związane z kierunkiem studiów lub wybitne osiągnięcia sportowe i jednocześnie zaliczony rok studiów oraz wpis na kolejny rok przewidziany w planie studiów lub na pierwszy rok studiów drugiego stopnia. Ważnym kryterium rozstrzygającym o przyznaniu stypendium jest powiązanie osiągnięć z kierunkiem studiów, na którym kontynuujemy naukę. By otrzymać stypendium, musisz złożyć wniosek w odpowiednim terminie do kierownika podstawowej jednostki organizacyjnej twojej uczelni.



www.nauka.gov.pl

INNE FORMY WSPARCIA

DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Na większości uczelni działają specjalne biura dedykowane osobom z niepełnosprawnościami. Wśród usług i form wsparcia, które mogą cię zainteresować są m.in. transport, adaptacja materiałów, konsultacje i tłumaczenia PJM oraz wiele innych. Sprawdź, jak to jest zorganizowane na twojej uczelni. Oprócz tego w strukturze m.st. Warszawy istnieje Wydział Pomocy Osobom Niepełnosprawnym, który odpowiada za działania m.st. Warszawy na rzecz osób z niepełnosprawnościami, realizuje projekty społeczne, w tym innowacyjne, finansowane w szczególności ze środków funduszy europejskich.

Miasto oferuje także specjalistyczny przewóz osób z niepełnosprawnościami (więcej informacji na s. 9) oraz prowadzi Program Asystent Osoby Niepełnosprawnej. Asystenci pomagają przemieszczać się po mieście, dojeżdżać do pracy, towarzyszą w różnych zajęciach, pojawiają się wszędzie tam, gdzie potrzebne jest wsparcie i dyskretna pomoc – symboliczna opłata za tę usługę wynosi 1 zł za 1 godz. i 1 zł za każdą kolejną rozpoczętą godzinę.

Przy Wydziale działa również Pełnomocnik Prezydenta m.st. Warszawy ds. dostępności, która odpowiada za usuwanie barier utrudniających mieszkańcom m.st. Warszawy funkcjonowanie w przestrzeni publicznej.



Wydział Pomocy Osobom
Niepełnosprawnym
Biuro Pomocy i Projektów
Społecznych Urzędu
m.st. Warszawy



parter pok. 10, 14, 20 i 21
ul. Niecała 2, 00-098 Warszawa
22 443 14 40



pelnomocnik.dostepnosci@
um.warszawa.pl



[www.politykaspoleczna.
um.warszawa.pl](http://www.politykaspoleczna.um.warszawa.pl)



www.niepelnosprawnik.pl

KREDYT STUDENCKI

Warto wiedzieć, że uczelnia może pomóc ci w uzyskaniu kredytu na preferencyjnych warunkach. By otrzymać kredyt, musisz mieć status studenta (poproś uczelnię o wydanie zaświadczenia o odbywaniu przez ciebie studiów), który rozpoczął studia przed ukończeniem 25 roku życia, spełniać kryterium dochodowe oraz mieć zdolność kredytową. Pożyczkę taką należy zacząć spłacać po upływie dwóch lat od zakończenia studiów. Przewidywanych jest kilka sytuacji, które pozwalają na całkowite bądź częściowe umorzenie kredytu.



■ ZAPOMOGA

Niektóre uczelnie udzielają studentom zapomogi, tj. jednorazowego wsparcia materialnego w przypadku przejściowego znalezienia się w trudnej sytuacji życiowej związanej ze zdarzeniem losowym. Szczegółowe kryteria przyznawania i wypłaty zapomóg są zwykle zawarte w regulaminie danej uczelni. Student ma prawo otrzymać zapomogę tylko na jednym kierunku studiów.

PORADNICTWO ZDROWOTNE

■ UZALEŻNIENIA

Warszawski informator o pomocy dla osób uzależnionych **www.uzaleznienia.org.pl** to baza organizacji pozarządowych świadczących na terenie Warszawy pomoc dla osób uzależnionych od alkoholu lub narkotyków. Pomoc mogą uzyskać również bliscy osób uzależnionych. Poradnia internetowa **www.narkomania.org.pl** zajmuje się pomocą osobom uzależnionym, ich rodzinom oraz profilaktyką. Na stronie można zadać pytanie specjalistom, skorzystać z czatu lub rozmowy wideo.



Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania:
801 199 990 (czynny codziennie w godz. 16.00-21.00)

Jeżeli w twojej rodzinie istnieje problem alkoholowy – pomocy osobom uzależnionym od alkoholu udziela Stołeczny Ośrodek dla Osób Nietrzeźwych (SODON). Ośrodek prowadzi grupy wsparcia dla:

- osób z problemem alkoholowym;
- osób z rodzin, w których istnieje problem alkoholowy (tzw. osoby współuzależnione);
- osób z długim okresem abstynencji, tzw. grupa dalszego zdrowienia.



Stołeczny Ośrodek dla Osób
Nietrzeźwych (SODON)
ul. Kolska 2/4
22 838 84 07



Sodon Warszawa

■ HIV/AIDS



Krajowe Centrum ds. AIDS
www.aids.gov.pl
poradnia internetowa: pi.aids.gov.pl
22 692 82 26 (całodobowo od pon. do pt.)

Bezpłatne i anonimowe testy na HIV możesz wykonać w Warszawie w czterech Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych przy:



**Laboratorium Analiz Lekarskich
IZIS**
ul. Chmielna 4



**Centrum Medycyny
Zapobiegawczej i Rehabilitacji**
ul. Nugat 3



**Specjalistycznej Przychodni
Internistycznej**
ul. Jagiellońska 34



Laboratorium Diagnostyka
al. Jana Pawła II 45a



Godziny otwarcia punktów są zmienne.
Przed wizytą sprawdź na www.aids.gov.pl

■ WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE

Bezpłatną pomoc psychologiczną możesz uzyskać w Punktach Informacyjno-Konsultacyjnych (PIK), które działają w dzielnicach m.st. Warszawy. Mogą z nich skorzystać osoby będące w kryzysie, mające kłopot z uzależnieniami bądź doświadczające przemocy. By skorzystać z pomocy specjalistycznej konsultantów PIK, należy się wcześniej zapisać drogą telefoniczną bądź bezpośrednio w placówce.



www.krpa.um.warszawa.pl

Bezpłatną pomoc psychologiczną dla studentów w postaci konsultacji z psychologiem bądź psychiatrą oferują także niektóre warszawskie uczelnie. Informacji o tej formie pomocy szukaj na stronie internetowej swojej uczelni w sekcjach „dla studentów”.

Jeśli doświadczasz przemocy bądź jesteś świadkiem jej stosowania wobec członka rodziny bądź innej, znanej ci osoby:



Warszawska „Niebieska Linia”
22 668 70 00
(w dni powszednie
w godz. 12.00-18.00
oraz w soboty i niedziele
w godz. 10.00-16.00)



www.niebieskalinia.pl

■ DEPRESJA

Podejrzewasz, że możesz mieć depresję lub ktoś z twoich bliskich na nią choruje?



Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacji ITAKA

22 654 40 41 (poniedziałki w godz.17.00-20.00)

Placówki, w których możesz otrzymać specjalistyczną pomoc:

- Specjalistyczne Poradnie Rodzinne



www.stopdepresji.pl

PORADNICTWO PRAWNE

■ NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

Do momentu ukończenia 26 roku życia masz prawo do bezpłatnej pomocy prawnej. W Warszawie powstało 35 punktów, w których udzielana jest bezpłatna pomoc prawna. Zwykle są one zlokalizowane przy urzędach dzielnic, czasem przy bibliotekach czy domach kultury.



www.politykaspoleczna.um.warszawa.pl

(zakładka Aktualności - nieodpłatna pomoc prawna w Warszawie)



www.darmowapomocprawna.ms.gov.pl

Bezpłatnej porady prawnej można zasięgnąć także na niektórych warszawskich uczelniach. Szukaj informacji o takiej usłudze na stronie internetowej uczelni w sekcji dedykowanej studentom.

Oprócz tego pomoc prawną w zakresie prawa rodzinnego, opiekuńczego, przeciwdziałania przemocy w rodzinie, innych problemów prawnych wynikających z sytuacji rodzinnej spowodowanej występowaniem problemu uzależnienia/nadużywania alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych, przemocy w rodzinie uzyskasz nieodpłatnie w Punktach Informacyjno-Konsultacyjnych.

Polskie Towarzystwo Prawa Antydyskryminacyjnego upowszechnia wiedzę na temat prawa antydyskryminacyjnego oraz prowadzi aktywne działania na rzecz zwalczania dyskryminacji.



Porady prawne

maszprawo@ptpa.org.pl

Dyżury psychologa

 psycholog@ptpa.org.pl

Wsparcie i pomoc dla cudzoziemców i imigrantów Fundacja “Ocalenie”



22 828 04 50



fundacja@fundacjaocalenie.org.pl

WAŻNE TELEFONY

Instytucja	Nr telefonu całodobowego
Numer alarmowy	112
Pogotowie ratunkowe	999
Straż pożarna	998
Policja	997
Centrum Zarządzania Kryzysowego	22 196 56
Straż miejska	986
Pogotowie gazowe	992

■ JAK KORZYSTAĆ Z NUMERU 112?

- Dzwon z okolic miejsca zdarzenia, jednak w takim miejscu, w którym można odbyć spokojną rozmowę bez zakłóceń,
- po wybraniu numeru „112” zaczekaj aż zgłosi się operator, nie odkładaj słuchawki do czasu, gdy połączenie nie zostanie podjęte,
- krótko opisz zdarzenie lub sytuację, którą zgłaszasz w celu wezwania przez operatora CPR właściwej służby, podaj swoje imię i nazwisko,
- wskaż miejsce przebywania/adres, w którym miało miejsce zdarzenie lub sytuacja; a jeśli to możliwe, wyjaśnij jak najszybciej dojechać do miejsca zdarzenia,
- nie rozłączaj się do czasu wyraźnego polecenia operatora z uwagi na konieczność przekazania najważniejszych informacji o zdarzeniu,
- jeśli sytuacja nagle się zmieni lub pogorszy, powiadom o tym możliwie szybko operatora numeru „112”,
- staraj się nie korzystać z telefonu, z którego dokonywano zgłoszenia na wypadek, gdyby operator próbował skontaktować się ponownie w celu weryfikacji informacji lub udzielenia innych dodatkowych informacji.

Chcesz wiedzieć, jak zachować się w czasie burzy, pożaru, powodzi? O tym, co zrobić, by zapewnić sobie bezpieczeństwo bądź zminimalizować ryzyko, dowiesz się z Poradnika pożądanych zachowań.



www.bezpieczna.um.warszawa.pl (zakładka Poradnik pożądanych zachowań)

GDZIE WARTO ZAJRZEĆ?

www.aids.gov.pl
www.aktywnawarszawa.waw.pl
www.azs.waw.pl
www.bezpieczna.um.warszawa.pl
www.bip.warszawa.pl
www.centrumjp2.pl
www.darmowapomocprawna.ms.gov.pl
www.dzielnicawisla.um.warszawa.pl
www.edukacja.warszawa.pl
www.ekuz.nfz.gov.pl
www.erasmusplus.org.pl
www.erekrutacje-bip.um.warszawa.pl
www.eurzad.um.warszawa.pl
www.evs.org.pl
www.festiwalnauki.edu.pl

www.firma.um.warszawa.pl
www.helpdesk.psrp.org.pl
www.inicjatywa.um.warszawa.pl
www.jakdojade.pl
www.karta.um.warszawa.pl
www.kierowca.pwpw.pl
www.kredytstudencki.edu.pl
www.warszawalokalnie.waw.pl
www.krpa.um.warszawa.pl
www.lasymiejskie.waw.pl
www.mapa.um.warszawa.pl
www.mazowieckie.pl
www.most.amu.edu.pl
www.narkomania.org.pl
www.nauka.gov.pl

www.nfz.gov.pl
www.nfz-warszawa.pl
www.ngo.pl
www.ngo.um.warszawa.pl
www.niebieskalinia.pl
www.niepelnosprawni.gov.pl
www.niepelnosprawni.pl
www.integracja.org
www.niepelnosprawnik.pl
www.obywatel.gov.pl
www.ochotnicy.waw.pl
www.otwartanauka.pl
www.paszporty.msw.gov.pl
www.pikniknaukowy.pl
www.politykaspoleczna.um.warszawa.pl
www.polon.nauka.gov.pl
www.prawastudenta.edu.pl
www.psrp.org.pl
www.radawarszawy.um.warszawa.pl
www.rowery.um.warszawa.pl
www.spoldzielniakultury.waw.pl
www.sportowa.warszawa.pl
www.stopdepresji.pl
www.twojbudzet.um.warszawa.pl
www.uo.sggw.pl
www.uo.uksw.edu.pl
www.uo.uw.edu.pl
www.uokik.gov.pl
www.up.warszawa.pl
www.uzaleznienia.org.pl
www.veturilo.waw.pl
www.warsawtour.pl
www.warszawa19115.pl
www.wdobrejkondycji.waw.pl
www.wolontariat.org.pl
www.wupwarszawa.praca.gov.pl
www.zdm.waw.pl
www.zielona.um.warszawa.pl
www.zielonalinia.gov.pl
www.ztm.waw.pl
www.zus.pl



www.um.warszawa.pl

Publikacja została sfinansowana ze środków Urzędu m.st. Warszawy.

Egzemplarz udostępniany jest nieodpłatnie.

ISBN-978-83-63269-09-8