



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Μετανάστευσης & Ασύλου



Οδηγός Πληροφόρησης για Δικαιούχους Διεθνούς Προστασίας

Πίνακας Περιεχομένων

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Σχετικά με αυτόν τον οδηγό.....	5
---------------------------------	---

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Πληροφορίες για την Ελλάδα	8
Γεωγραφική Θέση	10
Πολίτευμα	10
Πληθυσμός	11
Γλώσσα	11
Θρησκεία	11
Επίσημο νόμισμα.....	12
Επίσημες εορτές και αργίες	12
Μέσα Μαζικής Μεταφοράς/Μετακινήσεις	13
Ωράριο καταστημάτων	13

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Άμεσα βήματα μετά την χορήγηση καθεστώτος διεθνούς προστασίας	14
Άδεια διαμονής	16
Ταξιδιωτικά έγγραφα.....	16
Βασικά Δικαιώματα.....	17
Πώς αποκτώ Α.Μ.Κ.Α.	18
Πώς αποκτώ Α.Φ.Μ.	18
Φορολογική Δήλωση	19
Πώς ανοίγω Τραπεζικό Λογαριασμό	19

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Εργασία και Απασχόληση 21

Προϋποθέσεις για να μπορείς να εργαστείς	23
Απογραφή ασφαλισμένου	23
Τρόποι αναζήτησης εργασίας.....	24
CV και συνοδευτική επιστολή.....	24
Η Συνέντευξη	25
Δημόσια Υπηρεσία Απασχόλησης (Δ.ΥΠ.Α.) πρώην Οργανισμός Απασχόλησης Εργατικού Δυναμικού (Ο.Α.Ε.Δ.)	25
Διαδίκτυο.....	25
Εργασιακά δικαιώματα και υποχρεώσεις	26
Επιδόματα ανεργίας και χαμηλού εισοδήματος.....	26

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Στέγαση 28

Στεγαστικά προγράμματα/μέριμνα για Δικαιούχους Διεθνούς Προστασίας.....	30
Πληροφορίες για τη μίσθωση κατοικίας	31

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Εκπαίδευση..... 33

Το Ελληνικό Εκπαιδευτικό Σύστημα.....	35
I. Προσχολική εκπαίδευση και βρεφονηπιακοί σταθμοί.....	36
II. Πρωτοβάθμια (Δημοτικό) και κατώτερη δευτεροβάθμια εκπαίδευση (Γυμνάσιο).....	36
III. Μη υποχρεωτική Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση.....	37
IV. Ειδικές Εκπαιδευτικές Δυνατότητες για τον Προσφυγικό Πληθυσμό.....	38

V. Εκπαίδευση Ενηλίκων	38
VI. Πρόσβαση στην Ανώτατη Εκπαίδευση	39

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Υγειονομική Περίθαλψη	40
Γενικές Πληροφορίες	42
Δημοτικά ιατρεία	42
Ιατρικά κέντρα που λειτουργούν από Μ.Κ.Ο.	43
Φαρμακευτική Περίθαλψη	43
Γενικός Εμβολιασμός	44

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

Χρήσιμες πληροφορίες και διαθέσιμες υπηρεσίες	45
Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ.)	47
Συμβούλια Ένταξης Μεταναστών και Προσφύγων (Σ.Ε.Μ.Π.)	47
Φορείς Συλλογικής Εκπροσώπησης Πολιτών Τρίτων Χωρών	48
Το Help desk Κοινωνικής Ένταξης	49
Υπηρεσίες Έκτακτης Ανάγκης	49

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Σχετικά με αυτόν τον οδηγό





Ο οδηγός αυτός απευθύνεται σε ενήλικες, στους οποίους, μετά από αίτησή τους, χορηγήθηκε από τις αρμόδιες Ελληνικές αρχές καθεστώς διεθνούς προστασίας, είτε προσφυγικό καθεστώς βάσει της Σύμβασης της Γενεύης του 1951 είτε καθεστώς επικουρικής προστασίας.

Σύμφωνα με την εθνική στρατηγική για την ένταξη της ελληνικής κυβέρνησης, η ένταξη αποτελεί μια σύνθετη και μακροχρόνια διαδικασία που έγκειται στην προσπάθεια προσαρμογής σε μια νέα χώρα και μια νέα πραγματικότητα. Ο συγκεκριμένος οδηγός φτιάχτηκε με σκοπό να αποτελέσει ένα χρήσιμο εργαλείο στο ξεκίνημα της διαδικασίας αυτής, παρέχοντας τις βασικές εκείνες πληροφορίες που είναι αναγκαίες για όσους/ες βρίσκονται στην Ελλάδα με το καθεστώς του πρόσφυγα και του δικαιούχου επικουρικής προστασίας και επιχειρούν να ξεκινήσουν μια νέα ζωή και να επωφεληθούν από τις ευκαιρίες και τις δυνατότητες που προσφέρονται στη χώρα.

Στον Οδηγό αυτό θα βρείτε πληροφορίες σχετικά με τη **Ζωή στην Ελλάδα, τα Πρώτα Βήματα μετά τη Χορήγηση Καθεστώτος Διεθνούς Προστασίας, την Εργασία/Απασχόληση, τη Στέγαση, την Εκπαίδευση και την Υγειονομική Περίθαλψη**. Οι πληροφορίες αυτές μπορούν να συμπληρωθούν και από άλλες διαθέσιμες υπηρεσίες, Μ.Κ.Ο. και άλλους οργανισμούς.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Πληροφορίες για την Ελλάδα





Γεωγραφική Θέση

Η Ελλάδα, με επίσημη συνταγματική ονομασία Ελληνική Δημοκρατία, βρίσκεται στο Νοτιοανατολικό άκρο της Ευρώπης, στη Βαλκανική χερσόνησο, όπου η Ευρώπη συναντιέται με την Ασία και την Αφρική. Χαρακτηριστικό της χώρας είναι ότι περιλαμβάνει 6.000 νησιά ενώ έχει 15.000 χιλιόμετρα ακτογραμμής, την 9η μεγαλύτερη ακτογραμμή στον κόσμο.



Πολίτευμα

Το πολίτευμα της Ελλάδας είναι η Προεδρευόμενη Κοινοβουλευτική Δημοκρατία. Αρχηγός του κράτους είναι ο/η Πρόεδρος της Δημοκρατίας. Το Σύνταγμα της Ελλάδας είναι ο θεμελιώδης Νόμος, στον οποίο βασίζεται η διαμόρφωση της νομοθεσίας της χώρας, σε ό,τι αφορά τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των πολιτών, την οργάνωση και τους βασικούς κανόνες του ελληνικού κράτους και των θεσμών.



Η νομοθετική εξουσία ασκείται από το Κοινοβούλιο, που αποτελείται από τριακόσιους (300) βουλευτές που εκλέγονται με καθολική ψηφοφορία για θητεία τεσσάρων (4) ετών, και τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας. Η εκτελεστική εξουσία ασκείται από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας και την Κυβέρνηση, της οποίας ηγείται ο Πρωθυπουργός. Πληροφορίες για τη διάρθρωση της Κυβέρνησης, τον Πρωθυπουργό και τους Υπουργούς μπορείς να δεις σε διάφορες γλώσσες στο σύνδεσμο government.gov.gr, όπου προσφέρεται και εργαλείο μετάφρασης. Η δικαστική εξουσία είναι ανεξάρτητη από τη νομοθετική και την εκτελεστική εξουσία και ασκείται από τα δικαστήρια (διοικητικά, πολιτικά/αστικά και ποινικά).

Όλοι/ες όσοι/ες βρίσκονται στην Ελληνική Επικράτεια απολαμβάνουν την απόλυτη προστασία της ζωής, της τιμής και της ελευθερίας τους, χωρίς διάκριση εθνικότητας, φυλής, γλώσσας και θρησκευτικών ή πολιτικών πεποιθήσεων. Ορισμένες εξαιρέσεις επιτρέπονται στις περιπτώσεις που προβλέπει το διεθνές δίκαιο.

Πληθυσμός

Ο πληθυσμός της Ελλάδας κατά την απογραφή που πραγματοποιήθηκε το έτος 2011¹ ήταν 10,8 εκατομμύρια μόνιμοι κάτοικοι, εκ των οποίων οι 912.000 ήταν αλλοδαποί, κυρίως από την Αλβανία, τη Ρουμανία, τη Βουλγαρία, το Πακιστάν και τη Γεωργία. Σύμφωνα με επίσημες εκτιμήσεις της Ευρωπαϊκής Στατιστικής Υπηρεσίας, ο πληθυσμός της χώρας την 1η Ιανουαρίου 2020 εκτιμάται ότι ήταν 10.691.204.



Η χώρα έχει πρωτεύουσα την Αθήνα που βρίσκεται στην Περιφέρεια Αττικής. Σύμφωνα με την σημερινή διοικητική διαίρεση, στη χώρα υπάρχουν 7 Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, 13 Περιφέρειες και 325 Δήμοι. Οι Περιφέρειες με τους Δήμους αποτελούν τους Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης (Ο.Τ.Α.). Οι Ο.Τ.Α. είναι υπεύθυνοι για τις τοπικές υποθέσεις. Συνήθως ο Δήμος είναι αρμόδιος για τα στενά τοπικά ζητήματα και η Περιφέρεια για τα ευρύτερα. Οι 10 μεγαλύτεροι Δήμοι της χώρας (με στοιχεία του έτους 2011) είναι η Αθήνα, η Θεσσαλονίκη, η Πάτρα, το Ηράκλειο, ο Πειραιάς, η Λάρισα, ο Βόλος, το Περίστρι, η Ρόδος και τα Ιωάννινα.

Γλώσσα

Η Επίσημη γλώσσα του Ελληνικού Κράτους είναι η Ελληνική, η οποία χρησιμοποιείται σε όλη την επικράτεια και σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης.



Θρησκεία

Σύμφωνα με το Σύνταγμα της Ελλάδας, επικρατούσα θρησκεία στη χώρα είναι η θρησκεία της Ανατολικής Ορθόδοξης Εκκλησίας του Χριστού, την οποία ασπάζεται η πλειονότητα του μόνιμου πληθυσμού.



Το Σύνταγμα κατοχυρώνει την ελευθερία της θρησκευτικής συνείδησης και την άσκηση της λατρείας κάθε γνωστής θρησκείας, εφόσον αυτή δεν προσβάλει τη δημόσια τάξη και τα χρηστά ήθη. Στην Ελλάδα η απόλαυση των ατομικών και πολιτικών δικαιωμάτων δεν εξαρτάται από τις θρησκευτικές πεποιθήσεις του ατόμου.

1. <https://www.statistics.gr/2011-census-pop-hous>. Το 2021 πραγματοποιήθηκε νέα απογραφή πληθυσμού-κατοικιών από την Ελληνική Στατιστική Αρχή. Μπορείς να δεις τα αποτελέσματα της απογραφής στον ακόλουθο σύνδεσμο https://elstat-outsourcers.statistics.gr/Census2022_GR.pdf

Επίσημο νόμισμα

Το νόμισμα της χώρας είναι το ευρώ (€). Οι οικονομικές συναλλαγές μπορούν να πραγματοποιούνται με μετρητά, χρεωστικές ή πιστωτικές κάρτες.



Επίσημες εορτές και αργίες

Ορισμένες ημέρες του έτους ορίζονται ως Αργίες, άλλες υποχρεωτικές από το Νόμο και άλλες κατ' έθιμο. Όταν μία ημέρα ορίζεται ως Αργία, τότε οι υπηρεσίες του κράτους ή/και οι ιδιωτικές επιχειρήσεις δεν λειτουργούν. Οι υποχρεωτικές από το Νόμο Αργίες είναι οι ακόλουθες:



Ονομασία Αργίας	Ημερομηνία
Πρωτοχρονιά	1 ^η Ιανουαρίου
Θεοφάνια	6 Ιανουαρίου
Εθνική Εορτή 28 ^{ης} Οκτωβρίου	28 ^η Οκτωβρίου
Εθνική Εορτή 25 ^{ης} Μαρτίου	25 ^η Μαρτίου
Εργατική Πρωτομαγιά	1 ^η Μαΐου
Δευτέρα του Πάσχα	Κινητή Εορτή
Εορτή Κοιμήσεως της Θεοτόκου	15 Αυγούστου
Εορτή της Γεννήσεως του Χριστού, Χριστούγεννα	25 Δεκεμβρίου
Δεύτερη ημέρα Χριστουγέννων	26 Δεκεμβρίου

Επιπλέον, όλες τις Κυριακές του έτους οι υπηρεσίες του κράτους δεν λειτουργούν και οι περισσότερες ιδιωτικές επιχειρήσεις και καταστήματα είναι κλειστά. Τέλος, υπάρχουν πρόσθετες ημέρες Αργίας ανά θεματική (Ένοπλες Δυνάμεις, Σχολεία) και ανά τόπο (τοπικές αργίες), που όμως δεν αφορούν το γενικό πληθυσμό.

Μέσα Μαζικής Μεταφοράς/Μετακινήσεις

Τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς προσφέρουν τη δυνατότητα αστικών και υπεραστικών μετακινήσεων. Στην ενδοχώρα υπάρχουν αστικά και υπεραστικά λεωφορεία (Κ.Τ.Ε.Λ.), προαστιακός σιδηρόδρομος καθώς και σιδηροδρομικό δίκτυο. Στην Αθήνα και την Περιφέρεια Αττικής λειτουργεί μετρό (METRO). Οι νησιωτικές περιοχές εξυπηρετούνται με ακτοπλοϊκές συνδέσεις. Από τα λιμάνια της Αττικής (Πειραιά, Ραφήνα, Λαύριο) υπάρχει σύνδεση σχεδόν με όλα τα νησιά της Ελλάδας. Πολλές περιοχές της ελληνικής επικράτειας, τόσο στην ενδοχώρα όσο και στα νησιά συνδέονται με αεροπορικές πτήσεις. Υπάρχουν 39 αεροδρόμια που εξυπηρετούν επιβάτες πτήσεων της πολιτικής αεροπορίας.



Ωράριο καταστημάτων

Τα εμπορικά καταστήματα λειτουργούν βάσει προκαθορισμένου ωραρίου, ανάλογα με την περιοχή στην οποία βρίσκονται και το ειδικότερο αντικείμενό τους. Ειδικά καταστήματα, όπως τα φαρμακεία, έχουν ειδικό ωράριο λειτουργίας και πρόγραμμα εφημεριών, ώστε να υπάρχει η δυνατότητα εξυπηρέτησης όλο το 24ωρο.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3
Άμεσα βήματα
μετά την χορήγηση
καθεστώτος
διεθνούς προστασίας





Άδεια διαμονής



Έχοντας αποκτήσει καθεστώς πρόσφυγα από το ελληνικό κράτος, μπορείς να αποκτήσεις άδεια διαμονής, με ισχύ για τρία (3) χρόνια, η οποία ανανεώνεται μετά από επανεξέταση. Η άδεια διαμονής για τους δικαιούχους επικουρικής προστασίας χορηγείται για χρονικό διάστημα ενός (1) έτους και ανανεώνεται για δύο (2) ακόμα έτη μετά από επανεξέταση.

Για να παραλάβεις την εκτυπωμένη άδεια διαμονής σου θα χρειαστεί να κάνεις αίτηση στην Αστυνομική Διεύθυνση/Γραφείο Διαβατηρίων που θα σου υποδείξει το Περιφερειακό Γραφείο Ασύλου, στο οποίο έχεις καταθέσει την αίτησή σου για τη χορήγηση διεθνούς προστασίας. Περισσότερες πληροφορίες για την διαδικασία έκδοσης και παραλαβής της άδειας διαμονής σου μπορείς να δεις [εδώ](#).

Για να ανανεώσεις την άδεια διαμονής σου μπορείς να υποβάλεις αίτηση μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στην ηλεκτρονική διεύθυνση GAS.residencepermits@migration.gov.gr, τριάντα (30) ημερολογιακές ημέρες πριν τη λήξη της.

Αν πάψεις να είσαι πρόσφυγας ή δικαιούχος επικουρικής προστασίας, η άδεια διαμονής σου δεν μπορεί να ανανεωθεί.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την διαδικασία ανανέωσης της άδειας διαμονής σου μπορείς να δεις [εδώ](#).

Ταξιδιωτικά έγγραφα



Έχοντας αποκτήσει το καθεστώς του πρόσφυγα και εφόσον το επιθυμείς, μπορείς να αποκτήσεις ταξιδιωτικό έγγραφο της Ελληνικής Δημοκρατίας που καθιστά δυνατή την επίσκεψή σου σε άλλες χώρες της Ε.Ε., για χρονικό διάστημα έως ενενήντα (90) ημέρες. Στην περίπτωση της επικουρικής προστασίας, οι ελληνικές Αρχές θα σου χορηγήσουν ταξιδιωτικό έγγραφο μετά από αίτησή σου, και μόνον εάν αδυνατείς αντικειμενικά να αποκτήσεις ταξιδιωτικό έγγραφο από τις Αρχές της χώρας σου. Να θυμάσαι πως το ταξιδιωτικό σου έγγραφο είναι αυστηρά προσωπικό.

Περισσότερες πληροφορίες για το πώς θα υποβάλεις αίτηση και πώς θα λάβεις το ταξιδιωτικό σου έγγραφο μπορείς να αναζητήσεις [εδώ](#).

Επιπλέον για τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσεις για να ανανεώσεις το ταξιδιωτικό σου έγγραφο, μπορείς να δεις τις αναλυτικές οδηγίες [εδώ](#).

Βασικά Δικαιώματα

Για μια σχηματική απεικόνιση των δικαιωμάτων που απορρέουν από τη χορήγηση του καθεστώτος διεθνούς προστασίας, με διάκριση μεταξύ της χορήγησης του προσφυγικού καθεστώτος και του καθεστώτος επικουρικής προστασίας, δες εδώ (διαθέσιμο σε πολλές γλώσσες).



Έχοντας αποκτήσει καθεστώς διεθνούς προστασίας έχεις επιπλέον αποκτήσει:

- **Δικαίωμα πρόσβασης στην κοινωνική πρόνοια και στην ιατροφαρμακευτική περίθαλψη.** Ο Προσωρινός Αριθμός Ασφάλισης και Υγειονομικής Περίθαλψης Αλλοδαπού (Π.Α.Α.Υ.Π.Α.) που σου είχε αποδοθεί ως αιτών/ούσα άσυλο προκειμένου να έχεις πρόσβαση σε υγειονομική περίθαλψη, πρέπει να μετατραπεί (να γίνει «μετάπτωση», όπως λέγεται) σε Αριθμό Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης (Α.Μ.Κ.Α.). Για το σκοπό αυτό, εντός ενός (1) μηνός από την επίδοση σε εσένα της άδειας διαμονής σου, θα πρέπει να προβείς σε όλες τις απαραίτητες, σύμφωνα με το νόμο, ενέργειες για την έκδοσή του. Για το διάστημα που μεσολαβεί εσύ καθώς και τα μέλη της οικογένειάς σου καλύπτεστε πλήρως από τον Π.Α.Α.Υ.Π.Α. Ο Α.Μ.Κ.Α. είναι ένας μοναδικός αριθμός για τον κάθε πολίτη της χώρας. Με τον Α.Μ.Κ.Α. έχεις πρόσβαση σε παροχές κοινωνικής πρόνοιας και ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης με τους όρους που ισχύουν για τους Έλληνες πολίτες. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον Α.Μ.Κ.Α. και την Υγειονομική Περίθαλψη μπορείς να δεις τις αντίστοιχες ενότητες παρακάτω.
- **Δικαίωμα πρόσβασης στη δημόσια εκπαίδευση** όλων των βαθμίδων και σε προγράμματα κατάρτισης. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείς να δεις την ενότητα «[Εκπαίδευση](#)».
- **Δικαίωμα πρόσβασης στην αγορά εργασίας και άσκησης επιχειρηματικής δραστηριότητας.** Στην ενότητα «[Εργασία και Απασχόληση](#)» υπάρχουν αρκετές πληροφορίες που μπορούν να σου φανούν χρήσιμες. Επιπλέον, στον παρόντα Οδηγό περιγράφεται συνοπτικά η [διαδικασία απόκτησης Αριθμού Φορολογικού Μητρώου](#) (Α.Φ.Μ.), που είναι απαραίτητος για τις συναλλαγές σου με το Ελληνικό κράτος αλλά και για αρκετές από τις συναλλαγές σου με ιδιώτες.
- **Δικαίωμα να υποβάλεις αίτηση για άδεια επί μακρόν διαμένοντος**, εφόσον συμπληρώσεις πέντε (5) χρόνια νόμιμης και διαρκούς παραμονής στη χώρα και πληροίς όλες τις επιπλέον προϋποθέσεις, όπως αυτές προβλέπονται στο νόμο.
- Αν σου έχει χορηγηθεί προσφυγικό καθεστώς, έχεις, υπό προϋποθέσεις, δικαίωμα οικογενειακής επανένωσης στην Ελλάδα με τα μέλη της άμεσης οικογένειάς σου που βρίσκονται στη χώρα καταγωγής σου ή σε άλλη τρίτη χώρα. Αν σου έχει χορηγηθεί καθεστώς επικουρικής προστασίας, δεν έχεις αυτό το δικαίωμα.

- **Δικαίωμα να υποβάλεις αίτηση για την απόκτηση της ελληνικής υπηκοότητας (πολιτογράφηση),** εφόσον ως αναγνωρισμένος πρόσφυγας ή με καθεστώς επικουρικής προστασίας έχεις ζήσει νόμιμα και συνεχόμενα στην Ελλάδα για τουλάχιστον επτά (7) χρόνια και πληροίς τις προϋποθέσεις κοινωνικής ένταξης, όπως αυτές προβλέπονται από το νόμο. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την απόκτηση της ελληνικής ιθαγένειας δες [εδώ](#). Αν έχεις παιδιά γεννημένα στην Ελλάδα, που έχουν ολοκληρώσει την πρωτοβάθμια ή/και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση στην Ελλάδα, μπορεί να δικαιούνται την Ελληνική ιθαγένεια υπό διαφορετικές προϋποθέσεις, όπως αυτές προβλέπονται από τη σχετική νομοθεσία.

Σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία το καθεστώς που σου χορηγήθηκε μπορεί να ανακληθεί ή να μην ανανεωθεί. Αυτό μπορεί να συμβεί αν για παράδειγμα η ιδιότητά σου ως πρόσφυγας παύσει, επειδή επανάκτησες την προστασία της χώρας ιθαγένειάς σου, παραποιήσες ή πλαστογράφησες έγγραφα ή στοιχεία, έθεσες σε κίνδυνο την εθνική ασφάλεια της χώρας ή διέπραξες σοβαρό έγκλημα.

Πώς αποκτώ Α.Μ.Κ.Α.

Ο Αριθμός Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης (Α.Μ.Κ.Α.) διευκολύνει την πρόσβασή σου στη νοσοκομειακή και ιατροφαρμακευτική περίθαλψη και διασφαλίζει τα εργασιακά σου δικαιώματα. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον Α.Μ.Κ.Α., μπορείς να βρεις στα Ελληνικά [εδώ](#).



Εφόσον δεν σου έχει ήδη χορηγηθεί, μπορείς να αποκτήσεις Α.Μ.Κ.Α. προσερχόμενος/η είτε στα ειδικά [γραφεία](#) Α.Μ.Κ.Α. του e-ΕΦΚΑ ή στο Κέντρο Εξυπηρέτησης Πολιτών ([Κ.Ε.Π.](#)) της περιοχής σου. Πληροφορίες για να κλείσεις ραντεβού με το γραφείο e-ΕΦΚΑ μπορείς να βρεις [εδώ](#), ενώ πληροφορίες για τις συναλλαγές με τα Κ.Ε.Π. μπορείς να αναζητήσεις [εδώ](#).

Μαζί με την αίτηση θα πρέπει να προσκομίσεις την άδεια διαμονής σου και αποδεικτικό του τόπου διαμονής σου (Μισθωτήριο συμβόλαιο/Υπεύθυνη δήλωση από τον οικοδεσπότη ή τον ιδιοκτήτη του σπιτιού σου/Λογαριασμό ρεύματος ή νερού στο όνομά σου). Επίσης αν κάποιο παιδί της οικογένειάς σου γεννήθηκε στην Ελλάδα, θα πρέπει να προσκομίσεις τη ληξιαρχική πράξη γέννησής του.

Πώς αποκτώ Α.Φ.Μ.

Ο Αριθμός Φορολογικού Μητρώου (Α.Φ.Μ.) είναι ένας μοναδικός αριθμός, εκδίδεται μόνο μια φορά και αποτελείται από εννέα (9) ψηφία. Είναι απαραίτητο να τον εκδώσεις, καθώς χρησιμοποιείται για τις συναλλαγές σου με τις δημόσιες υπηρεσίες, για να ανοίξεις τραπεζικό λογαριασμό, να νοικιάσεις σπίτι, να πάρεις κινητό τηλέφωνο, να έχεις πρόσβαση στην αγορά εργασίας καθώς και σε αρκετές ακόμα καθημερινές συναλλαγές.



Με την ολοκλήρωση της καταγραφής της αίτησής σου για παροχή διεθνούς προστασίας, αποκτάς αυτόματα Α.Φ.Μ. Εάν, ωστόσο, δεν έχεις Α.Φ.Μ. μπορείς να αιτηθείς την απόκτησή του μέσω βιντεοκλήσης με υπάλληλο της αρμόδιας αρχής. Η διαδικασία που θα χρειαστεί να ακολουθήσεις περιγράφεται στα Ελληνικά [εδώ](#).

Εναλλακτικά, μπορείς να επισκεφθείς είτε εσύ ο ίδιος/ια, είτε τρίτος/η τον/την οποίο/α έχεις εξουσιοδοτήσει, την Διεύθυνση Οικονομικής Υπηρεσίας (Δ.Ο.Υ.) της κατοικίας σου. Εάν δεν γνωρίζεις ποια είναι, μπορείς να την αναζητήσεις με βάση τη διεύθυνσή σου [εδώ](#).

Μετά την έκδοση του Α.Φ.Μ. μπορείς να αποκτήσεις λογαριασμό και **κωδικούς TAXISnet**, που είναι απαραίτητοι για να έχεις ηλεκτρονική πρόσβαση σε φορολογικές και σε πολλές άλλες υπηρεσίες της δημόσιας διοίκησης. Περισσότερες πληροφορίες για την εγγραφή σου στο πληροφοριακό σύστημα TAXISnet και την δημιουργία λογαριασμού, μπορείς να βρεις [εδώ](#). Ένας λογιστής είναι ίσως ο πιο αρμόδιος για να σε βοηθήσει και να σε κατευθύνει ως προς τη διαδικασία.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ: Μη ξεχνάς να ενημερώνεις τα στοιχεία σου!!!

Εάν αλλάξει ο αριθμός της Α.Δ.Ε.Τ. σου, ή αλλάξεις τόπο κατοικίας πρέπει να ενημερώσεις τη Δ.Ο.Υ. της περιοχής που κατοικείς. Η διεύθυνση κατοικίας σου μπορεί να αλλάξει και ηλεκτρονικά από το σύστημα TAXISnet αλλά για την αλλαγή του αριθμού της Α.Δ.Ε.Τ. σου θα πρέπει να ενημερώσεις τη Δ.Ο.Υ. στην οποία ανήκεις.

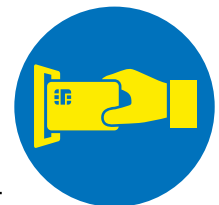
Φορολογική Δήλωση

Για την υποβολή της φορολογικής δήλωσης μπορεί να χρειαστείς βοήθεια από κάποιο άτομο που είναι εξοικειωμένο με αυτή τη διαδικασία, ενώ μπορείς ακόμη να ζητήσεις βοήθεια από μια Μ.Κ.Ο. ή να απευθυνθείς σε έναν λογιστή. Η φορολογική δήλωση μπορεί να σε βοηθήσει να διεκδικήσεις τυχόν επιδόματα, καθώς το ετήσιο εισόδημα που δηλώνεται σε αυτή αποτελεί κριτήριο για κάποια από αυτά.



Πώς ανοίγω Τραπεζικό Λογαριασμό

Το άνοιγμα τραπεζικού λογαριασμού είναι σημαντικό και θα σου χρησιμεύσει τόσο στο να είναι τα χρήματά σου ασφαλή όσο και στο να πραγματοποιείς και να λαμβάνεις πληρωμές. Επίσης, η καταβολή τυχόν επιδομάτων που δικαιούσαι, θα γίνεται απευθείας στον τραπεζικό σου λογαριασμό, ενώ όταν βρεις εργασία και ο μισθός σου θα κατατίθεται σε αυτόν.



Υπάρχουν διαφορετικές τράπεζες στις οποίες μπορείς να απευθυνθείς. Τα βασικά έγγραφα που θα πρέπει να έχεις μαζί σου όταν πας σε ένα τραπεζικό κατάστημα για να ανοίξεις λογαριασμό, είναι τα παρακάτω:

- Πρωτότυπο και αντίγραφο της άδειας διαμονής σου που είναι σε ισχύ.
- Αποδεικτικό του τόπου διαμονής σου (Μισθωτήριο συμβόλαιο/Υπεύθυνη δήλωση από τον οικοδεσπότη ή τον ιδιοκτήτη του σπιτιού σου/Λογαριασμό ρεύματος ή νερού στο όνομά σου). Είναι σημαντικό η διεύθυνση που αναφέρεται σε αυτά να είναι σε ισχύ, καθώς ενδέχεται να σου αποστείλει η τράπεζα στην αναγραφόμενη διεύθυνση σημαντικά έγγραφα για την ολοκλήρωση της διαδικασίας.
- Λογαριασμό ή βεβαίωση από την εταιρία κινητής τηλεφωνίας σου, που αποδεικνύει ότι ο τηλεφωνικός σου αριθμός είναι καταχωρημένος στο όνομά σου.
- (Εάν εργάζεσαι) Βεβαίωση απασχόλησης και αντίγραφο της σύμβασης εργασίας σου.
- (Εάν είσαι άνεργος/η) Πρωτότυπο και φωτοτυπία του δελτίου ανεργίας σου από την Δημόσια Υπηρεσία Απασχόλησης (Δ.ΥΠ.Α) πρώην Οργανισμό Απασχόλησης Ανθρώπινου Δυναμικού (Ο.Α.Ε.Δ.).
- Αντίγραφο βεβαίωσης απόδοσης Α.Φ.Μ. ή άλλου επίσημου εγγράφου όπου να αναγράφεται το Α.Φ.Μ. σου.
- Εκκαθαριστικό εφορίας ή υπεύθυνη δήλωση ότι δεν έχεις υποβάλει δήλωση φορολογίας εισοδήματος στην Ελλάδα.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Εργασία και Απασχόληση





Ως δικαιούχος διεθνούς προστασίας έχεις το δικαίωμα να εργαστείς είτε ως μισθωτός είτε ως αυτοαπασχολούμενος (ελεύθερος επαγγελματίας), ενώ μπορείς να ανοίξεις και τη δική σου επιχείρηση, έχοντας τα ίδια δικαιώματα και υποχρεώσεις με τους Έλληνες και τις Ελληνίδες πολίτες. Το δικαίωμα να εργαστείς το αποκτάς μετά την πάροδο έξι (6) μηνών από την ημερομηνία κατάθεσης της αίτησής διεθνούς προστασίας και εφόσον έχεις στην κατοχή σου έγκυρο Δελτίο Αιτούντος Διεθνούς Προστασίας.

Προϋποθέσεις για να μπορείς να εργαστείς

Απαραίτητη προϋπόθεση για να μπορείς να εργαστείς στην Ελλάδα, είναι να έχεις εκδώσει Αριθμό Φορολογικού Μητρώου (Α.Φ.Μ.) και Αριθμό Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης (Α.Μ.Κ.Α.) (για την διαδικασία έκδοσης Α.Φ.Μ. και Α.Μ.Κ.Α., δες [εδώ](#)). Μπορεί, επίσης, να χρειαστεί να ανοίξεις έναν τραπεζικό λογαριασμό για την καταβολή του μισθού σου από τον/την εργοδότη/τρια σου (βλ. [Κεφ. 3](#) για τα απαραίτητα δικαιολογητικά).



Απογραφή ασφαλισμένου

Όταν κάποιος/α εργάζεται για πρώτη φορά, θα πρέπει να εγγραφεί στο Μητρώο Ασφαλισμένων του Εθνικού Φορέα Κοινωνικής Ασφάλισης (ΕΦΚΑ), προκειμένου να του αποδοθεί Αριθμός Μητρώου Ασφαλισμένου (Α.Μ.Α.).



Για την εγγραφή σου στο μητρώο ΕΦΚΑ ώστε να σου αποδοθεί Α.Μ.Α, θα πρέπει να κλείσεις ραντεβού σε οποιοδήποτε υποκατάστημα Ε.Φ.Κ.Α. τηλεφωνικά στο 1555, ή με email.

Τα Δικαιολογητικά που θα χρειαστείς είναι:

1. Πρωτότυπη και φωτοτυπία της άδειας διαμονής σου ενιαίου τύπου που είναι σε ισχύ.
2. Έγγραφο Αναγγελίας Πρόσληψης (Έντυπο Ε3) από τον εργοδότη σου.
3. Βεβαίωση Απόδοσης Αριθμού Φορολογικού Μητρώου (ή αντίστοιχο έντυπο με το Α.Φ.Μ. και τη Δ.Ο.Υ., όπως για παράδειγμα εκκαθαριστικό σημείωμα).
4. Α.Μ.Κ.Α. (Αριθμό Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης).
5. Αποδεικτικό Διαμονής (ενοικιαστήριο ή έναν λογαριασμό όπου αναγράφεται η διεύθυνσή σου).

6. Βιβλιάριο Τραπεζικού Λογαριασμού (φωτοτυπία της σελίδας όπου φαίνεται ο αριθμός του Τραπεζικού Λογαριασμού) ή, αν δεν έχεις βιβλιάριο, απλό αποδεικτικό στοιχείο με το IBAN του τραπεζικού λογαριασμού σου, στον οποίο είσαι πρώτος/η δικαιούχος.

Μπορείς να πραγματοποιήσεις την έκδοση Α.Μ.Α ο/η ίδιος/α, ή κάποιος/α εξουσιοδοτημένος/η εκπρόσωπός σου, στο υποκατάστημα του ΕΦΚΑ της κατοικίας σου ή στο ΕΦΚΑ του/της εργοδότη/τριας σου, από την ημερομηνία έναρξης της απασχόλησης σου και μετά.

Τρόποι αναζήτησης εργασίας

Η αναζήτηση και η εύρεση εργασίας στην Ελλάδα δεν είναι εύκολη, θα χρειαστεί χρόνος και θα πρέπει να είσαι προετοιμασμένος/η για τις δυσκολίες και προκλήσεις που θα αντιμετωπίσεις.



CV και συνοδευτική επιστολή

Πρώτα απ' όλα θα χρειαστεί να συντάξεις ένα καλό Βιογραφικό Σημείωμα (CV), το οποίο θα περιέχει πληροφορίες για τις σπουδές σου, την επαγγελματική σου εμπειρία, καθώς και τις δεξιότητες και την τυχόν ειδική κατάρτιση που διαθέτεις.



Συγκεκριμένα το βιογραφικό σου σημείωμα θα πρέπει να περιλαμβάνει:

- Προσωπικές πληροφορίες όπως το όνομά σου, τη διεύθυνση κατοικίας σου, το τηλέφωνό σου και ένα email επικοινωνίας
- Τις σπουδές σου
- Την προηγούμενη εμπειρία σου (επαγγελματική ή εθελοντισμού)
- Δεξιότητες και κατάρτιση (γλώσσες, γνώση Η/Υ κ.ά.)
- Τα ενδιαφέροντα σου
- Συστάσεις από προηγούμενους/ες εργοδότες/τριες

Εδώ μπορείς να βρεις ένα πρότυπο φόρμας βιογραφικού, και **εδώ** αλλά και **εδώ** χρήσιμες συμβουλές για το πώς να γράψεις ένα Βιογραφικό Σημείωμα. Επιπλέον, πολλές οργανώσεις που διαθέτουν υπηρεσίες για πρόσφυγες, προσφέρουν καθοδήγηση και υποστήριξη και για την σύνταξη βιογραφικού σημειώματος, όπου και μπορείς να απευθυνθείς και να ζητήσεις βοήθεια.

Η Συνέντευξη

Αν το βιογραφικό σου σημείωμα αξιολογηθεί θετικά από τον/την εργοδότη/τρια, συνήθως το επόμενο βήμα θα είναι να σε καλέσουν σε συνέντευξη. Η συνέντευξη είναι πολύ σημαντική, καθώς είναι η πρώτη άμεση επαφή σου με τον άνθρωπο που ενδιαφέρεται να σε προσλάβει. Μέσα από τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία θα έχει τη δυνατότητα να διαμορφώσει μια πρώτη εικόνα για εσένα και να κρίνει αν είσαι κατάλληλος/η για τη θέση που προσφέρει. [Εδώ](#) μπορείς να βρεις χρήσιμες συμβουλές και πληροφορίες για συμβουλές και πληροφορίες για την διαδικασία της συνέντευξης και την προετοιμασία σου για αυτή.



Δημόσια Υπηρεσία Απασχόλησης (Δ.ΥΠ.Α.) πρώην Οργανισμός Απασχόλησης Εργαζόμενου Δυναμικού (Ο.Α.Ε.Δ.)

Ένας από τους διαθέσιμους τρόπους επαφής με πιθανούς εργοδότες/τριες είναι μέσω δημόσιων υπηρεσιών με αντικείμενο την απασχόληση του εργατικού δυναμικού. Κύριος τέτοιος φορέας στην Ελλάδα είναι η [Δημόσια Υπηρεσία Απασχόλησης \(Δ.ΥΠ.Α.\) πρώην Οργανισμός Απασχόλησης Εργατικού Δυναμικού \(Ο.Α.Ε.Δ.\)](#). Η Δ.ΥΠ.Α. διατηρεί κατά τόπους Κέντρα Προώθησης της Απασχόλησης (Κ.Π.Α.), στα οποία μπορούν να απευθύνονται οι άνεργοι/ες ανάλογα με το τόπο διαμονής τους, προκειμένου να λάβουν ενημέρωση από εργασιακούς συμβούλους για θέματα σχετικά με την αναζήτηση εργασίας. Για το λόγο αυτό, είναι σημαντικό να εγγραφείς στο μητρώο ανέργων της Δ.ΥΠ.Α. Η εγγραφή σου στη Δ.ΥΠ.Α. και η κατοχή από εσένα δελτίου ανεργίας, σου δίνει πρόσβαση σε μια σειρά από δικαιώματα και διευκολύνσεις, όπως δωρεάν ή μειωμένο εισιτήριο για μετακίνηση με τα μέσα μαζικής μεταφοράς, λήψη επιδόματος ανεργίας μετά από κάποια απόλυση αλλά και παροχή υποστήριξης στην εύρεση νέας εργασίας. Περισσότερες πληροφορίες για τη διαδικασία και τα απαραίτητα δικαιολογητικά μπορείς να βρεις [εδώ](#).



Διαδίκτυο

Η συνηθέστερη μέθοδος εξεύρεσης εργασίας είναι μέσω του Διαδικτύου. Υπάρχουν σελίδες στις οποίες οι εργοδότες/τριες αναρτούν θέσεις εργασίας καθημερινά και καλό είναι να τις επισκέπτεσαι όσο πιο συχνά γίνεται. Παραδείγματα τέτοιων ιστοσελίδων όπου μπορείς να αναρτήσεις το βιογραφικό σου σημείωμα αλλά και βρεις σχετικές αγγελίες για θέσεις εργασίας είναι οι ακόλουθες:



- Kariera.gr
- xe.gr
- Skywalker.gr
- Jobs-finder.gr
- Generation 2.0

Επιπρόσθετα, αν είσαι πρόσφυγας ή αιτών άσυλο μπορείς να αναζητήσεις θέσεις εργασίας, προγράμματα κατάρτισης καθώς και διαθέσιμα εκπαιδευτικά σεμινάρια ή εργαστήρια στην ηλεκτρονική πλατφόρμα Adama Job Center, η οποία τέθηκε σε λειτουργία από την Catholic Relief Services (CRS) σε συνεργασία με την Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες στην Ελλάδα.

Εργασιακά δικαιώματα και υποχρεώσεις

Τα δικαιώματά σου ως εργαζόμενος είναι αυτά που προβλέπονται για κάθε εργαζόμενο/η ανεξάρτητα από το εάν είναι Έλληνας/ίδα ή αλλοδαπός/η (σύμβαση εργασίας, βασικός μισθός, άδεια, υπερωρίες, ασφάλιση, ιατροφαρμακευτική περίθαλψη).



Αν προσληφθείς σε μια εργασία θα πρέπει α) να υπογράψεις σύμβαση εργασίας και β) να ασφαλιστείς υποχρεωτικά. Η σύμβαση εργασίας είναι ένα είδος συμβολαίου που γίνεται μεταξύ εργοδότη/τριας και εργαζόμενου/ης. Η σύμβαση υπογράφεται από εσένα και τον/την εργοδότη/τρια σου και εσύ πρέπει να κρατήσεις ένα αντίγραφο. Ο/η εργαζόμενος/η και ο/η εργοδότης/τρια δεσμεύονται από όσα αναφέρονται στη σύμβαση και έχουν συμφωνηθεί με την υπογραφή αυτής.

Περισσότερες πληροφορίες για τα είδη των συμβάσεων, τον τρόπο λήξης τους και γενικά για τα εργασιακά σου δικαιώματα μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Επιδόματα ανεργίας και χαμηλού εισοδήματος

Εάν είσαι αναγνωρισμένος πρόσφυγας ή δικαιούχος επικουρικής προστασίας με άδεια διαμονής σε ισχύ, μπορείς να έχεις πρόσβαση στο εθνικό σύστημα πρόνοιας. Πληροφορίες για τα διάφορα επιδόματα που υπάρχουν μπορείς να βρεις στα Ελληνικά, στην ιστοσελίδα του [Οργανισμού Προνοιακών Επιδομάτων και Κοινωνική Αλληλεγγύης \(Ο.Π.Ε.Κ.Α.\)](#).



Μερικά από τα επιδόματα που μπορεί να δικαιούσαι είναι τα εξής:

- Ελάχιστο Εγγυημένο Εισόδημα
- Επίδομα Παιδιού
- Επίδομα Στέγασης
- Επίδομα Κοινωνικής Αλληλεγγύης Ανασφάλιστων
- Επιδόματα για άτομα με αναπηρία

Το βασικό στοιχείο που πρέπει να γνωρίζεις είναι ότι όλα τα επιδόματα έχουν εισοδηματικά, περιουσιακά καθώς και κριτήρια διαμονής.

Για ενημέρωση, καθοδήγηση και υποστήριξη σε θέματα και διαδικασίες που αφορούν την απασχόληση και την ένταξή σου στην αγορά εργασίας, μπορείς να απευθυνθείς γενικά σε ένα από τα Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ), που λειτουργούν σε επιλεγμένους Δήμους. Πληροφορίες για τα Κ.Ε.Μ, [εδώ](#).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Στέγαση





Σχεμαστικά προγράμματα/μέριμνα για Δικαιούχους Διεθνούς Προστασίας



Πρόγραμμα «HELIOS»

Στο πλαίσιο του προγράμματος «HELIOS», που είναι ένα πρόγραμμα ενταξιακής στήριξης για δικαιούχους διεθνούς προστασίας (πρόσφυγες και δικαιούχους επικουρικής προστασίας) που υλοποιείται από το Διεθνή Οργανισμό Μετανάστευσης (Δ.Ο.Μ.) με την υποστήριξη του ελληνικού κράτους, παρέχεται υποστήριξη για την εύρεση διαμερίσματος και τις διαδικασίες σύναψης σύμβασης μίσθωσης με τον/την ιδιοκτήτη/τρια του διαμερίσματος. Ακόμη παρέχεται η δυνατότητα επιδότησης ενοικίου και εξόδων μετακόμισης για τους/τις ωφελούμενους/ες του προγράμματος. Μπορείς να μάθεις περισσότερα (κριτήρια και διαδικασία εγγραφής) για το πρόγραμμα «HELIOS» [εδώ](#).

Μηνιαίο Επίδομα Στέγασης

Το πρόγραμμα αυτό είναι ανοικτό σε διάφορες κατηγορίες δικαιούχων, στις οποίες συμπεριλαμβάνονται και οι δικαιούχοι διεθνούς προστασίας οι οποίοι/ες διαμένουν νόμιμα και μόνιμα στην Ελλάδα για τουλάχιστον πέντε (5) έτη πριν την υποβολή της αίτησης ένταξης στο πρόγραμμα ([ΟΠΕΚΑ](#)).

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το συγκεκριμένο επίδομα, όπως τι είδους προϋποθέσεις πρέπει να πληρούνται ανά άτομο ή οικογένεια, ποιο είναι το ύψος του και ποια η διαδικασία αίτησης, μπορείς να βρεις στα κατά τόπους Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ.) (βλ. σχετικό [link εδώ](#)) ή στο Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Κατοικίας σου (βλ. σχετικό [link εδώ](#)).

Πρόγραμμα «Στέγαση και Εργασία»

Το συγκεκριμένο πρόγραμμα απευθύνεται σε άτομα και οικογένειες που διαμένουν σε ξενώνες αστέγων, στο δρόμο ή σε ακατάλληλα καταλύματα. Το πρόγραμμα προβλέπει την επιδότηση ενοικίου για χρονικό διάστημα έως και δεκαοκτώ (18) μήνες, την κάλυψη βασικών δαπανών για οικοσκευή και υπηρεσίες κοινής ωφέλειας, καθώς και την επιδότηση εργασίας για χρονικό διάστημα έως και δώδεκα (12) μήνες. Παράλληλα, παρέχει ψυχοκοινωνική στήριξη στους/στις ωφελούμενους/ες, με στόχο την ενδυνάμωση και κινητοποίησή τους, ώστε να αναλάβουν σταδιακά την ευθύνη επίλυσης των προβλημάτων της καθημερινότητάς τους και να επανενταχθούν ομαλά στον κοινωνικό ιστό.

Το πρόγραμμα παρέχεται μόνο από όσους Δήμους επιλέξουν να συμμετέχουν σε αυτό. Σε περίπτωση που είσαι σε καθεστώς αστεγίας και θα ήθελες να μάθεις αν το συγκεκριμένο πρόγραμμα υλοποιείται στο Δήμο σου, μπορείς να απευθυνθείς στα κατά τόπους Κ.Ε.Μ. ή στο Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Κατοικίας σου (Βλ. παραπάνω για τα σχετικά [links](#)).

Πληροφορίες για τη μίσθωση κατοικίας

Μπορείς να αναζητήσεις κατοικία προς μίσθωση:



- Ηλεκτρονικά, στον ειδικό διαδικτυακό τόπο του Διεθνούς Οργανισμού Μετανάστευσης και του προγράμματος «HELIOS», <https://www.heliospiti.com/> (EN). Εκεί θα βρεις αγγελίες σπιτιών, διαθέσιμων προς ενοικίαση, με τους/τις ιδιοκτήτες/τριες των οποίων ο Δ.Ο.Μ. έχει έρθει σε επαφή και έχουν συμφωνήσει να νοικιάσουν το σπίτι τους σε ωφελούμενους/ες του προγράμματος «HELIOS»
- Ηλεκτρονικά, σε τοπικά sites με αγγελίες για εύρεση και ενοικίαση σπιτιού όπως: [xe.gr](https://www.xe.gr) (EN/GR), [spitogatos.gr](https://www.spitogatos.gr) (EN/GR), [tospitimou.gr](https://www.tospitimou.gr) (EN/GR), [spiti24.gr](https://www.spiti24.gr) (EN/GR/AR/FR), [spiti360.gr](https://www.spiti360.gr) (EN/GR), [plot.gr](https://www.plot.gr) (EN/GR)
- Σε τοπικές εφημερίδες και σε εφημερίδες εθνικής εμβέλειας που διαθέτουν ενότητα με αγγελίες για ενοικίαση σπιτιών (συνήθως υπό τον τίτλο «Ενοικιάζονται»)
- Σε μεσιτικά γραφεία. Τα γραφεία αυτά χρεώνουν ένα ποσό για τις παρεχόμενες υπηρεσίες τους, συνήθως την αξία του ενοικίου ενός μηνός
- Σε κοινωνικά δίκτυα, όπως το Facebook στο τμήμα Marketplace.
- Μέσω πληροφόρησης από συγγενείς, φίλους, συναδέλφους ή την κοινότητα

Μπορείς να επισκεφθείς το σπίτι που σε ενδιαφέρει να μισθώσεις, αφού πρώτα συνεννοηθείς με τον/την ιδιοκτήτη/τρια ή το/τη μεσίτη/τρια που τον/την εκπροσωπεί, για να δεις εάν είναι σε καλή κατάσταση. Δεν νοικιάζουμε ποτέ ένα σπίτι από φωτογραφίες.

Για να πραγματοποιηθεί η μίσθωση θα πρέπει πρώτα να συμφωνήσεις τους όρους με τον/την ιδιοκτήτη/τρια, κυρίως αναφορικά με το μηνιαίο μίσθωμα, τη διάρκεια της μίσθωσης, την αύξηση που θα γίνεται κάθε χρόνο και πόσα άτομα θα μένετε στο διαμέρισμα. Αν το σπίτι είναι σε πολυκατοικία, καλό είναι να ρωτήσεις και για τα κοινόχρηστα έξοδα που θα πρέπει να καταβάλλεις κάθε μήνα.

Σε περίπτωση που σου αρέσει το διαμέρισμα και συμφωνήσεις και με τους όρους του/της ιδιοκτήτη/τριας, θα πρέπει να υπογράψετε ιδιωτικό συμφωνητικό μίσθωσης κατοικίας. Για την υπογραφή του συμφωνητικού μίσθωσης θα πρέπει να έχεις άδεια διαμονής σε ισχύ και Α.Φ.Μ. Με την υπογραφή του συμφωνητικού, θα πρέπει να καταβάλλεις στον/στην ιδιοκτήτη/τρια το πρώτο μίσθωμα, καθώς και το ποσόν της εγγύησης που θα συμφωνήσετε. Το ποσόν της εγγύησης θα σου επιστραφεί κατά τη λήξη της μίσθωσης, εφόσον παραδώσεις το σπίτι στην κατάσταση που το παρέλαβες.

Μετά την υπογραφή του μισθωτηρίου συμβολαίου, ο ιδιοκτήτης θα δηλώσει με ηλεκτρονικό τρόπο όλα τα στοιχεία του στο σύστημα TAXISnet. Αφού ο ιδιοκτήτης ολοκληρώσει την υποβολή, το σύστημα θα σου στείλει ένα ηλεκτρονικό μήνυμα στο λογαριασμό που τηρείς στο TAXISnet και εσύ θα πρέπει να αποδεχτείς ηλεκτρονικά το μισθωτήριο συμβόλαιο.

Το ιδιωτικό συμφωνητικό μίσθωσης είναι ένα συμβόλαιο μεταξύ όλων των μερών που εμπλέκονται στη μίσθωση μιας κατοικίας, το οποίο περιλαμβάνει τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους, για τη χρονική περίοδο που αναγράφεται σε αυτό. Θα πρέπει να είσαι σίγουρος/η ότι έχεις καταλάβει όλους τους όρους του, πριν το υπογράψεις.

Η μίσθωση μιας κατοικίας συνεπάγεται δικαιώματα και υποχρεώσεις με τις οποίες θα πρέπει να είσαι συνεπής. Είναι πολύ σημαντικό να καταβάλλεις το μηνιαίο ενοίκιο την ημερομηνία που έχεις συμφωνήσει με τον/την ιδιοκτήτη/τρια. Σε περίπτωση καθυστέρησης, καλό είναι να τον/την ενημερώνεις αμέσως.

Ο μισθωτής οφείλει να πληρώνει τους λογαριασμούς κοινής ωφέλειας (όπως νερό, ηλεκτρικό ρεύμα, τηλέφωνο κ.λπ.) που βαρύνουν το σπίτι που έχει νοικιάσει καθώς και την αναλογία των κοινόχρηστων δαπανών της πολυκατοικίας /συγκροτήματος όπου βρίσκεται το σπίτι.

Χρήσιμες πληροφορίες για τη διαδικασία και ζητήματα μίσθωσης κατοικίας, μπορείς να βρεις [εδώ](#) και σχετικά βίντεο [εδώ](#).



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Εκπαίδευση





Σε αυτήν την ενότητα θα βρεις πληροφορίες για την εκπαίδευση στην Ελλάδα, πώς να γράψεις τα παιδιά σου στο σχολείο αν είσαι γονιός ή κηδεμόνας, αλλά και πώς μπορούν να βοηθηθούν με επιπλέον υποστήριξη. Επίσης θα βρεις πληροφορίες εκπαίδευσης και κατάρτισης για νέους και ενήλικες, καθώς και για την εκμάθηση της ελληνικής γλώσσας αλλά και για τους τρόπους με τους οποίους μπορείς να αποκτήσεις επιπλέον επαγγελματικές δεξιότητες.

Το Ελληνικό Εκπαιδευτικό Σύστημα



Το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα βρίσκεται υπό την αρμοδιότητα και την εποπτεία του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων. Η εκπαίδευση στην Ελλάδα είναι δωρεάν για όλους/ες και υποχρεωτική για τα παιδιά ηλικίας τεσσάρων (4) έως δεκαπέντε (15) ετών, αγοριών και κοριτσιών, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών προσφύγων. Τα βιβλία παρέχονται δωρεάν για κάθε παιδί, ενώ η γραφική ύλη, τα τετράδια και ό,τι άλλο χρειαστεί θα πρέπει να αγοραστεί από τους γονείς ή κηδεμόνες.

Υποχρεωτικές είναι οι ακόλουθες βαθμίδες εκπαίδευσης:

- Νηπιαγωγείο (4-6 ετών)
- Δημοτικό (6-12 ετών)
- Γυμνάσιο (12-15 ετών)

Κάθε παιδί των παραπάνω ηλικιών πρέπει, με μέριμνα των γονιών του ή του/της κηδεμόνα του, να εγγράφεται στο σχολείο και να παρακολουθεί καθημερινά τα μαθήματα. Η σχολική χρονιά συνήθως διαρκεί από το Σεπτέμβριο έως τον Ιούνιο της επόμενης χρονιάς. Τα παιδιά των προσφύγων έχουν δικαίωμα πρόσβασης στην εκπαίδευση για όσο χρονικό διάστημα παραμένουν στη χώρα.

Οι αιτήσεις εγγραφής υποβάλλονται ηλεκτρονικά και υπάρχουν συγκεκριμένα δικαιολογητικά που πρέπει να καταθέσεις. Παρόλα αυτά, οι υπεύθυνοι σε κάθε βαθμίδα εκπαίδευσης θα σε βοηθήσουν και θα σε διευκολύνουν ακόμα και εάν δεν έχεις τα απαραίτητα δικαιολογητικά, οποιαδήποτε στιγμή επιλέξεις να εγγραφείς ή να εγγράψεις το παιδί σου στο σχολείο.

Περισσότερες πληροφορίες μπορείς να βρεις [εδώ](#).

I. Προσχολική εκπαίδευση και βρεφονηπιακοί σταθμοί



Εγγραφή σε Βρεφονηπιακό Σταθμό, σε Παιδικό Σταθμό και στο Νηπιαγωγείο

Για παιδιά μικρότερα των τεσσάρων (4) ετών, υπάρχουν οι βρεφικοί ή βρεφονηπιακοί σταθμοί, που φιλοξενούν βρέφη και παιδιά από έξι (6) μηνών και οι παιδικοί σταθμοί που φιλοξενούν παιδιά από την ηλικία των δυόμισι (2,5) ετών και έως την ηλικία εγγραφής τους στην υποχρεωτική εκπαίδευση. Οι σταθμοί αυτοί μπορεί να είναι ιδιωτικοί, δημόσιοι (κρατικοί) ή δημοτικοί (να ανήκουν στο Δήμο). Για πληροφορίες μπορείς να απευθυνθείς στο Δήμο που κατοικείς.

Το δημόσιο νηπιαγωγείο στην Ελλάδα είναι δωρεάν και όλα τα παιδιά ηλικίας τεσσάρων (4) και πέντε (5) χρόνων, αγόρια και κορίτσια, πρέπει να εγγραφούν σε αυτό. Στο δημόσιο νηπιαγωγείο, γράφονται τα νήπια που την 31η Δεκεμβρίου του έτους εγγραφής συμπληρώνουν την ηλικία των τεσσάρων (4) χρόνων. Προκειμένου να κάνεις αίτηση εγγραφής των παιδιών σου σε δημόσιο νηπιαγωγείο, θα πρέπει να είναι η πρώτη φορά που αυτά φοιτούν σε νηπιαγωγείο και να μην είναι ήδη εγγεγραμμένα σε άλλη σχολική μονάδα.

Θα χρειαστείς:

- τους προσωπικούς σου κωδικούς πρόσβασης στο Taxisnet
- τον αριθμό του κινητού σου τηλεφώνου και
- ένα αποδεικτικό διεύθυνσης μόνιμης κατοικίας

Σε περίπτωση που έχεις απορίες ή προβλήματα με τη διαδικασία των εγγραφών, μπορείς να απευθυνθείς στο πλησιέστερο νηπιαγωγείο της μόνιμης κατοικίας σου.

II. Πρωτοβάθμια (Δημοτικό) και κατώτερη δευτεροβάθμια εκπαίδευση (Γυμνάσιο)



Εγγραφή στο Δημοτικό Σχολείο και το Γυμνάσιο

Εάν το παιδί σου είναι ηλικίας από έξι (6) έως δώδεκα (12) ετών θα πρέπει να εγγραφεί στο πλησιέστερο στο σπίτι σου Δημοτικό σχολείο, ενώ εάν είναι ηλικίας από δώδεκα (12) έως δεκαπέντε (15) ετών θα πρέπει να εγγραφεί στο Γυμνάσιο. Εάν δεν μιλά ελληνικά, υπάρχουν ειδικές τάξεις υποδοχής, για τις οποίες θα βρεις πληροφορίες παρακάτω.

Στην περίπτωση που το παιδί σου έχει φοιτήσει σε κάποιο σχολείο σε άλλη χώρα, θα πρέπει να προσκομίσεις ένα σχετικό πιστοποιητικό ή να δηλώσεις πόσα έτη έχει φοιτήσει έως τώρα και σε ποια χώρα.

Οι εγγραφές γίνονται οποιαδήποτε στιγμή μέσα στη σχολική χρονιά. Για το σκοπό αυτό θα πρέπει να επισκεφτείς το πλησιέστερο Δημοτικό ή Γυμνάσιο της γειτονιάς σου και να φέρεις μαζί σου τα παρακάτω δικαιολογητικά:

- Πιστοποιητικό γέννησης
- Αποδεικτικό Εμβολιασμού
- Αποδεικτικό κατοικίας (πληροφορίες μπορείς να βρεις [εδώ](#)).
- Α.Δ.Ε.Τ. παιδιού

Επιπρόσθετα κατά τη διάρκεια της εγγραφής θα σου ζητηθεί το Ατομικό Δελτίο Υγείας Μαθητή. Πληροφορίες για αυτό μπορείς να δεις [εδώ](#).

Όταν το παιδί σου ολοκληρώσει το Δημοτικό, η εγγραφή του στο κοντινότερο Γυμνάσιο γίνεται αυτόματα.

Στο Δημοτικό Σχολείο τα παιδιά γίνονται δεκτά ανεξάρτητα από το εάν είναι εγγεγραμμένα σε μητρώα ή δημοτολόγια και για την εγγραφή τους σε αυτά μεριμνούν οι Διευθυντές/ντριες αυτών. Οι Διευθυντές/ντριες των Δημοτικών Σχολείων δεν θα πρέπει να παρακωλύουν την εγγραφή των παιδιών λόγω έλλειψης πιστοποιητικού μόνιμης κατοικίας, ενώ θα πρέπει να αποδέχονται οποιοδήποτε στοιχείο από το οποίο, κατά την κρίση τους, διαπιστώνεται η διεύθυνση κατοικίας του/της μαθητή/τριας.

Περισσότερες και αναλυτικές πληροφορίες για τη φοίτηση του παιδιού σου στο ελληνικό δημόσιο νηπιαγωγείο και το δημοτικό σχολείο μπορείς να διαβάσεις στον Σχολικό Οδηγό που έχει ετοιμάσει το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, και που μπορείς να βρεις στα ελληνικά [εδώ](#).

III. Μη υποχρεωτική Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση

Γενικά Λύκεια (ΓΕ.Λ.) και Επαγγελματικά Λύκεια (ΕΠΑ.Λ)

Από την ηλικία των δεκαέξι (16) έως δεκαοκτώ (18) ετών, οι μαθητές και οι μαθήτριες που έχουν αποφοιτήσει από τη Γ' Γυμνασίου μπορούν να συνεχίσουν και να ολοκληρώσουν την εκπαίδευσή τους στο σχολείο φοιτώντας στο Λύκειο.



Το Γενικό Λύκειο και το Επαγγελματικό Λύκειο απευθύνεται σε μαθητές και μαθήτριες που έχουν ολοκληρώσει την Γ' τάξη του Γυμνασίου και δεν εντάσσονται στην υποχρεωτική εκπαίδευση. Η διάρκεια φοίτησης τόσο στο Γενικό όσο και στο Επαγγελματικό Λύκειο είναι τρία (3) έτη. Και τα δύο σου προσφέρουν τη δυνατότητα να δώσεις εξετάσεις για εισαγωγή στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Για την εγγραφή σου ή αυτή των παιδιών σου μπορείς να βρεις χρήσιμες πληροφορίες [εδώ](#).

IV. Ειδικές Εκπαιδευτικές Δυνατότητες για τον Προσφυγικό Πληθυσμό



Τάξεις Υποδοχής - ΖΕΠ (Ζώνες Εκπαιδευτικής Δραστηριότητας)

Στόχος των Ζ.Ε.Π. είναι η ισότιμη ένταξη όλων των μαθητών/τριών στο εκπαιδευτικό σύστημα, μέσω της λειτουργίας υποστηρικτικών δράσεων για τη βελτίωση της μαθησιακής επίδοσης, όπως η λειτουργία Τάξεων Υποδοχής. Στο σχολείο που θα εγγράψεις το παιδί σου μπορεί να υπάρχει Τάξη Υποδοχής, προκειμένου να υποστηριχθεί στα μαθήματα του γενικού σχολείου.

Δομές Υποδοχής και Εκπαίδευσης των Προσφυγόπαιδων (Δ.Υ.Ε.Π.)

Μια ξεχωριστή κατηγορία για την εκπαίδευση των προσφυγόπαιδων είναι και οι Δομές Υποδοχής, που έχουν ως σκοπό την υποστήριξη της ένταξης των παιδιών προσφύγων στο εκπαιδευτικό σύστημα. Περισσότερες πληροφορίες για τις Δ.Υ.Ε.Π. μπορείς να βρεις [εδώ](#).

V. Εκπαίδευση Ενηλίκων



Εκμάθηση Ελληνικής Γλώσσας και Πιστοποίηση

Το πιο σημαντικό εφόδιο για την ένταξή σου, αλλά και γενικότερα τη ζωή σου, στην Ελλάδα είναι η γνώση της ελληνικής γλώσσας.

Μαθήματα ελληνικής γλώσσας προσφέρονται από διάφορους φορείς, οργανώσεις και εκπαιδευτικές δομές. Μπορείς να βρεις συνοπτικές πληροφορίες καθώς και στοιχεία επικοινωνίας, για τις βασικότερες από αυτές [εδώ](#).

Εξετάσεις Ελληνομάθειας

Αφού ολοκληρώσεις τα μαθήματα ελληνικής γλώσσας μπορείς να συμμετάσχεις στις εξετάσεις ελληνομάθειας για να λάβεις την αντίστοιχη πιστοποίηση. Περισσότερες πληροφορίες για την πιστοποίηση ελληνομάθειας μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Σχολεία Δεύτερης Ευκαιρίας

Αν είσαι άνω των δεκαοκτώ (18) ετών και δεν έχεις ολοκληρώσει την υποχρεωτική εκπαίδευση, μπορείς να κάνεις αίτηση και να ενταχθείς σε Σχολείο Δεύτερης Ευκαιρίας. Περισσότερες πληροφορίες μπορείς να βρεις [εδώ](#). Τα απαραίτητα δικαιολογητικά που θα χρειαστείς, καθώς και τη διαδικασία υποβολής αίτησης, μπορείς να τα βρεις [εδώ](#).

Κέντρα Δια βίου Μάθησης

Τα Κέντρα Διά Βίου Μάθησης λειτουργούν σε Δήμους της χώρας. Περισσότερες πληροφορίες για τα Κέντρα Δια Βίου Μάθησης μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Επαγγελματικές Σχολές Μαθητείας της Δημόσιας Υπηρεσίας Απασχόλησης (Δ.ΥΠ.Α.)

Πληροφορίες για τις Επαγγελματικές Σχολές Μαθητείας της Δ.ΥΠ.Α μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Ινστιτούτα Επαγγελματικής Κατάρτισης

Στα Δημόσια Ινστιτούτα Επαγγελματικής Κατάρτισης του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων (Δ.Ι.Ε.Κ.) η φοίτηση παρέχεται δωρεάν. Περισσότερες πληροφορίες για τα δημόσια Ι.Ε.Κ. μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Για ενημέρωση, καθοδήγηση και υποστήριξη σε θέματα εκπαίδευσης ενηλίκων, μπορείς να απευθυνθείς σε ένα από τα Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ) που λειτουργούν σε επιλεγμένους Δήμους. Πληροφορίες για τα Κ.Ε.Μ [εδώ](#).

VI. Πρόσβαση στην Ανώτατη Εκπαίδευση

Για γενικές πληροφορίες, για τα απαιτούμενα δικαιολογητικά και την υποβολή αίτησης σε Ανώτατο Εκπαιδευτικό Ίδρυμα της χώρας, μπορείς να δεις [εδώ](#).



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Υγειονομική Περίθαλψη





Γενικές Πληροφορίες



Έχοντας αποκτήσει καθεστώς διεθνούς προστασίας στην Ελλάδα, έχεις δικαίωμα σε ελεύθερη πρόσβαση στην πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια υγειονομική περίθαλψη. Μπορείς να αναζητήσεις φροντίδα σε δημόσια νοσοκομεία, δημόσια ιατρικά κέντρα, κέντρα υγείας και δημοτικά ιατρεία. Σε περίπτωση ανάγκης, εάν δηλαδή αντιμετώπιζεις κάποιο έκτακτο ιατρικό περιστατικό, που χρήζει άμεσης και επείγουσας ιατρικής φροντίδας, μπορείς να καλέσεις την εθνική γραμμή **166**. Εναλλακτικά, μπορείς να απευθυνθείς στο Τμήμα Επείγοντων Περιστατικών ενός νοσοκομείου. Πληροφορίες αναφορικά με το ποια νοσοκομεία έχουν Τμήμα Επείγοντων Περιστατικών καθώς και για το πρόγραμμα λειτουργίας τους, μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Εάν επιθυμείς να κλείσεις ραντεβού σε μια δομή υγείας, μπορείς να ακολουθήσεις έναν από τους παρακάτω τρόπους:

1. Κάλεσε την εθνική γραμμή **1535** και ακολουθήσε τις οδηγίες (Ελληνικά – Αγγλικά)
2. Τηλεφώνησε απευθείας στο νοσοκομείο που έχεις επιλέξει
3. Κάλεσε την εθνική γραμμή **14900**, που αφορά ιατρικές υπηρεσίες που παρέχονται στα ιατρικά κέντρα του Ιδρύματος Κοινωνικών Ασφαλίσεων (Ι.Κ.Α.), και ακολουθήσε τις σχετικές οδηγίες

Υπάρχουν επίσης οι Τοπικές Μονάδες Υγείας (ΤΟ.Μ.Υ.), που είναι μονάδες παροχής υπηρεσιών πρωτοβάθμιας υγειονομικής περίθαλψης και λειτουργούν σε τοπικό επίπεδο. Για να λάβεις ιατρικές υπηρεσίες από μια ΤΟ.Μ.Υ., θα πρέπει να εγγραφείς σε αυτήν που βρίσκεται στην πόλη ή τη γειτονιά σου, εάν υπάρχει.

[Εδώ](#), μπορείς να βρεις την εγκεκριμένη λίστα του Υπουργείου Υγείας με όλα τα νοσοκομεία στην Ελλάδα.

Δημοτικά ιατρεία



Πολλοί δήμοι διαθέτουν ιατρικά κέντρα, στα οποία όλοι οι δικαιούχοι διεθνούς προστασίας (με ή χωρίς Α.Μ.Κ.Α.) μπορούν να έχουν πρόσβαση στις πρωτοβάθμιες υπηρεσίες υγείας που προσφέρονται στα συγκεκριμένα κέντρα (ενδεικτικούς συνδέσμους μπορείς να βρεις [εδώ](#) και [εδώ](#)).

Ιατρικά κέντρα που λειτουργούν από Μ.Κ.Ο.

Σε πολλές Μ.Κ.Ο. λειτουργούν ιατρικά κέντρα και πολυκλινικές που προσφέρουν διάφορες ιατρικές υπηρεσίες στους δικαιούχους διεθνούς προστασίας στην Ελλάδα. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις διαθέσιμες κλινικές, συμπεριλαμβανομένης της διεύθυνσης, των διαθέσιμων ιατρικών υπηρεσιών καθώς και για να κλείσεις ένα ραντεβού, μπορείς να καλέσεις στα ακόλουθα τηλέφωνα:

Γιατροί του κόσμου: 210-3213150 • **Γιατροί χωρίς σύνορα:** 210-5200500 • **Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός:** 210-3613848 • **PRAKSIS:** 210-8213704 • **Solidarity Now:** 210-6772500
• **BABEΛ, Μονάδα Ψυχικής Υγείας για μετανάστες:** 2108616280, 2108616266



Φαρμακευτική Περίθαλψη

Προκειμένου να έχεις πρόσβαση στα φάρμακα που χρειάζεσαι, είτε δωρεάν είτε με μια μικρή συμμετοχή, θα πρέπει να προσκομίσεις συνταγή από ιατρό δημόσιου νοσοκομείου ή ιατρικού κέντρου. Εάν διαθέτεις Α.Μ.Κ.Α./Π.Α.Α.Υ.Π.Α. και η συνταγή σου έχει εκδοθεί ηλεκτρονικά, μπορείς να λάβεις τα φάρμακά σου από οποιοδήποτε φαρμακείο.

Στην περίπτωση που δεν έχεις Α.Μ.Κ.Α./Π.Α.Α.Υ.Π.Α., αλλά έχεις συνταγή από ιατρό δημόσιου νοσοκομείου ή ιατρικού κέντρου, ακόμη και χειρόγραφη, μπορείς να λάβεις δωρεάν τα φάρμακά σου, από το φαρμακείο του νοσοκομείου ή του ιατρικού κέντρου στο οποίο εκδόθηκε η συνταγή.

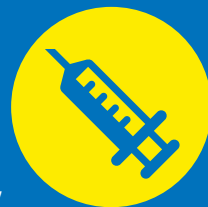


Υπηρεσίες ψυχικής υγείας

Σε περίπτωση που βιώνεις άγχος, ανησυχία, θλίψη, μοναξιά, θυμό ή κατάθλιψη, θα πρέπει να επισκεφθείς έναν ειδικό γιατρό, ψυχολόγο ή ψυχίατρο. Σύμφωνα με την υπάρχουσα πολιτική στην Ελλάδα, μπορείς να προμηθευτείς ψυχιατρικά φάρμακα δωρεάν, ακόμη κι αν δεν διαθέτεις αριθμό Π.Α.Α.Υ.Π.Α. ή Α.Μ.Κ.Α. Στην Ελλάδα, τα φάρμακα αυτά αποτελούν μέρος μιας ειδικής κατηγορίας φαρμάκων που ονομάζεται «ψυχιατρικά και νευρολογικά φάρμακα» και διέπεται από ειδικούς κανόνες. Για να σου χορηγηθεί τέτοιου είδους φαρμακευτική αγωγή, απαιτείται συνταγή από ψυχίατρο ή νευρολόγο που εργάζεται σε Δημόσιο ή Ιδιωτικό Νοσοκομείο και σε τοπικές μονάδες ή κέντρα πρωτοβάθμιας ιατρικής περίθαλψης.



Γενικός Εμβολιασμός



Κάθε χρόνο το Υπουργείο Υγείας αποφασίζει σχετικά με το εθνικό πρόγραμμα εμβολιασμού ενηλίκων, σύμφωνα με το οποίο συστήνονται ή δεν συστήνονται εμβόλια για τους ενήλικες ανάλογα με την ηλικία, με το αν υπάρχει κάποιο υποκείμενο νόσημα και με διάφορα άλλα κριτήρια. Με τον Α.Μ.Κ.Α. σου, έχεις πρόσβαση σε δωρεάν εμβολιασμό σε όλες τις δημόσιες δομές υγείας.

Επιπρόσθετα, το Υπουργείο Υγείας κάθε χρόνο καταρτίζει το εθνικό πρόγραμμα εμβολιασμού παιδιών και εφήβων. Εμβολιασμοί διενεργούνται, επίσης, στους Σταθμούς Προστασίας Μάνας Παιδιού. Περισσότερες λεπτομέρειες μπορείς να βρεις [εδώ](#).



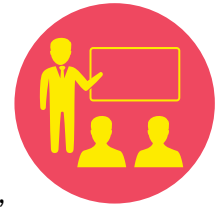
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

Χρήσιμες πληροφορίες και διαθέσιμες υπηρεσίες





Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ.)



Τα Κέντρα Ένταξης Μεταναστών (Κ.Ε.Μ.) αποτελούν παραρτήματα των Κέντρων Κοινότητας των Δήμων. Αποστολή τους είναι η πληροφόρηση, η εξυπηρέτηση και η παροχή εξειδικευμένων υπηρεσιών σε πολίτες τρίτων χωρών, η δικτύωση και διασύνδεση όσων απευθύνονται σε αυτά με υπηρεσίες και προγράμματα κοινωνικής ένταξης και η υλοποίηση δράσεων κοινωνικής ένταξης. Ενδεικτικά, παρέχουν μαθήματα ελληνικής γλώσσας και στοιχείων ελληνικής ιστορίας, πραγματοποιούν διαπολιτισμικές δράσεις με έμφαση στη συνύπαρξη παιδιών και νέων αλλοδαπών και του τοπικού πληθυσμού και δράσεις για την προώθηση της πρόσβασης των μεταναστών και των δικαιούχων διεθνούς προστασίας στην αγορά εργασίας.

Αυτή τη στιγμή λειτουργούν Κ.Ε.Μ. στους ακόλουθους Δήμους:

- Αθήνας
- Πειραιά
- Καλλιθέας
- Θεσσαλονίκης
- Κορδελιό Εύοσμου
- Θήβας
- Λαμίας
- Ανδραβίδα Κυλλήνης
- Ηρακλείου
- Λέσβου
- Τρικάλων

Περισσότερες πληροφορίες για τα ΚΕΜ μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Συμβούλια Ένταξης Μεταναστών και Προσφύγων (Σ.Ε.Μ.Π.)



Η συμμετοχή στα κοινά είναι εξαιρετικά σημαντική σε μια κοινωνία, για τη δημιουργία συνθηκών γνωριμίας και αμοιβαίας αποδοχής. Προκειμένου να ενισχυθεί η εκπροσώπησή σου στα θέματα που απασχολούν την τοπική κοινωνία της οποίας αποτελεις μέλος, προβλέπεται η συγκρότηση και λειτουργία στους Δήμους, ειδικών συμβουλευτικών οργάνων που ονομάζονται Συμβούλια Ένταξης Μεταναστών και Προσφύγων (Σ.Ε.Μ.Π.).

Περισσότερες πληροφορίες για το έργο και την λειτουργία των Σ.Ε.Μ.Π. μπορείς να βρεις [εδώ](#)

Φορείς Συλλογικής Εκπροσώπησης Πολιτών Τρίτων Χωρών



Ως αναγνωρισμένοι φορείς συλλογικής εκπροσώπησης πολιτών τρίτων χωρών μπορούν να θεωρηθούν Σωματεία και Σύλλογοι/Ενώσεις μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα των πολιτών τρίτων χωρών. Οι φορείς αυτοί έχουν ένα πολύ σημαντικό ρόλο στη θεσμική διαμεσολάβηση των συμφερόντων των μεταναστευτικών ομάδων. Επιπλέον, τα μέλη των οργανώσεων πολιτών τρίτων χωρών, μπορούν να προσφέρουν σημαντική βοήθεια σε ανθρώπους που έρχονται πρώτη φορά στην Ελλάδα, ώστε να μπορέσουν να προσαρμοστούν και να ενταχθούν στην ελληνική κοινωνία.

Το Υπουργείο Μετανάστευσης και Ασύλου και ειδικότερα η Διεύθυνση Κοινωνικής Ένταξης, αναγνωρίζοντας τη σημασία και το ρόλο των φορέων αυτών, προχώρησε στην καταγραφή όσων ανταποκρίθηκαν σε σχετική πρόσκληση και στη συγκρότηση σχετικού μητρώου. Με βάση το μητρώο αυτό, στην Ελλάδα έχουν επίσημα συσταθεί και λειτουργούν οι ακόλουθοι σύλλογοι και σωματεία εκπροσώπησης πολιτών τρίτων χωρών:

Ελληνικό Φόρουμ Προσφύγων, www.refugees.gr, F: @Greekforumofrefugees

Ελληνικό Φόρουμ Μεταναστών www.migrant.gr, F: @GreekForumOfMigrants

Σύλλογος Αλβανών Μετανάστων Μητέρα Τερέζα, F: albanian.association.mother.tereza.greece

Κοινότητα Αφγανών Μεταναστών και Προσφύγων στην Ελλάδα, F: @Afghans.inGreece

Σύλλογος Σενεγαλέζων στην Αθήνα DIAMM AK TERANGA, F: ASSOCIATION DES SENEGALAIS D'ATHENES-GREECE

Κονγκολέζικη Κοινότητα της Ελλάδας, F: @congolesecommunityofgreece

Επιτροπή Αφγανών στην Ελλάδα

Ιβοριανή Κοινότητα Ελλάδας, <http://www.ivoirogrec.eu/>,

F: @IvorianCommunityofGreece

Δεύτερη Γενιά-Generation 2.0/Ινστιτούτο για τα Δικαιώματα, την Ισότητα και την Ετερότητα, <https://g2red.org/>, @secondgenerationgreece

Ομοπονδία Αλβανικών Συλλόγων στην Ελλάδα, F: @federatashoqatave.shqiptaregreqi

Πακιστοελληνική Πολιτιστική Εταιρεία (Π.Ε.Π.Ε) (Pak Hellenic Cultural and Welfare Society)

Ινδική Κοινότητα Ελλάδος <http://www.indogreek.org/GICWA/index.html>,

F: @indianexprats

Νιγηριανή Κοινότητα στην Ελλάδα, F: Nigerian Community Greece

Το Help desk Κοινωνικής Ένταξης



Η Διεύθυνση Κοινωνικής Ένταξης του Υπουργείου Μετανάστευσης και Ασύλου, λειτουργεί υπηρεσία «Help Desk Κοινωνικής Ένταξης», με σκοπό την διαχείριση ερωτημάτων των δικαιούχων διεθνούς προστασίας και την παροχή οδηγιών γύρω από ζητήματα που συνδέονται με την διαδικασία της ένταξης τους στην Ελλάδα, όπως είναι η διαθεσιμότητα και η πρόσβαση σε μαθήματα ελληνικής γλώσσας, η παροχή εργασιακής συμβουλευτικής, οι δυνατότητες στέγασης, η διαδικασία έκδοσης Αριθμού Φορολογικού Μητρώου (Α.Φ.Μ.) και Αριθμού Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης (Α.Μ.Κ.Α.).

Περισσότερες πληροφορίες για την υπηρεσία «Help Desk Κοινωνικής Ένταξης» μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Κέντρο Συντονισμού του Δήμου Αθηναίων για θέματα Μεταναστών και Προσφύγων (Athens Coordination Center for Migrant and Refugee issues - ACCMR) / Ψηφιακή Πλατφόρμα

Το Κέντρο Συντονισμού του Δήμου Αθηναίων για θέματα Μεταναστών και Προσφύγων (Athens Coordination Center for Migrant and Refugee issues - ACCMR) λειτουργεί ως ένας κόμβος συντονισμού για την ανάπτυξη και ανταλλαγή καλών πρακτικών και τεχνογνωσίας μεταξύ του Δήμου Αθηναίων και τοπικών και διεθνών Μ.Κ.Ο., διεθνών οργανισμών και θεσμικών φορέων.

Η Ψηφιακή Πλατφόρμα Συντονισμού και Διασύνδεσης του ACCMR, είναι ένα συμμετοχικό εργαλείο χαρτογράφησης των [υπηρεσιών](#) και [δράσεων](#) που εφαρμόζουν οι φορείς του ACCMR, με επίκεντρο το μεταναστευτικό και προσφυγικό πληθυσμό.

Περισσότερες πληροφορίες για το ACCMR μπορείς να βρεις [εδώ](#).

Υπηρεσίες Έκτακτης Ανάγκης



Σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης, μπορείς να απευθυνθείς στις αρμόδιες υπηρεσίες, καλώντας τους παρακάτω τηλεφωνικούς αριθμούς:

Έκτακτη ιατρική βοήθεια/ΕΚΑΒ: 166

Αστυνομία: 100

Πυροσβεστική: 199

Ακτοφυλακή: 108

Ευρωπαϊκός αριθμός έκτακτης ανάγκης: 112

Γραμμή καταγγελίας περιπτώσεων εμπορίας ανθρώπων: 1109

Κέντρο Ελέγχου Δηλητηριάσεων: 210 7793777



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Υπουργείο Μετανάστευσης & Ασύλου

Λεωφόρος Θηβών 196-198,
182 33 Αγ. Ιωάννης Ρέντης – Νίκαια
<https://migration.gov.gr/>



UNHCR
The UN Refugee Agency

Ύπατη Αρμοστέία του ΟΗΕ
για τους Πρόσφυγες
Αντιπροσωπεία στην Ελλάδα

Μιχαλακοπούλου 91, 11 528, Αθήνα
Τηλ. 216 2007800 | Fax 210 6726417
Email: great@unhcr.org | www.unhcr.gr