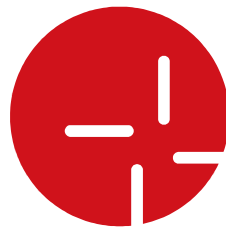


PRO FAMILIA
SCHWEIZ
SUISSE
SVIZZERA

UKRAINE : Trouver de l'aide et des informations en Suisse

APERÇU DES SITES INTERNET UTILES POUR LES
RÉFUGIÉ·ES UKRAINIEN·NES EN SUISSE



Le document suivant contient un aperçu des sites web sur lesquels les Ukrainien-nes en Suisse peuvent obtenir des informations sur différents sujets.

Table des matières

1. Trouver des informations générales et de l'aide
2. Ligne d'assistance téléphonique
3. Points de contact et informations au niveau cantonal
4. Points de contact et informations auprès des communes
5. Statut de protection S
6. Trouver un logement
7. Education et Travail
8. Langue
9. Sport
10. Rencontres
11. Santé
12. Conseils aux parents, aux enfants et aux jeunes
13. Autour de la vie en Suisse

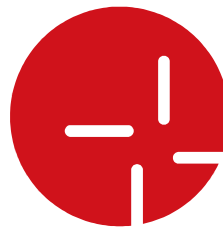


1. TROUVER DES INFORMATIONS GÉNÉRALES ET DE L'AIDE

- Vous trouverez des réponses aux questions concernant la crise ukrainienne sur le site de la Confédération sem.admin.ch.
- Le site osar.ch contient des informations utiles pour les personnes qui ont besoin d'une protection.
- Vous trouverez des indications et conseils précieux pour une arrivée réussie en Suisse sur helloukraine.ch.
- Vous pouvez obtenir des informations sur les assurances en Suisse auprès de l'Office fédéral des assurances sociales.
- Vous trouverez des informations générales utiles concernant votre séjour ainsi que la vie quotidienne en Suisse sur helpful.redcross.ch.
- Le réseau Caritas soutient les personnes ayant fui l'Ukraine dans les domaines suivants : Enregistrement, protection juridique, attribution de familles d'accueil, mesures d'encouragement à l'intégration, conseils sociaux et juridiques, aide psychologique, distribution de vêtements et aide alimentaire.
- Les centres de conseil juridique de l'EPER offrent des conseils et un soutien juridique aux personnes réfugiées dans différents domaines. Si vous avez besoin d'un conseil juridique, contactez le centre de conseil juridique de l'EPER de votre région.

2. LIGNE D'ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE

Pour toute question en lien avec l'Ukraine, contactez la hotline Ukraine :
+41 31 370 75 90.



3. POINTS DE CONTACT ET INFORMATIONS AU NIVEAU CANTONAL

Vous trouverez des points de contact et des renseignements généraux (sur l'enregistrement, l'hébergement, le soutien, les cours de langue, etc.) directement sur le site Internet de votre canton :

Avec Ctrl. + clic pour accéder à la rubrique "Ukraine" des sites web cantonaux.

[Argovie](#)

[Appenzell Rhodes-Extérieures](#)

[Appenzell Rhodes-Intérieures](#)

[Berne](#)

[Bâle-Ville](#)

[Bâle-Campagne](#)

[Fribourg](#)

[Genève](#)

[Glaris](#)

[Grisons](#)

[Jura](#)

[Lucerne](#)

[Neuchâtel](#)

[Nidwald](#)

[Obwald](#)

[Saint-Gall](#)

[Schaffhouse](#)

[Soleure](#)

[Schwytz](#)

[Thurgovie](#)

[Tessin](#)

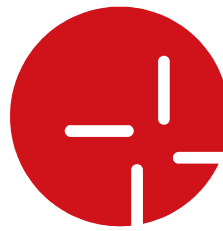
[Uri](#)

[Vaud](#)

[Valais](#)

[Zoug](#)

[Zurich](#)

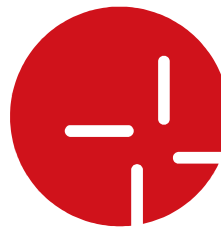


4. POINTS DE CONTACT ET INFORMATIONS AUPRÈS DES COMMUNES

De nombreuses informations peuvent être obtenues directement auprès de votre commune de résidence. Par exemple, les questions concernant la scolarisation ou la garde des enfants doivent être posées directement à la commune.

5. STATUT DE PROTECTION S

- Vous pouvez demander le statut de protection S. Le statut de protection S vous accorde un droit de séjour, vous permet de faire venir les membres de votre famille et vous donne droit à un hébergement, à une assistance et à des soins médicaux. Vous en avez également besoin si vous souhaitez travailler en Suisse et pour que vos enfants puissent aller à l'école. Le permis S est valable un an et peut être prolongé.
- Vous trouverez de plus amples informations sur le statut de protection S sur cette [fiche d'information](#).
- Déposez votre demande de statut de protection S [en ligne](#). Vous obtiendrez ensuite un rendez-vous dans l'un des centres fédéraux d'asile. Vous serez ensuite attribué à un canton. Ce canton vous inscrira - à partir de la date de dépôt de votre demande - auprès d'une assurance maladie.
- Si vous avez des questions générales sur le statut de protection S, veuillez vous adresser par e-mail à : ukraine@sem.admin.ch



6. TROUVER UN LOGEMENT

Les centres fédéraux d'asile disposent d'hébergements et vous aident à trouver un logement.

Vous trouverez des informations sur la procédure d'enregistrement et la recherche d'hébergement sur ukraine.campax.org.

Après l'enregistrement pour le statut de protection S, vous serez attribué à un canton. Celui-ci vous trouvera un logement.

Vous trouverez [ici](#) des informations sur l'hébergement privé de personnes ayant fui l'Ukraine.

7. EDUCATION ET TRAVAIL

Le [guide de la recherche d'emploi](#) de Pro Familia Suisse vous aide à trouver un emploi en Suisse.

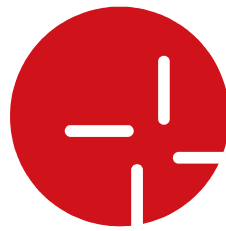
Vous trouverez une vue d'ensemble sur le thème du travail et des conseils pour la recherche d'emploi sur helpful.redcross.ch.

travail.swiss propose des informations pour les demandeur·euses d'emploi et les employeur·es.

L'[Œuvre suisse d'entraide ouvrière \(OSEO\)](#) aide à l'intégration professionnelle et sociale des personnes sans emploi.

Vous trouverez des informations sur les Hautes écoles suisses sur swissuniversities.ch.

Vous trouverez [ici](#) des informations sur le système éducatif suisse pour les enfants et les jeunes ainsi que sur la reconnaissance des diplômes des enseignant·es ukrainien·nes.



8. LANGUE

En Suisse, il y a quatre langues nationales : l'allemand, le français, l'italien et le romanche. Mais de nombreuses personnes parlent également l'anglais.

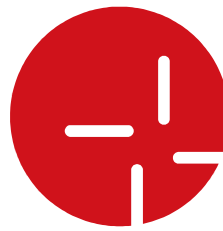
Pour les traductions, vous pouvez par exemple utiliser l'outil en ligne [deepl.com/translator](https://www.deepl.com/translator).

Vous y trouverez une liste de différentes offres pour améliorer vos connaissances linguistiques :

- La plateforme [lolingu](https://www.lolingu.com) propose gratuitement des cours d'allemand des cours de français ou d'anglais en ligne.
- [Babbel](https://www.babbel.com) propose des cours d'allemand, de polonais et d'anglais gratuits pour les Ukrainien·nes.
- [Mondly](https://www.mondly.com) est une plate-forme d'apprentissage gratuite qui propose entre autres des cours d'allemand, de français et d'italien.
- Vidéos d'apprentissage de l'ukrainien et de l'allemand : [youtube.com](https://www.youtube.com) contient des vidéos d'apprentissage de l'ukrainien et de l'allemand.
- Pour les offres de cours dans votre canton, consultez le [site web de votre canton](#).

Vous trouverez d'autres offres et conseils pour l'apprentissage des langues sur helpful.redcross.ch.

L'Œuvre suisse d'entraide ouvrière (OSEO) propose des cours de langue, ainsi que des services d'interprétariat et de médiateur·ices culturelles. Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).



9. SPORT

Si vous souhaitez faire du sport dans un club, vous pouvez vous inscrire sur sport4refugees.net afin de trouver un club de sport.

10. RENCONTRES

[Femmestische.ch](https://femmestische.ch) propose des groupes de discussion en plusieurs langues sur des questions liées à la famille, à la santé ou à l'intégration.

Sur cette carte suisse, vous trouverez toutes les associations actives dans le domaine de la migration : osar.ch.

L'Œuvre suisse d'entraide ouvrière (OSEO) propose des camps de vacances pour enfants et adolescent·es aux familles à faibles revenus : [Camps de vacances \(oseo-suisse.ch\)](https://camps.de.vacances(oseo-suisse.ch))

11. SANTÉ

Vous trouverez des informations dans le domaine de la santé pour les personnes ayant fui l'Ukraine en Suisse sur migesplus.ch.

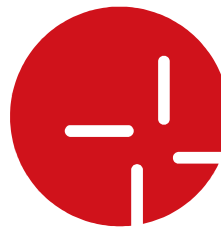
Des informations sur les traitements pédiatriques sont disponibles sur le site de pédiatrie suisse : [Migration \(paediatrieschweiz.ch\)](https://migration(paediatrieschweiz.ch))

Le [guide de santé](#) explique en bref le système de santé suisse aux migrants en ukrainien.

Pour toute question médicale, appelez l'Infoline Medgate : +41 58 387 77 20

D'autres informations sur le système de santé en Suisse sont disponibles sur bag.admin.ch.

Vous trouverez des informations pour les personnes âgées en situation de migration au [Forum national âge et migration](#).



12. CONSEILS AUX PARENTS, AUX ENFANTS ET AUX JEUNES

Projuventute.ch propose des conseils aux enfants, aux jeunes et à leurs proches. Par téléphone, message ou e-mail, vous pouvez échanger en ukrainien ou en russe avec des conseillers qualifiés sur vos expériences, vos sentiments, vos soucis et vos peurs.

[Support for torture victims](#) offre des conseils médicaux, psychothérapeutiques ainsi que psychosociaux, un traitement et un accompagnement aux survivants de la torture, de la guerre et de l'expulsion.

Psychologie.unibas.ch propose un soutien psychologique gratuit (par zoom ou à Bâle).

L'Œuvre suisse d'entraide ouvrière (OSEO) propose des conseils en matière de recherche d'emploi, des consultations juridiques en droit d'asile et de migration ainsi qu'en droit du travail : [Conseil\(oseo-suisse.ch\)](http://Conseil(oseo-suisse.ch))

13. AUTOUR DE LA VIE EN SUISSE

Ch.ch est un portail d'informations générales sur la vie en Suisse (pièces d'identité, documents administratifs, système politique, droits, etc.).

Vous trouverez des réponses à de nombreuses questions juridiques, économiques, sociales et personnelles liées à la famille dans notre [guide des familles](#) en ligne. Dans notre répertoire [services familiaux cantonaux](#), vous pouvez trouver quels sont les services de contact régionaux et cantonaux compétents pour chaque thématique.

Les présentes informations ne prétendent pas être exhaustives et servent uniquement de guide pour les réfugié-es ukrainien-nes en Suisse afin qu'ils et elles y trouvent de l'aide et des informations utiles.