

# Returning to Latvia

## Atgriezšanās Latvijā



Hibiscus Initiatives provide advocacy, support and specialist services to marginalised migrants affected by the criminal justice and immigration systems to enable informed choices and positive change. We promote justice and respect to reduce inequalities.

### **The charity's work falls within four broad categories:**

- Community and prisons
- International resettlement and detention services
- Anti-trafficking
- Volunteering and mentoring

The international resettlement programme provides a support service to clients to facilitate their reintegration into the community in their country of origin.

Through providing resettlement related support and practical assistance we aim to ensure the smoothest possible transition for our clients returning to their home countries. Often this can mean signposting to organisations providing support, finding accommodation, getting identification documents and passports back, helping with internal travel, liaison with families and providing resettlement grants to aid small business start-ups.

Our work is important to clients that have exhausted their rights to be in the UK, those that wish to depart voluntarily, or those who are being deported at the end of serving a sentence for a criminal offence.

### **Contact us**

If you would like to know more about Hibiscus Initiatives, receive support, or know a friend or family member who may need our assistance, please contact:

#### **Hibiscus Initiatives**

Resource for London  
356 Holloway Road  
London N7 6PA

**Email:** [info@hibiscus.org.uk](mailto:info@hibiscus.org.uk)

**Website:** <https://www.hibiscusinitiatives.org.uk>

**Phone:** +44 (0)20 7697 4120

**Fax:** +44 (0)20 7697 4272



# Contents

<b>Introduction</b>	<b>4</b>
<b>Planning for your return</b>	<b>5</b>
Medication	
Family and friends	
Faith-based organisations	
<b>What to expect on arrival</b>	<b>6</b>
Arrival at the airport	
<b>Transport</b>	<b>7</b>
<b>Essential information and important documents</b>	<b>8</b>
ID cards	
Driving licence	
Opening a bank account	
<b>Accommodation</b>	<b>9</b>
<b>Healthcare</b>	<b>10</b>
Overview	
List of hospitals	
Sexual and reproductive health	
Psychosocial counselling	
<b>Education and employment</b>	<b>12</b>
Education	
Employment and training	
<b>Useful information</b>	<b>13</b>
Cost of living	
Significant dates and public holidays	
Emergency contact numbers	
<b>Useful contacts</b>	<b>14</b>
<b>Map of Latvia</b>	<b>15</b>
<b>Disclaimer</b>	<b>16</b>

# Introduction

This booklet has been designed to provide you with information that will help ease your return to Latvia. Inside it you will find useful general information about your return, what to expect and a list of contact details of organisations that may be able to help with any resettlement related issues you encounter.



# Planning for your return

The more planning that is done for your return to Latvia, the easier it will be for you to benefit from support services when you arrive. There are a number of things to think about before you depart the UK, such as: who will meet you at the airport? Where will you stay? Can family or friends support you emotionally, financially or help you to familiarise yourself with life in Latvia?

Before your departure, you may want to consider:

## Medication

It is important to talk to your doctor before leaving for Latvia. If you are currently taking medication, your doctor should be able to advise you on how to source further medication. It might be beneficial for you to request a letter from a GP or doctor, detailing your condition. The more information you have about your medical condition, the easier it will be to continue treatment after your arrival.

## Family and friends

If you have family or friends living in Latvia, you may wish to tell them of your arrival in case they can support you with your immediate needs upon your return. Try to take their contact details with you to the airport so that you can contact them on arrival or before you leave.

The British Red Cross provides a free service aimed at restoring contact between families that have been separated. You may access this programme by directly contacting them at:

**Address:** British Red Cross, UK Office, 44 Moorfields, London EC2Y 9AL

**Email:** [contactus@redcross.org.uk](mailto:contactus@redcross.org.uk)

**Phone:** +44 (0)344 871 1111

**Website:** <https://www.redcross.org.uk>

## Faith-based organisations

There may be faith-based organisations in the UK that can suggest avenues of support and places of worship where you will be returning. Faith-based organisations can often provide essential basic support to those of all faiths or with no faith. A good place to start would be to contact members of your local community or faith-based leaders. It is advisable to make enquiries with these organisations or communities early on so that suitable arrangements can be made for you.



# What to expect on arrival

## Arrival at the airport

Once you have disembarked from the aircraft you will be taken to the airport where administrative services will be carried out for your re-entry into Latvia.

Now that you are in Latvia, you may want to start thinking about being reunited with family and friends, finding a job, getting a new ID and so on.



# Transport

The main point of entry into Latvia by air is Riga International Airport. There are a number of different transportation methods available in Latvia's capital city Riga. Buses and trains operate across the country.

## Buses and trams

In Riga, public transport services are provided by buses, trolley-buses, minibuses and trams. Services operate between 05:00 hours and midnight. Some night buses operate at the weekends.

You can plan your journey and find tickets for bus journey on the following website:  
[www.rigassatiksme.lv](http://www.rigassatiksme.lv).

## Trains

Trains services are provided by Pasažieru Vilciens and operate between Riga and Liepaja, Daugavpils and Valga. More information on routes, timetables and fares can be found on the following website:  
<https://www.pv.lv/lv/>. It is also possible to book tickets in advance on some routes using this link.

## Taxis

Taxis are available throughout Latvia and provide a reliable service. If you take a taxi from the roadside, it is advisable to negotiate the fare beforehand with the driver or ask that they use the meter to calculate the fare. Alternatively, taxis can be pre-booked in advance by phone or mobile phone apps.

### **Baltic Taxi**

**Phone and Whatsapp:** +371 20 008 500

**Website:** <http://baltictaxi.com/>

### **Red Cab**

**Phone:** +371 8383 or +371 60 008 383

**Website:** <https://redcab.lv/redcab/>

### **Bolt (mobile phone app)**

**Website:** <https://bolt.eu/en-gb/cities/riga/>

### **eTAKSI (mobile phone app)**

**Website:** <https://etaksi.lt/>



# Essential information & important documents

## ID cards

Latvia's primary form of ID is the 'eID' which is an ID card that can be used for:

- verifying your legal status, identity and age
- travelling within the EU
- accessing public services
- holding your signature electronically

Before applying for the eID, it is a requirement to ensure your details are up to date and your place of residence is correct in the Population Register. To do this, you can apply online at <https://latvija.lv/>. Alternatively, you can visit your local municipality or the Office of Citizenship and Migration Affairs. A list of local municipalities can be found here: [www.lps.lv/lv/kontakti/pasvaldibu-kontakti](http://www.lps.lv/lv/kontakti/pasvaldibu-kontakti).



## Driving licence

To obtain a driving licence, you need to join and attend a driving school during which you will be required to complete a first aid course and undergo a medical examination. You will take a series of theoretical lessons and sit a theory exam once your driving instructor feels you are in a position to pass the exam. Following this, you will take a series of practical lessons and again, your driving instructor will arrange for you to complete the practical test.

You are required to take both your theory exam and practical test at the Roads and Driving Department (CSDD). More information can be found at [www.csdd.lv](http://www.csdd.lv).

If you hold a UK driving licence, you will need to pass theory exam and practical test to be able to exchange your licence to a Latvian driving licence.

## Opening a bank account

If are opening a bank account in Latvia, you will need to bring valid photo ID. Depending on the bank, you may need additional documentation such as passport and proof of address.

There are many commercial banks operating in Latvia such as Rietumu Banka, Citadele Banka, Norvik Banka, Baltic International Bank, BlueOrange and LPB Bank.



# Accommodation

If you are unable to stay with family or friends and find yourself homeless, you can get support with accommodation and other basic needs by going to the 'Day Center' at Riga Central Library. There you can register with a social worker to receive accommodation and other support such as food, toiletries, healthcare and general advice.

## Day Center

**Address:** Riga Central Library, Salnas iela 8, 1021 Riga

You may also be able to find temporary emergency accommodation from the organisations below:

## Red Cross Shelter (male only)

This organisation offers emergency accommodation to men who it. You can go to the shelter and staff there will assess your needs and provide appropriate support.

**Address:** Gaizina iela 7, Riga

**Phone:** +371 67 336 650 (daytime) or +371 29 884 047 (night)

## Blue Cross Shelter

This Christian shelter supports people of all faiths including those in crisis, homeless, people from at-risk groups, those with addictions, young people from disadvantaged families as well as former prisoners. They also help with vocational education and seeking employment.

**Address:** Maskavas street 336, Riga, LV-1063

**Phone:** +371 29 802 234

**Email:** [zkrusts@zilaiskrusts.lv](mailto:zkrusts@zilaiskrusts.lv)

**Website:** <http://zilaiskrusts.lv/>

Other short-term accommodation such as B&B's and hostels, can be a cost-effective option in major towns and cities. They can be booked before you leave the UK or in the country of return via the following websites:

<https://www.hostelworld.com>

<https://www.booking.com>

<https://www.expedia.com/Hotels>

<https://www.airbnb.com>



# Healthcare

## Overview

As part of the public healthcare system, you can access emergency care, GP's and family doctors, maternity and paediatric services as well as treatments and diagnosis at hospitals and specialised clinics. Once you register with a GP in the area you live in, you will have access to all public healthcare services. There may be a fee for some healthcare services and prescription medication.

More information can be found by visiting the Ministry of Health website or ringing the healthcare information line.

**Website:** [www.vm.gov.lv/en/ministry](http://www.vm.gov.lv/en/ministry)

**Phone:** 8000 1234 (healthcare information line)

There is also a GP consultation line providing medical advice out of hours between 17:00 hours and 08:00 hours.

**Phone:** 6601 6001 (GP consultation line)

## List of hospitals

### Hospital Jurmala

**Address:** Vienibas prospekts 19/21, Jurmala, LV-2010

**Phone:** +371 67 752 254

**Website:** [jurnalasslimnica.lv](http://jurnalasslimnica.lv)

### Pauls Stradins Clinic

**Address:** Pilsonu Street 13, Zemgales priekspilseta, Riga, LV-1002

**Phone:** +371 67 069 600 or +371 67 069 280

**Website:** [www.stradini.lv](http://www.stradini.lv)

### The Riga Maternity Hospital (RMH)

**Address:** Miera street 45, Riga, LV-1013

**Phone:** +371 67 011 225

**Website:** [www.rdn.lv](http://www.rdn.lv)

### Riga East University Hospital

**Address:** Hipokrata 2, Riga, LV-1038

**Phone:** +371 67 000 610

**Website:** <https://aslimnica.lv/>

### The Hospital of Traumatology and Orthopaedics

**Address:** Dunties iela 22, Riga, LV-1005

**Phone:** +371 67 399 300

**Website:** [www.tos.lv](http://www.tos.lv)

## Sexual and reproductive health

Contraceptives (birth control) can be purchased throughout Latvia from pharmacies. Emergency contraception is also available. It is important to be sure that you are buying from a reputable pharmacy. Sexually transmitted infection tests are available at healthcare centres throughout Latvia.

### DIA+LOGS Centre

This organisation offers support to those living with HIV and their families. Services include psychologist appointments, social worker consultations, mentoring and free HIV tests. They offer educational programmes to increase awareness of HIV. Their outreach work is provided by specialists who travel around the country by bus, to provide much needed support for those unable to visit the centre. You can contact them to find out when the bus will be in your area.

**Address:** Satekles street 2c, Latgales priekspilseta, Riga, LV-1050

**Phone:** +371 67 243 101

**Phone:** +371 27 004 493 (Bus in Riga), +371 22 304 068 (Bus in Riga and suburbs)

**Email:** [dialogs@diacentrs.lv](mailto:dialogs@diacentrs.lv)

**Website:** <http://www.diacentrs.lv/en/services/>

## Psychosocial counselling

If you require counselling therapy, contact your doctor, where you can get a referral to a specialist service. If it is not possible to get a referral by your doctor, the following service can also provide help without the need for a doctor's referral:

### Skalbes

This organisation provides a free hotline for those in crisis or who are experiencing domestic violence, mental health difficulties including depression, suicidal thoughts, loneliness, bereavement, bulimia, alcohol and drug addiction, or family and relationship problems. They also offer for a fee, one to one and group counselling services and programmes covering a wide range of issues. This includes legal advice in relation to those experiencing various types of violence.

**Address:** Terbatas street 69, Riga, LV1001

**Phone:** +371 24 551 700 or +371 67 222 922 (24 hour hotline)

**Email:** [skalbes@skalbes.lv](mailto:skalbes@skalbes.lv)

**Website:** [www.skalbes.lv](http://www.skalbes.lv)



# Education & employment

## Education

Schools in Latvia are mainly state schools, where education is compulsory and free. Pre-school education begins at the age of 5 years followed by 9 years of primary education and 3 years of secondary education. There are options of vocational or academic routes available through secondary education.

Higher education is optional and available through public and private fee-paying schools, colleges and universities.

In towns and rural municipalities there are institutions offering education opportunities for adults. More information can be found here: [www.niid.lv](http://www.niid.lv).

For general information about the education system, visit the Ministry of Education and Science website: <https://www.izm.gov.lv/en/education-system-latvia>.

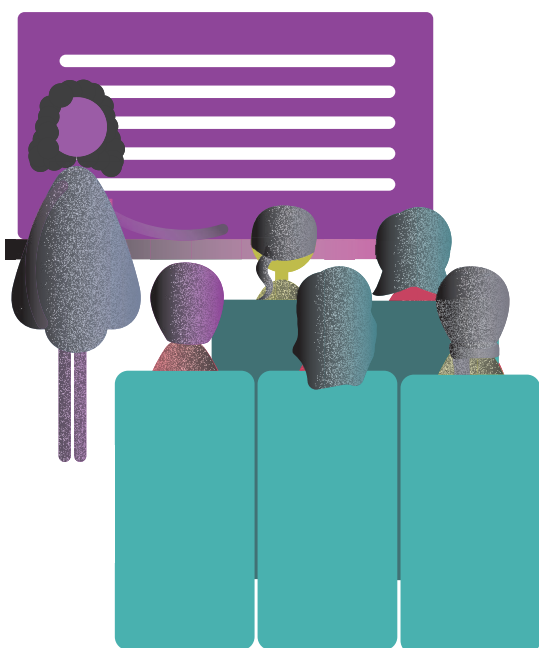
## Employment and training

Traditionally, newspapers are known as a common way of searching for job opportunities. The following websites are also useful when beginning your job search in Latvia:

<https://www.cv.lv/>  
<https://cvp.nva.gov.lv/#/pub/>  
<https://www.visidarbi.lv/>

You can also find employment and training opportunities, register as a job seeker and get help if you find yourself unemployed by visiting the State Employment Agency website:  
<https://www.nva.gov.lv/en/job-seeking>.

Vocational training opportunities are available in Latvia. The Latvian Information Centre website shows a list of accredited vocational education institutes. A list is available here:  
<http://aic.lv/portal/en/izglitiba-latvija/system-of-education>.



# Useful information

## Cost of living

Food	Price (Euro, €)
Bread 1 loaf	0.85
Milk 1 litre	0.93
Water 1.5 litre bottle	0.65
Rice 1kg	1.52
Eggs 12	1.79
Cheese 1kg	7.06
Chicken breasts 1kg	5.17
Beef 1kg	7.48
Potatoes 1kg	0.47
Onions 1kg	0.53
Lettuce	1.08
Tomatoes 1kg	1.80
Oranges 1kg	1.53
Apples 1kg	0.97
Bananas 1kg	1.19
<b>Transport</b>	
One way ticket (local transport)	1.15
Monthly pass	47.39
Taxi 1km	0.70
Taxi 1 hour	9.30
<b>Others</b>	
1 min. of prepaid mobile tariff (local)	0.10
Internet (60 mbps or more, unlimited data)	14.91
Formula milk	7.99
Nappies	13.45
<b>Salaries</b>	
Average monthly net salary (after tax)	800.16

Correct in October 2021

## Significant dates and public holidays

Date	Holiday name
1st January	New Year's Day
Varies every year	Good Friday
Varies every year	Easter Monday
1st May	International Labor Day
4th May	Declaration of Independence
Second Sunday in May	Mother's Day
23rd June	Ligo - Midsummer Eve
24th June	Jani - Midsummer Day
Second Sunday in September	Father's Day
18th November	National Day
24th December	Christmas Eve
25th December	Christmas Day
26th December	Second Day of Christmas
31st December	New Year's Eve

Shops and public services may be closed on these dates (some dates subject to change).

## Emergency contact numbers

<b>General emergency:</b>	112
<b>Fire Services:</b>	01
<b>Police:</b>	02 or 110
<b>Ambulance:</b>	03 or 113

# Useful contacts

## Regional Remigration Coordinator Project

Run by the Ministry of Environmental Protection and Regional Development. It aims to provide resettlement support for individuals and families looking to return to Latvia. The coordinators are based in five municipalities (Kurzeme, Zemgale, Latgale, Riga and Vidzeme) in Latvia and they will provide practical solutions to help you with reintegrating and re-establishing your citizenship. They will work with you prior to your return to assess your individual needs and can signpost you to other areas of support if needed. To find out the contact details of the coordinator in the municipality you will be returning to, visit: <https://www.paps.lv/en/coordinators/>.

**Address:** Rruga Isa Boletini, Pall Planet X, Kati 6, Tirana

**Phone:** +355 42 259 139

**Email:** [remigracija@paps.lv](mailto:remigracija@paps.lv)

**Website:** [www.paps.lv](http://www.paps.lv)

## Centre Dardedze

Aims to support families with children who have experienced physical, emotional and sexual violence. They provide information and advice on child development through a team of psychologists, social workers and other professionals. Support also includes counselling for their families.

**Address:** Cieceres Street 3a, Riga, LV-1002

**Phone:** +371 67 600 685 or +371 29 556 680

**Email:** [info@centrsdardedze.lv](mailto:info@centrsdardedze.lv)

**Website:** [www.centrsdardedze.lv](http://www.centrsdardedze.lv)

## Social Centre Gaizins

Provides daytime services including free health checks and advice on HIV, drug and alcohol addiction support groups, a food bank and help finding education and employment. It also provides a night shelter for those in need.

**Address:** 7 Gaiziņa Street, Riga

**Phone:** +371 67 336 650

**Email:** [ilona.luste@redcross.lv](mailto:ilona.luste@redcross.lv)

**Website:** [www.redcross.lv](http://www.redcross.lv)

## Caritas Latvia

A Catholic organisation that offers support to those in Riga with basic needs such as food and clothing. They have experience in assisting disadvantaged people and have a large network of organisations that individuals can be referred to for additional support.

**Address:** Kloštera iela 5, Riga, LV-1050

**Phone:** +371 29 552 102

**Website:** [www.caritas.lv](http://www.caritas.lv)

## Day Centre Katolu Street

A centre available to people needing basic practical support as well help with education and social rehabilitation. To access this service, you must be referred by a social worker. Support available includes healthcare services and appointments with social work specialists and psychologists. Facilities include toilets and showers accessible to all.

**Address:** Katoļu Street 57, Riga

**Phone:** +371 67 181 663

**Email:** [rigaspatversme@riga.lv](mailto:rigaspatversme@riga.lv)

**Opening hours:** 09.00 to 16.45 hours (weekdays)

# Map of Latvia



# Disclaimer

Whilst the information in this document was collected with great care and careful attention, Hibiscus Initiatives does not guarantee the accuracy of this information. Hibiscus Initiatives does not endorse any views, opinions or policies expressed by any organisations referred to in this document and accepts no responsibility for any conclusion or results based on information provided in this booklet. This publication does not constitute an offer, solicitation, or recommendation for the sale or purchase of any product or service.



# Atgriezšanās Latvijā



Hibiscus Initiatives sniedz interešu aizstāvību, atbalstu un specializētus pakalpojumus atstumtajiem migrantiem, kurus ietekmē krimināltiesību un imigrācijas sistēmas, lai nodrošinātu apzinātu izvēli un pozitīvas pārmaiņas. Mēs veicinām taisnīgumu un cieņu, lai mazinātu nevienlīdzību.

## **Labdarības organizācijas darbs iedalās četrās**

### **plašās kategorijās:**

- Kopiena un cietumi
- Starptautiskie pārvietošanas un aizturēšanas pakalpojumi
- cīņa pret cilvēku tirdzniecību
- Brīvprātīgais darbs un mentorings

Starptautiskās pārvietošanas programma sniedz atbalsta pakalpojumus klientiem, lai atvieglotu viņu reintegrāciju sabiedrībā savā izcelsmes valstī.

Sniedzot ar pārcelšanos saistītu atbalstu un praktisku palīdzību, mēs cenšamies nodrošināt pēc iespējas raitāku pāreju mūsu klientiem, kuri atgriežas savā izcelsmes valstī. Bieži vien tas var nozīmēt norādes uz organizācijām, kas sniedz atbalstu, mājokļa atrašanu, personu apliecinošu dokumentu un pasu atgūšanu, palīdzību iekšzemes ceļojumos, saziņu ar ģimenēm un pārcelšanās dotāciju nodrošināšanu, lai palīdzētu uzsākt mazo uzņēmumu darbību.

Mūsu darbs ir svarīgs klientiem, kuri ir izsmēluši savas tiesības uzturēties Apvienotajā Karalistē, tiem, kuri vēlas izceļot brīvprātīgi, vai tiem, kuri tiek deportēti, beidzoties soda izciešanai par noziedzīgu nodarījumu.

## **Saziņai**

Ja vēlaties uzzināt vairāk par Hibiscus iniciatīvām, saņemt atbalstu vai zināt kādu draugu vai ģimenes locekli, kuram varētu būt nepieciešama mūsu palīdzība, lūdz, sazinieties ar:

### **Hibiscus Initiatives**

Resource for London  
356 Holloway Road  
London N7 6PA

**Emails:** [info@hibiscus.org.uk](mailto:info@hibiscus.org.uk)

**Tīmekļa lapa:** <https://www.hibiscusinitiatives.org.uk>

**Numurs:** +44 (0)20 7697 4120

**Fax:** +44 (0)20 7697 4272

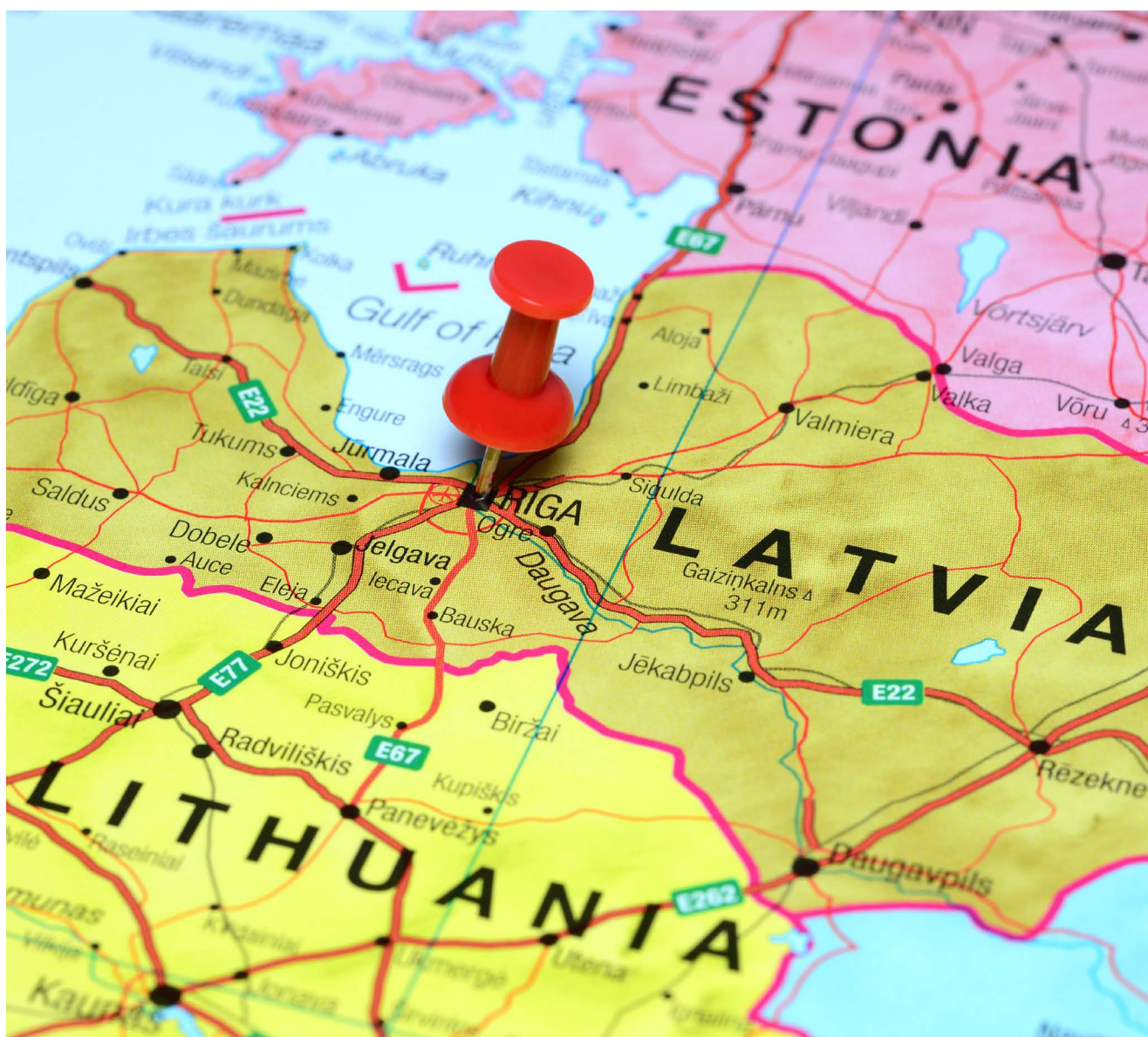


# Satura lapa

<b>Instrukcija</b>	<b>20</b>
<b>Plānosana par savu atgriešanos</b>	<b>21</b>
Medikamenti	
Ģimene un draugi	
Ticībā balstītas organizācijas	
<b>Ko gaidīt ierodoties lidostā</b>	<b>22</b>
Ierašanās lidostā	
<b>Transports</b>	<b>23</b>
<b>Būtiska informācija un svarīgi dokumenti</b>	<b>24</b>
ID karte	
Mašīnas tiesības	
Atvērt bankas kontu	
<b>Izmitināšana</b>	<b>25</b>
<b>Veselības aprūpe</b>	<b>26</b>
Pārskats	
Slimnīcu saraksts	
Seksuālā un reproduktīvā veselība	
Psihosociālās konsultācijas	
<b>Izglītība un nodarbinātība</b>	<b>28</b>
Izglītība	
Nodarbinātība un apmācība	
<b>Noderīga informācija</b>	<b>29</b>
Dzīvošanas izmaksas	
Ievērojami datumi un svētku dienas	
Ārkārtas kontakttālruņi	
<b>Noderīgi kontakti</b>	<b>30</b>
<b>Latvijas karte</b>	<b>31</b>
<b>Atsacīšanās</b>	<b>32</b>

# levads

Šis buklets ir izstrādāts, lai sniegtu jums informāciju, kas atvieglos jūsu atgriešanos Latvijā. Tajā atradīsiet noderīgu vispārīgu informāciju par atgriešanos, par to, ko sagaidīt, un kontaktinformāciju par organizācijām, kas var palīdzēt risināt ar pārcelšanos saistītus jautājumus.



# Atgriešanās plānošana

Jo labāk plānojat savu atgriešanos Latvijā, jo vieglāk jums būs izmantot atbalsta pakalpojumus, kad ieradīsieties. Pirms izlidošanas no Apvienotās Karalistes ir vairākas lietas, par kurām jādodomā, piemēram, kas jūs sagaidīs lidostā? Kur jūs uzturēsieties? Vai ģimene vai draugi var jūs atbalstīt emocionāli, finansiāli vai palīdzēt jums iepazīties ar dzīvi Latvijā?

Pirms došanās ceļā, iespējams, vēlēšities apsvērt šādus jautājumus:

## Medikamenti

Pirms došanās uz Latviju ir svarīgi konsultēties ar savu ārstu. Ja pašlaik lietojat medikamentus, ārstam būtu jāspēj jums ieteikt, kā sagādāt papildu medikamentus. Jums varētu būt noderīgi pieprasīt ģimenes ārsta vai ārsta vēstuli, kurā detalizēti aprakstīts Jūsu veselības stāvoklis. Jo vairāk informācijas būs par jūsu veselības stāvokli, jo vieglāk būs turpināt ārstēšanos pēc ierašanās.

## Draugi un ģimene

Ja jums ir ģimene vai draugi, kas dzīvo Latvijā, iespējams, vēlēšities viņiem pastāstīt par savu ierašanos, lai viņi pēc atgriešanās varētu jums palīdzēt ar neatliekamām vajadzībām. Centieties paņemt līdzi uz lidostu viņu kontaktinformāciju, lai jūs varētu ar viņiem sazināties pēc ierašanās vai pirms aizbraukšanas.

Lielbritānijas Sarkanais Krusts sniedz bezmaksas pakalpojumu, kura mērķis ir atjaunot kontaktus starp ģimenēm, kas ir šķīrušās. Jūs varat piekļūt šai programmai, tieši sazinoties ar viņiem pa tālruni:

**Adrese:** British Red Cross, UK Office, 44 Moorfields, London EC2Y 9AL

**Emails:** [contactus@redcross.org.uk](mailto:contactus@redcross.org.uk)

**Numurs:** +44 (0)344 871 1111

**Timekļa lapa:** <https://www.redcross.org.uk>

## Reliģiskās organizācijas

Apvienotajā Karalistē var būt ticības organizācijas, kas var ieteikt atbalsta veidus un dievnamus, kur jūs atgriezīsieties. Ticībā balstītas organizācijas bieži vien var sniegt būtisku pamata atbalstu visu konfesiju pārstāvjiem vai cilvēkiem bez ticības. Labs sākums būtu sazināties ar vietējās kopienas locekļiem vai ticības organizāciju vadītājiem. Ieteicams jau laikus sazināties ar šīm organizācijām vai kopienām, lai varētu veikt jums piemērotus pasākumus.



# Ko gaidīt ierodoties

## Ierašanās lidostā

Pēc izkāpšanas no lidmašīnas jūs nogādās lidostā, kur tiks veikti administratīvie pakalpojumi, lai jūs varētu atgriezties Latvijā. Tagad, kad esat Latvijā, jūs, iespējams, vēlaties sākt domāt par atkalapvienošanos ar ģimeni un draugiem, darba atrašanu, jaunu dokumentu iegūšanu utt.



# Transports

Galvenais iebraukšanas punkts Latvijā ar gaisa transportu ir Starptautiskā lidosta Rīga. Latvijas galvaspilsētā Rīgā ir pieejamas vairākas dažādas transporta metodes. Autobusi un vilcieni darbojas visā valstī.

## Autobusi un tramvaji

Rīgā sabiedriskā transporta pakalpojumus nodrošina autobusi, trolejbusi, mikroautobusi un tramvaji. Pakalpojumi darbojas no pulksten 05:00 līdz pusnaktij. Daži nakts autobusi darbojas nedēļas nogalēs.

Jūs varat plānot savu braucienu un atrast biļetes braucienam ar autobusu šajā vietnē: [www.rigassatiksme.lv](http://www.rigassatiksme.lv).

## Vilcieni

Vilcienu pakalpojumus nodrošina Pasažieru Vilciens, un tie kursē starp Rīgu un Liepāju, Daugavpili un Valgu. Plašāka informācija par maršrutiem, grafikiem un cenām atrodama šajā vietnē: <https://www.pv.lv/lv/>. Izmantojot šo saiti, dažos maršrutos ir iespējams arī iepriekš rezervēt biļetes.

## Taxometri

Taksometri ir pieejami visā Latvijā un nodrošina drošu pakalpojumu. Ja braucat ar taksometru no ceļa malas, ieteicams iepriekš sarunāt braukšanas maksu ar vadītāju vai lūgt, lai viņš izmanto skaitītāju, lai aprēķinātu braukšanas maksu. Taksometrus var arī iepriekš rezervēt pa tālruni vai mobilo tālruni lietotnēm.

### **Baltic Taxometrs**

**Numurs un Whatsapp:** +371 20 008 500

**Tīmekļa lapa:** <http://baltictaxi.com/>

### **Red Cab**

**Numurs:** +371 8383 or +371 60 008 383

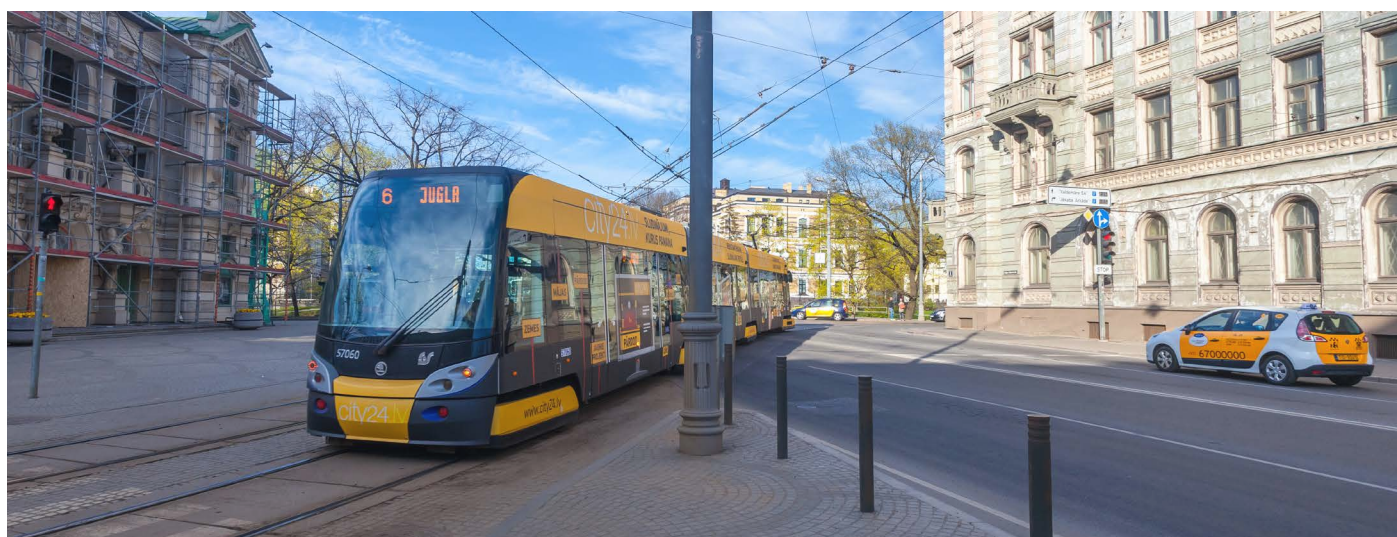
**Tīmekļa lapa:** <https://redcab.lv/redcab/>

### **Bolt (mobilais tālrunis lietotnē)**

**Tīmekļa lapa:** <https://bolt.eu/en-gb/cities/riga/>

### **eTAKSI (mobilais tālrunis lietotnē)**

**Tīmekļa lapa:** <https://etaksi.lt/>



# Būtiska informācija un svarīgi dokumenti

## Personas apliecības

Latvijā primārais personu apliecinošs dokuments ir "eID", kas ir personas apliecība, kuru var izmantot, lai:

- apliecināt savu juridisko statusu, identitāti un vecumu.
- ceļošanai ES teritorijā
- piekļūt sabiedriskajiem pakalpojumiem
- elektroniskā paraksta glabāšanai

Pirms pieteikties eID saņemšanai, ir jāpārliedz, ka jūsu dati ir aktuāli un jūsu dzīvesvieta ledzīvotāju reģistrā ir norādīta pareizi. Lai to izdarītu, varat pieteikties tiešsaistē vietnē <https://latvija.lv/>. Varat arī apmeklēt vietējo pašvaldību vai Pilsonības un migrācijas lietu pārvaldi. Pašvaldību sarakstu var atrast šeit:

[www.lps.lv/lv/kontakti/pasvaldibu-kontakti](http://www.lps.lv/lv/kontakti/pasvaldibu-kontakti).



## Vadītāja apliecība

Lai iegūtu autovadītāja apliecību, jums jāpiesakās un jāapmeklē autoskola, kuras laikā jums būs jāapgūst pirmās palīdzības kurss un jāiziet medicīniskā pārbaude. Jūs apgūsiet vairākas teorētiskās nodarbības un nokārtosiet teorijas eksāmenu, kad braukšanas instruktors uzskatīs, ka esat spējīgs nokārtot eksāmenu. Pēc tam jūs apgūsiet vairākas praktiskās nodarbības, un arī šoreiz jūsu braukšanas instruktors organizēs jums praktiskā eksāmena kārtošānu.

Gan teorijas eksāmens, gan praktiskais eksāmens jums jākārtos Ceļu un braukšanas departamentā (CSDD). Sīkāka informācija atrodama [www.csdd.lv](http://www.csdd.lv).

Ja jums ir Apvienotās Karalistes vadītāja apliecība, jums būs jānokārto teorijas eksāmens un praktiskais eksāmens, lai varētu nomainīt savu apliecību pret Latvijas vadītāja apliecību.

## Bankas konta atvēršana

Ja atverat bankas kontu Latvijā, jums būs jāuzrāda derīgs personu apliecinošs dokuments ar fotogrāfiju. Atkarībā no bankas jums var būt nepieciešami papildu dokumenti, piemēram, pase un adreses apliecinājums.

Latvijā darbojas daudzas komercbankas, piemēram, Rietumu Banka, Citadele Banka, Norvik Banka, Baltic International Bank, BlueOrange un LPB Bank.



# Izmitināšana

Ja nevari palikt ar ģimeni vai draugiem un esi palicis bez dzīvesvietas, tev var palīdzēt 'dienas centrā' ar izmitināšanu un pamatvajadzībām. Dienas centrs ir Rīgas centrālajā bibliotēkā. Tur tevi reģistrēs sociālais darbinieks, kas palīdzēs ar mājokļa atrašanu, kā arī citu atbalstu-vannas istabas piederumi (ziepes, šampūni u.t.t.), ēdiens, veselības piederumi un kopeji padomi.

## Dienas centrs

**Adrese:** Salas iela 8

Jūs varat arī atrast pagaidu ārkārtas izmitināšanu zemāk esošajās organizācijās:

## Sarkanā krusta pajumte (tikai vīriešiem)

Tur novērtēs tavu stāvokli un sniegs pagaidu izmitināšanu.

**Adrese:** Gaizina iela 7, Rīga

**Numurs:** +371 67 336 650 (pa dienu) or  
+371 29 884 047 (naktī)

## Zilā krusta pajumte

Šī kristīgā patversme atbalsta visu ticību cilvēkus, tostarp krīzes situācijā nonākušos, bezpajumtniekus, cilvēkus no riska grupām, cilvēkus ar atkarībām, jauniešus no nelabvēlīgām ģimenēm, kā arī bijušos ieslodzītos. Viņi arī palīdz profesionālajā izglītībā un darba meklējumos.

**Adrese:** Maskavas iela 336, Rīga, LV-1063

**Numurs:** +371 29 802 234

**Emails:** [zkrusts@zilaiskrusts.lv](mailto:zkrusts@zilaiskrusts.lv)

**Tīmekļa lapa:** <http://zilaiskrusts.lv/>

Citas īstermiņa naktsmītnes, piemēram, pansijas un hosteļi, var būt rentabla izvēle lielākajās pilsētās. Tos var rezervēt pirms jūs atstājat Lielbritāniju vai atgriešanās valstī, izmantojot šādas vietas:

<https://www.hostelworld.com>

<https://www.booking.com>

<https://www.expedia.com/Hotels>

<https://www.airbnb.com>



# Veselības aprūpe

## Pārskats

Kā daļu no valsts veselības aprūpes sistēmas jūs varat piekļūt neatliekamajai palīdzībai, ģimenes ārstiem un ģimenes ārstiem, maternitātes un pediatrijas pakalpojumiem, kā arī ārstēšanai un diagnostikai slimnīcās un specializētās klīnikās. Kad būsiet reģistrējies pie ģimenes ārsta, kurā dzīvojat, jums būs pieeja visiem valsts veselības aprūpes pakalpojumiem. Par dažiem veselības aprūpes pakalpojumiem un recepšu medikamentiem var būt jāmaksā.

Plašāku informāciju var atrast, apmeklējot ministrijas vai Veselības vietnes vietni vai zvanot uz veselības aprūpes informācijas līniju.

**Tīmekļa lapa:** [www.vm.gov.lv/en/ministry](http://www.vm.gov.lv/en/ministry)

**Numurs:** 8000 1234 (veselības aprūpes informācijas līnija)

Ir arī ģimenes ārsta konsultāciju līnija, kas sniedz medicīnisko palīdzību ārpus stundas laikā no pulksten 17:00 līdz 8:00.

**Numurs:** 6601 6001 (GP konsultāciju līnija)

## Slimnīcu saraksts

### Slimnīca Jūrmala

**Adrese:** Vienības prospekts 19/21, Jūrmala, LV-2010

**Numurs:** +371 67 752 254

**Tīmekļa lapa:** [jurnalasslimnica.lv](http://jurnalasslimnica.lv)

### Pauls Stradins Clinic

**Adrese:** Pilsonu iela 13, Zemgales priekšpilsēta, Rīga, LV-1002

**Numurs:** +371 67 069 600 or +371 67 069 280

**Tīmekļa lapa:** [www.stradini.lv](http://www.stradini.lv)

### Rīgas Dzemdību nams (RMH)

**Adrese:** Miera iela, Rīga, LV-1013

**Numurs:** +371 67 011 225

**Tīmekļa lapa:** [www.rdn.lv](http://www.rdn.lv)

### Rīgas Austrumu universitātes slimnīca

**Adrese:** Hipokrata 2, Rīga, LV-1038

**Numurs:** +371 67 000 610

**Tīmekļa lapa:** <https://aslimnica.lv/>

### Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīca

**Adrese:** Dunties iela 22, Rīga, LV-1005

**Numurs:** +371 67 399 300

**Tīmekļa lapa:** [www.tos.lv](http://www.tos.lv)

## Seksuālā un reproduktīvā veselība

Kontracepcijas līdzekļus (kontracepcijas līdzekļus) visā Latvijā var iegādāties aptiekās. Ir pieejama arī ārkārtas kontracepcija. Ir svarīgi būt pārliecinātam, ka jūs pērkat no cienījamās aptiekas. Seksuāli transmisīvo infekciju testi ir pieejami veselības aprūpes centros visā Latvijā.

### DIA+LOGS Centrs

Šī organizācija piedāvā atbalstu tiem, kas dzīvo ar HIV, un viņu ģimenēm. Pakalpojumi ietver psihologa tikšanos, sociālo darbinieku konsultācijas, mentoringu un bezmaksas HIV testus. Viņi piedāvā izglītības programmas, lai palielinātu izpratni par HIV. Viņu informēšanas darbu nodrošina speciālisti, kas pa valsti brauc ar autobusu, lai sniegtu ļoti nepieciešamo atbalstu tiem, kas nevar apmeklēt centru. Jūs varat sazināties ar viņiem, lai uzzinātu, kad autobuss būs jūsu apkārtnē.

**Adrese:** Satekles iela 2c, Latgales priekšpilsēta, Rīga, LV-1050

**Numurs:** +371 67 243 101

**Numurs:** +371 27 004 493 (autobuss Rīgā), +371 22 304 068 (Autobuss Rīgā un priekšpilsētā)

**Emails:** [dialogs@diacentrs.lv](mailto:dialogs@diacentrs.lv)

**Tīmekļa lapa:** <http://www.diacentrs.lv/en/services/>

## Psihosociālās konsultācijas

Ja jums nepieciešama konsultācijas terapija, sazinieties ar savu ārstu, kur jūs varat saņemt nosūtījumu uz speciālistu dienestu. Ja nav iespējams saņemt ārsta nosūtījumu, arī šāds pakalpojums var sniegt palīdzību bez ārsta nosūtījuma:

### Skalbes

Šī organizācija nodrošina bezmaksas uzticības tālruni tiem, kuriem ir krīze vai kuri piedzīvo vardarbību ģimenē, garīgās veselības grūtības, tostarp depresiju, domas par pašnāvību, vientulību, zaudējumus, bulimiju, alkohola un narkotiku atkarību vai ģimenes un attiecību problēmas. Viņi arī piedāvā samaksu, viens pret vienu un grupu konsultēšanas pakalpojumus un programmas, kas aptver plašu jautājumu loku. Tas ietver juridiskas konsultācijas attiecībā uz personām, kuras piedzīvo dažāda veida vardarbību.

**Adrese:** Terbatas street 69, Rīga, LV1001

**Numurs:** +371 24 551 700 or +371 67 222 922 (24 hour hotline)

**Emails:** [skalbes@skalbes.lv](mailto:skalbes@skalbes.lv)

**Tīmekļa lapa:** [www.skalbes.lv](http://www.skalbes.lv)



# Izglītība un nodarbinātība

## Izglītība

Skolas Latvijā galvenokārt ir valsts skolas, kurās izglītība ir obligāta un bezmaksas. Pirmsskolas izglītība sākas 5 gadu vecumā, kam seko 9 gadu pamatizglītība un 3 gadu vidējā izglītība. Vidējā izglītībā ir pieejamas profesionālās vai akadēmiskās iespējas.

Augstākā izglītība nav obligāta, un tā ir pieejama valsts un privātajās maksas skolās, koledžās un universitātēs.

Pilsētās un pagastos ir iestādes, kas piedāvā izglītības iespējas pieaugušajiem. Vairāk informācijas var atrast šeit: [www.niid.lv](http://www.niid.lv).

Lai iegūtu vispārīgu informāciju par izglītības sistēmu, apmeklējiet Izglītības un zinātnes ministrijas vietni: <https://www.izm.gov.lv/en/education-system-latvia>.

## Nodarbinātība

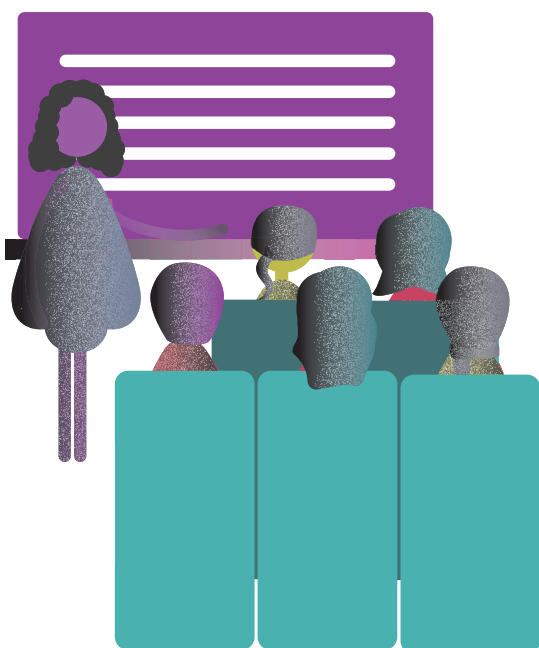
Tradicionāli laikraksti ir pazīstami kā izplatīts veids, kā meklēt darba iespējas. Sākot darba meklējumus Latvijā, noder arī šīs vietnes:

<https://www.cv.lv/>  
<https://cvp.nva.gov.lv/#/pub/>  
<https://www.visidarbi.lv/>

Apmeklējot Nodarbinātības valsts aģentūras vietni, jūs varat atrast arī nodarbinātības un apmācības iespējas, reģistrēties kā darba meklētājam un saņemt palīdzību, ja esat bezdarbnieks:

<https://www.nva.gov.lv/en/job-seeking>.

Latvijā ir pieejamas profesionālās apmācības iespējas. Latvijas Informācijas centra vietnē ir parādīts akreditēto profesionālās izglītības institūtu saraksts. Saraksts ir pieejams šeit: <http://aic.lv/portal/en/izglitiba-latvija/system-of-education>.



# Noderīga informācija

## Dzīvošanas izmaksas

Ēdiens	Price (Euro, €)
Maize 1 klaips	0.85
Piens 1 litrs	0.93
Ūdens 1,5 litrs pudele	0.65
Rīsi 1kg	1.52
Olas 12	1.79
Siers 1kg	7.06
Vistas krūtiņa 1kg	5.17
Liellopu gaļa 1kg	7.48
Kartupeļi 1kg	0.47
Sīpoli 1kg	0.53
Salatlapas	1.08
Tomāti 1kg	1.80
Apelsīni 1kg	1.53
Āboli 1kg	0.97
Banāni 1kg	1.19
Transports	
Vienvirziena biļete (vietējais transports)	1.15
Mēneša caurlaide	47.39
Taxometrs 1km	0.70
Taxometrs 1 hour	9.30
Citi	
1 min. no priekšapmaksas mobilā tarifa (vietējais)	0.10
Internets (60 mbps vai vairāk, bezlimits)	14.91
Formula piens	7.99
Autiņi	13.45
Alga	
Vidējā mēneša neto alga (pēc nodokļu nomaksas)	800.16

Pareizi līdz 2021. gada oktobrim

## Ievērojami datumi un svētku dienas

Datumi	Svētku nosaukumi
1.Janvāris	Jaunais gads
Katru gadu mainās	Lielā piektdiena
Katru gadu mainās	Liieldienas
1.maijs	Starptautiskā darba diena
4.maijs	Neatkarības diena
Otrā maija svētdiena	Mātes diena
23.jūnijs	Līgos svētki
24.jūnijs	Jāņi
Otrā septembra svētdiena	Tēvu diena
18.novembris	Valsts svētki
24.decembris	Ziemassvētki
25.decembris	Ziemassvētki
26.decembris	Otrā ziemassvētku diena
31.decembris	Jaungada vakars

Veikali un pakalpojumi šajos datumos var būt slēgti (daži datumi mainīsies).

## Ārkārtas kontaktāruņi

Vispārēja ārkārtas situācija:	112
Ugunsdzēsēji:	01
Policija:	02 or 110
Ātrā palīdzība:	03 or 113

# Noderīgi kontakti

## Reģionālais remigrācijas koordinators projekts

Šo projektu vada Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrija. Tās mērķis ir nodrošināt pārvietošanas atbalstu personām un ģimenēm, kuras vēlas atgriezties Latvijā. Koordinatori atrodas piecās Latvijas pašvaldībās (Kurzemē, Zemgalē, Latgalē, Rīgā un Vidzemē), un viņi sniegs praktiskus risinājumus, lai palīdzētu jums reintegrēt un atjaunot pilsonību. Pirms atgriešanās viņi strādās ar jums, lai novērtētu jūsu individuālās vajadzības, un, ja nepieciešams, var norādīt uz citām atbalsta jomām. Lai uzzinātu koordinators kontaktinformāciju pašvaldībā, pie kuras jūs atgriezīsities, tīmekļa lapa: <https://www.paps.lv/en/coordinators/>.

**Adrese:** Rruga Isa Boletini, Pall Planet X, Kati 6, Tirana

**Numurs:** +355 42 259 139

**Emails:** [remigracija@paps.lv](mailto:remigracija@paps.lv)

**Tīmekļa lapa:** [www.paps.lv](http://www.paps.lv)

## Centrs Dardedze

Šīs labdarības organizācijas mērķis ir atbalstīt ģimenes ar bērniem, kas piedzīvojuši fizisku, emocionālu un seksuālu vardarbību. Viņi sniedz informāciju un padomus par bērna attīstību, izmantojot psihologu, sociālo darbinieku un citu speciālistu komandu. Atbalsts ietver arī viņu ģimenes konsultēšanu.

**Adrese:** Cieceres Street 3a, Rīga, LV-1002

**Numurs:** +371 67 600 685 or +371 29 556 680

**Emails:** [info@centrsdardedze.lv](mailto:info@centrsdardedze.lv)

**Tīmekļa lapa:** [www.centrsdardedze.lv](http://www.centrsdardedze.lv)

## Sociālais centrs Gaizins

Šis centrs nodrošina dienas pakalpojumus, tostarp bezmaksas veselības pārbaudes un konsultācijas par HIV, narkotiku un alkohola atkarības atbalsta grupām, pārtikas banku un palīdz atrast izglītību un darbu. Tā nodrošina arī nakts patversmi tiem, kam tā nepieciešama.

**Adrese:** 7 Gaiziņa Street, Rīga

**Numurs:** +371 67 336 650

**Emails:** [ilona.luste@redcross.lv](mailto:ilona.luste@redcross.lv)

**Tīmekļa lapa:** [www.redcross.lv](http://www.redcross.lv)

## Caritas Latvia

Šī katoļu organizācija piedāvā atbalstu tiem Rīgas iedzīvotājiem, kuriem ir tādas pamatvajadzības kā pārtika un apģērbs. Viņiem ir pieredze nelabvēlīgā situācijā esošu cilvēku palīdzībā, un viņiem ir plaša organizāciju tīkls, kurā personas var saukt par papildu atbalstu.

**Adrese:** Kloostera iela 5, Rīga, LV-1050

**Numurs:** +371 29 552 102

**Tīmekļa lapa:** [www.caritas.lv](http://www.caritas.lv)

## Dienas centrs katoļu iela

Šis centrs ir pieejams cilvēkiem, kuriem nepieciešams pamata praktiskais atbalsts, kā arī palīdzība izglītības un sociālās rehabilitācijas jomā. Lai piekļūtu šim dienestam, jums ir jānorāda sociālajam darbiniekam. Pieejamais atbalsts ietver veselības aprūpes pakalpojumus un tikšanās ar sociālā darba speciālistiem un psihologiem. Ērtībās ietilpst tualetes un dušas, kas pieejamas visiem.

**Adrese:** Katoļu Street 57, Rīga

**Numurs:** +371 67 181 663

**Emails:** [rigaspatversme@riga.lv](mailto:rigaspatversme@riga.lv)

**Darba laiks:** 09.00 līdz 16.45 (brīvdienas)

# Latvijas karte



# Atsacīšanās

Lai gan informācija šajā dokumentā ir apkopota ļoti rūpīgi un uzmanīgi, Hibiscus Initiatives negarantē šīs informācijas precizitāti. Hibiscus Initiatives neatbalsta šajā dokumentā minēto organizāciju paustos uzskatus, viedokļus vai politiku un neuzņemas nekādu atbildību par jebkādiem secinājumiem vai rezultātiem, kas pamatojas uz šajā brošūrā sniegto informāciju. Šī publikācija nav uzskatāma par piedāvājumu, aicinājumu vai ieteikumu pārdot vai iegādāties kādu produktu vai pakalpojumu.





Published by  
**Hibiscus Initiatives**  
Resource for London,  
356 Holloway Road, London,  
N7 6PA, United Kingdom

[hibiscusinitiatives.org.uk](http://hibiscusinitiatives.org.uk)

First published 2021  
© Hibiscus Initiatives

Design: Prospectus

This publication is copyright,  
but may be reproduced by  
any method without fee or  
prior permission for teaching  
purposes, but not for resale.

For copying in any other  
circumstances, prior written  
permission must be obtained  
from the publisher, and a fee  
may be payable.

Publicēja  
**Hibiscus Initiatives**  
Resource for London,  
356 Holloway Road, London,  
N7 6PA, United Kingdom

[hibiscusinitiatives.org.uk](http://hibiscusinitiatives.org.uk)

Pirmo reizi publicēts 2021  
© Hibiscus Initiatives

Dizains: Prospectus

Šī publikācija ir autortiesības,  
bet to var reproducēt ar  
jebkuru metodi bez maksas vai  
iepriekšējas atļaujas mācīšanas  
 nolūkos, bet ne tālākpārdošanai.

Kopēšanai jebkuros citos  
apstākļos ir jāsaņem iepriekšēja  
rakstiska atļauja no izdevēja, un  
par to var būt jāmaksā.

