

# Returning to Lithuania

## Grižimas į Lietuvą



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 Lithuania</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 Lithuania. 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 Lithuania, 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 Lithuania?

Before your departure, you may want to consider:

## Medication

It is important to talk to your doctor before leaving for Lithuania. 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 Lithuania, 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 Lithuania.

Now that you are in Lithuania, 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 points of entry into Lithuania are Vilnius International Airport (VNO) and Kaunas Airport (KUN). Palanga International airport (PLQ) is the third biggest airport.

## Taxis

Taxi services operate throughout the main towns and cities. Taxis can be the most expensive form of transport and it is important to agree a price before beginning the journey.

Uber and Bolt mobile phone apps also operate in Lithuania and are often a cheaper way to book than with a taxi company.

## Buses

Lithuania has an extensive network of bus routes which connects all cities and towns for a reasonable price. Tickets can be purchased from kiosks around the cities for city travel, bus stations for intercity travel, online, or from the bus driver. Purchasing tickets directly from the bus driver is often more expensive. Bus drivers often will not be able to do card payments, so make sure you have cash on hand.

The following website can help you to plan your bus journey and find the most efficient route: <https://www.autobusubilietai.lt/>.



## Trains

Lithuanian Railways (LG) provides an extensive connection of railways across the country. There is a direct connection from Vilnius International Airport to Vilnius Railway station, which takes approximately 8 minutes. Reservations for train journeys are not mandatory but they are recommended, especially on popular journeys such as Vilnius to Klaipėda.

Tickets can be purchased online, at railway stations or from the conductor on the train - such ticket can be more expensive as you might have to pay a service fee.

For more information on ticket prices and to plan a journey visit: <https://www.traukiniobilietas.lt/portal/routes-schedules>.

## Bicycles

Across all major cities and some towns bike hire is available for a reasonable price. Most Lithuanian roads are cycle friendly and you can take your bike on most intercity buses, train and ferry services, however you might need to pay additional fee.

# Essential information & important documents

## ID cards

Having a valid ID card is very important in Lithuania. ID is needed to claim or to send money, for banking transactions, in seeking employment and for travelling. To apply for an ID card you will need to attend the migration department of your local district and fill in the forms provided.

Citizens residing in Lithuania can apply for a passport by attending any migration department. You will need two photos (3.5 x 4.5cm) and to pay a consular fee.

You can find more information here:  
<https://www.migracija.lt/web/guest/kontaktai>.



## Driving licence

The minimum age to drive in Lithuania is 18 years old.

When applying for a driving licence you must have completed 30 hours of practical training with an approved driving school and have passed a theory exam run by the Lithuanian State Enterprise 'Regitra', before you can be issued with a driving licence.

You must also show a medical certificate to confirm your state of health and produce a health attestation certificate confirming you have received first aid training.

You can book these services online:  
<https://www.regitra.lt/lt/paslaugos/vairuotojo-pazymejimai-2>.

## Opening a bank account

If you are opening a bank account in person in Lithuania, you will need to bring documentation to prove your identity. If you don't have the exact documents the bank specifies, it may still be possible to start the process if you meet with the bank manager to talk through your personal circumstances.

The documents you will need are:

- Photo ID such as your passport or national identity card

The most popular banks in Lithuania are: Swedbank, Luminor, SEB bankas and Siauliu Bankas.

You can also open a mobile banking app, such as Revolut.



# Accommodation

If you are unable to stay with family and friends, you may be able to find temporary emergency accommodation from the organisation below:

**Red Cross**

**Phone:** +370 659 71598

**Email:** [info@redcross.lt](mailto:info@redcross.lt)

You can also contact the local council and discuss if they can assist you with accommodation. You can find your local council office at the following website:  
<https://www.lrvalstybe.lt/savivaldybes>.

**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

The healthcare system in Lithuania is a mixed public-private system. The healthcare is modern and well-funded through a national health insurance scheme, which is compulsory to pay if you have an income. It is deducted from your salary, or if you are on benefits or retired, you could be exempt.

Public healthcare provides emergency care, GP services and treatment at hospitals. Dentistry for adults and out-patient prescriptions are not covered by public healthcare, unless you meet the criteria for low income or any vulnerabilities or you may not have to pay if you had been referred and seen by your resident dentist in your local clinic.

Private healthcare is not as common in Lithuania due to the public healthcare system providing a wide variety of healthcare. However, the private healthcare that is offered is considered to be of a high standard.

## List of hospitals

### Vilnius

#### Santariškių Klinikos

**Address:** Santariškių g. 2,  
08661 Vilnius

**Phone:** +370 5 236 5010

#### Respublikinė Vilniaus universitetinė Hospital

**Address:** Šiltnamių g. 29,  
04130 Vilnius

**Phone:** +355 54 258 644

#### Baltijos Amerikos Klinika (private)

**Address:** Nemenčinės pl. 54a,  
LT-10103 Vilnius

**Phone:** +370 5 234 2020

### Kaunas

#### LSMU Kauno Hospital

**Address:** Josvainių g. 2, LT-  
47144, Kaunas

**Phone:** +370 37306 000

#### Kauno Raudonojo Kryžiaus Hospital

**Address:** Laisvės al. 17,  
Kaunas 44320

**Phone:** +3370 37 422668

### Jonava

#### Jonava Hospital

**Address:** Žeimių g. 19,  
Jonava 55134

**Phone:** +370 349 69080

### Kedainiai

#### Kedainiai Hospital

**Address:** Budrio g. 5,  
Kėdainiai 57164

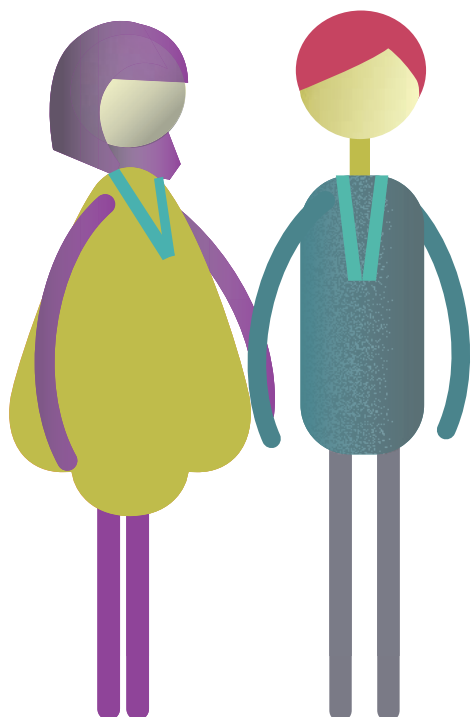
**Phone:** +370 347 67080)

## Sexual and reproductive health

Contraceptives (birth control) can be purchased in pharmacies throughout Lithuania. You can purchase condoms over the counter. To obtain other forms of birth control such as, birth control pills, implants, injectable and IUDs you need a prescription.

It is possible to purchase emergency contraceptives in Lithuania without a prescription and over the counter. It is important to ensure you purchase any form of contraception from a reputable supplier.

Sexually transmitted infection tests are available at clinics across the country, however it is advisable that you have them carried out at a registered clinic.



## Psychosocial counselling

If you need help with your mental health, the helplines below can provide support over the phone:

### Youth line:

8 800 28888 – 24/7

### Hope line (adults):

116 123 – 24/7

### Help for Women line:

8 800 66366 – 24/7

### Doverija:

line for Russian-speaking youth – 8 800 77277 – daily 4pm-8pm.

### Silver line:

for seniors - 8 800 800 20 – Monday to Friday 8am-10pm weekends 11am 7pm

### Men's line:

8670 00027 – Monday to Friday 10am-2pm

If you are experiencing domestic violence, including physical, sexual and emotional abuse, there are specialised help centres across Lithuania that may be able to help you. You can find centres that offer support on the following website:

<https://socmin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/seima-ir-vaikai/seimos-politika/smurto-artimoje-aplinkoje-prevencija#Specializuotos%20pagalbos%20centr%C5%B3%20kontaktai>.

# Education & employment

## Education

There are public (government) or private (non-government) in Lithuania. However, the number of private schools available are low and mainly based in Vilnius.

Education in Lithuania is free and compulsory up to the age of 16. There are also a small number of public schools focused on children who do not speak Lithuanian. There are tuition fees for standard private schools, but these vary depending on the facilities provided.

After the age of 16, there is the option to join a vocational school to continue your secondary education and where you can learn a skill and get experience by working within that field at the same time.

The State Studies Foundation can provide more information:

**Phone:** +370 5 263 9152

**Email:** [fondas@vsf.lt](mailto:fondas@vsf.lt)

**Website:** <https://vsf.lrv.lt/>

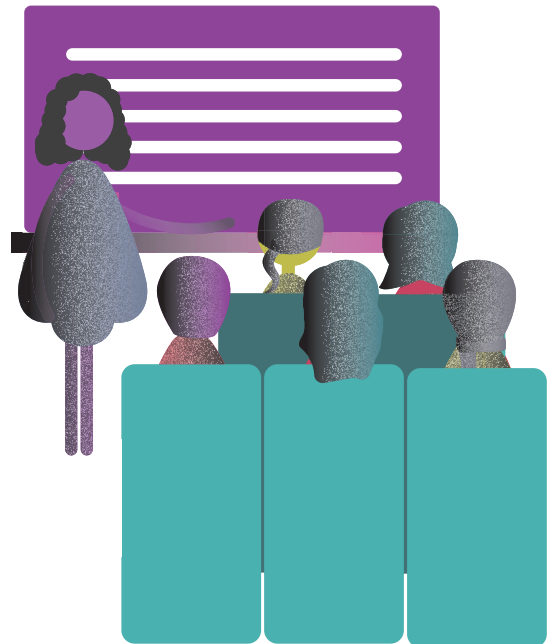
## Employment and training

When looking for employment it is important to tell friends and family you are looking for work – they might be able to help you.

A good place to start your job search is on the following website: <https://www.cvmarket.lt/>.

You may also want to approach Užimtumo Tarnyba governmental agency to support you into work: <https://www.ldb.lt/LDBPortal/Pages/ServicesForEmployees.aspx>.

Vocational schools are also a good way to get training, gain skills and as an entry point into employment.



# Useful information

## Cost of living

Food	Price (Euro, €)
Bread 1 loaf	0.86
Milk 1 litre	0.87
Water 1.5 litre bottle	0.64
Rice 1kg	1.36
Eggs 12	1.52
Cheese 1kg	6.78
Chicken breasts 1kg	4.83
Beef 1kg	6.94
Potatoes 1kg	0.45
Onions 1kg	0.45
Lettuce	0.91
Tomatoes 1kg	1.58
Oranges 1kg	1.23
Apples 1kg	0.96
Bananas 1kg	0.99
<b>Transport</b>	
One way ticket (local transport)	1.00
Monthly pass	29.00
Taxi 1km	0.60
<b>Others</b>	
1 min. of prepaid mobile tariff (local)	0.13
Internet (60 mbps or more, unlimited data)	11.24
Formula milk	7.00
Nappies	6.50
<b>Salaries</b>	
Average monthly net salary (after tax)	939.23

Correct in October 2021

## Significant dates and public holidays

Date	Holiday name
1st January	New Year's Day
16th February	Independence Day
11th March	Independence Restoration Day
Varies every year	Easter
Varies every year	Easter Monday
1st May	Labour Day
First Sunday of May	Mother's Day
First Sunday of June	Father's Day
24th June	St. John's Day
6th July	Coronation of King Mindaugas
15th August	Assumption's Day
1st November	All Saint's 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

There is one number for all emergency services in Lithuania:

112

# Useful contacts

## Caritas Lithuania

Caritas aims to provide support to families and single individuals in need. They run an employment program for women to help obtain work and a day care centre for children for families who need support. Alongside this, Caritas offer emotional and practical support to victims of trafficking and help with the reintegration into Lithuania. The opening hours are Monday, Wednesday and Friday from 09:00-17:00.

**Address:** Papilio g. 5, LT-44275, Kaunas  
**Phone:** +370 37 205427  
**Email:** [caritas@lcn.lt](mailto:caritas@lcn.lt)

## Youth Line

The Youth Line offers 1-1 support through a 24/7 emergency helpline number. The number can be called to discuss your thoughts, feelings and any problems you may have in a confidential and safe space. If you prefer not to speak over the phone, they can also provide support by letter or an online chat forum.

**Address:** Naugarduko str. 34, Vilnius, 03228  
**Phone:** 8 800 28888 (helpline)  
**Email:** [info@jaunimolinija.lt](mailto:info@jaunimolinija.lt)  
**Website:** <https://www.jaunimolinija.lt>  
**Online chat:** <https://www.jaunimolinija.lt/lt/pagalba/pagalba-pokalbiais-internetu/>

## International Organization for Migration (IOM)

The IOM offers resettlement and reintegration support to voluntary returnees to Lithuania.

**Address:** A. Jakšto g. 12, LT-01105 Vilnius  
**Phone:** +370 5 2624897  
**Email:** [iomvilnius@iom.int](mailto:iomvilnius@iom.int)  
**Website:** <http://iom.lt/lt/pradzia.html>

## Maisto Bankas

This organisation has several food banks around the country offering free food items to those in need. The food banks are located in Vilnius, Kaunas, Klaipeda, Siauliai and Panevezys (their addresses can be found on the website below). The organisation also runs a charity canteen giving free meals to those who need them, between 10am and 1pm Monday to Friday.

**Website:** <https://www.maistobankas.lt/>

# Map of Lithuania



# 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.



# Grižimas į Lietuvą



Hibiscus Initiatives suteikia advokacijos paslaugas, pagalbą ir specialias paslaugas marginalizuotiems migrantams, kurie yra patyrę imigracijos ir kriminalinio teisingumo sistemas. Mes siekiame padėti šiems žmonėms priimti informuotus sprendimus ir skatinti teigiamus pokyčius. Mes skatiname teisingumą ir pagarbą tam, kad nelygybės būtų sumažintos.

## **Nevyriausybinių organizacijų darbas gali būti apibūdintas keturiomis sritimis:**

- Bendruomenės ir kalėjimo paslaugos
- Tarptautinio persikėlimo ir paslaugos sulaikymo centruose
- Kova prieš prekybą žmonėmis
- Savanoriavimas ir mentorystė

Tarptautinio persikėlimo programa suteikia reintegracijos pagalbą į gimtąsias bendruomenes grįžtantiems žmonėms.

Suteikiant su tarptautiniu persikėlimu susijusią pagalbą, mes siekiame užtikrinti sklandžiausią įmanomą persikėlimo laikotarpį klientams, grįžtantiems į savo šalis. Ši pagalba teikiama susisiekiant su organizacijomis kitoje šalyje, kurios gali padėti sugrįžus, surandant apgyvendinimą, atgaunant asmens tapatybės dokumentus, pagalba kelionei šalyje, bendravimas su šeimomis ir mažos piniginės sumos mažam verslui pradėti savo šalyje sugrįžus.

Mūsų darbas yra svarbus klientams, kurie nebeturi galimybių ir teisių likti Jungtinėje Karalystėje, tiems, kurie nori išvykti savanoriškai, arba tiems, kurie yra deportuojami iš šalies po laisvės atėmimo bausmės atlikimo už kriminalinį nusikaltimą.

## **Susisiekite su mumis**

Jeigu norite sužinoti daugiau apie Hibiscus Initiatives, gauti pagalbą, ar turite šeimos narį ar draugą, kuriam gali prireikti mūsų pagalbą, susisiekite:

**Hibiscus Initiatives**  
Resource for London  
356 Holloway Road  
London N7 6PA

**Elektroninis paštas:** [info@hibiscus.org.uk](mailto:info@hibiscus.org.uk)  
**Internetinis puslapis:** <https://www.hibiscusinitiatives.org.uk>  
**Telefonas:** +44 (0)20 7697 4120  
**Faksas:** +44 (0)20 7697 4272



# Turinys

<b>Įvadas</b> .....	<b>20</b>
<b>Jūsų grįžimo planavimas</b> .....	<b>21</b>
Vaistai	
Šeima ir draugai	
Religinės organizacijos	
<b>Ko tikėtis atvykus</b> .....	<b>22</b>
Atvykimas į oro uostą	
<b>Transportas</b> .....	<b>23</b>
<b>Būtiniausia informacija ir svarbiausi dokumentai</b> .....	<b>24</b>
Asmens tapatybės kortelės	
Vairuotojo pažymėjimas	
Banko sąskaitos atidarymas	
<b>Apgyvendinimas</b> .....	<b>25</b>
<b>Sveikatos priežiūra</b> .....	<b>26</b>
Apžvalga	
Ligoninių sąrašas	
Seksualinė ir reprodukcinė sveikata	
Psichosocialinės terapijos paslaugos	
<b>Išsilavinimas ir darbas</b> .....	<b>28</b>
Išsilavinimas	
Darbas ir mokymai	
<b>Naudinga informacija</b> .....	<b>29</b>
Pragyvenimo kainos	
Šventinės dienos	
Greitosios pagalbos numeriai	
<b>Naudingi kontaktai</b> .....	<b>30</b>
<b>Lietuvos žemėlapis</b> .....	<b>31</b>
<b>Atsisakymas</b> .....	<b>32</b>

# Įvadas

Ši brošiūra yra sudaryta tam, kad Jums būtų suteikta informacija, kuri palengvins Jūsų sugrįžimą į Lietuvą. Viduje rasite naudingos bendros informacijos apie Jūsų grįžimą, ko tikėtis ir įvairių kontaktų sąrašą, kurios gali padėti su įvairiomis persikėlimo problemomis.



# Jūsų grįžimo planavimas

Kuo daugiau susiplanuosite prieš išvykstant, tuo lengviau Jums bus gauti reikiamą pagalbą, kai atvyksite. Yra dalykų, apie kuriuos turėtumėte pagalvoti prieš išvykstant iš Jungtinės Karalystės: kas Jus pasitiks oro uoste? Kur apsistosite? Ar Jūsų šeima ar draugai gali Jums emociškai ar finansiškai padėti? Ar jie gali Jums padėti apsiprasti prie gyvenimo Lietuvoje?

Prieš Jūsų išvykimą, Jums reiktų pagalvoti apie:

## Vaistai

Prieš išvykstant į Lietuvą, svarbu pasikalbėti su savo gydytoju. Jeigu geriate vaistus, Jūsų gydytojas turėtų Jums patarti, kaip gauti vaistų ateityje. Jums taip pat gali praversti laiškas iš gydytojo, kuriame yra aprašoma Jūsų medicininė istorija. Kuo daugiau informacijos turėsite apie savo sveikatą, tuo lengviau bus pratęsti gydymą sugrįžus.

## Šeima ir draugai

Jeigu turite šeimos ir draugų, gyvenančių Lietuvoje, Jūs galite jiems pranešti, kad grįžtate, nes gal jie galėtų padėti su skubiomis reikmėmis grįžus. Pasistenkite turėti jų kontaktinę informaciją oro uoste su savimi tam, kad galėtumėte su jais susisiekti prieš išskrendant ir atskridus.

Britų Raudonasis Kryžius suteikia nemokamą paslaugą atkuriant santykius tarp išsiskyrusių šeimų. Jūs galite gauti informacijos apie šią programą susisiekiant:

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

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

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

**Internetinis puslapis:** <https://www.redcross.org.uk>

## Religinės organizacijos

Jungtinėje Karalystėje gali būti religinių organizacijų, kurios gali Jums padėti surasti pagalbos ir maldos namus šalyje, į kurią grįžtate. Religinės organizacijos gali padėti su būtimiausiomis reikmėmis nepaisant, ar estate tikintis ar ne. Gera pradžia būtų susisiekti su Jūsų bendruomenės nariais arba religiniais lyderiais. Geriausia susisiekti su šiomis organizacijomis ir bendruomenėmis yra kuo anksčiau, kad Jums būtų suteikta pagalba kuo lengviau.



# Ko tikėtis atvykus

## Atvykimas į oro uostą

Išlipus iš lėktuvo, Jūs būsite nuvestas į oro uosto dalį, kurioje bus atliktos administracinės procedūros, kad galėtumėte patekti į Lietuvos respubliką.

Atvykus į Lietuvą, Jūs galite pradėti galvoti apie susitikimą su savo šeima ir draugais, ieškoti darbo, gauti naujus asmens tapatybės dokumentus ir taip toliau.



# Transportas

Pagrindiniai šalies oro uostai yra Vilniaus tarptautinis oro uostas (VNO) ir Kauno oro uostas (KUN). Trečias pagal dydį oro uostas yra Palangos oro uostas (PLQ).

## Taksi

Taksi paslaugos veikia didesniuose miesteliuose ir miestuose. Taksi gali būti vienas brangiausių transportų, todėl svarbu sužinoti kainą prieš keliaujant.

Lietuvoje taip pat veikia Uber ir Bolt, kurie yra dažnai pigesni už taksi.

## Autobusai

Lietuvoje veikia platus autobusų maršrutų tinklas, jungiantis visus miestus, miestelius ir kaimus už gerą kainą. Bilietus galima įsigyti didesnių miestų kioskuose, kad galėtumėte keliauti po miestą, internetu arba iš vairuotojo. Bilietai perkami iš vairuotojo kartais gali būti brangesni. Autobusų vairuotojai dažnai nepriima mokėjimų kortelėmis, todėl yra svarbu turėti grynųjų pinigų.

Šiame puslapyje galėsite susiplanuoti savo autobusų kelionę ir rasti geriausia maršrutą: <https://www.autobusbilietai.lt/>.



## Traukiniai

Lietuvos Geležinkeliai yra traukinių organizacija Lietuvoje, kuri turi platų geležinkelių tinklą visoje šalyje. Taip Vilniaus oro uosto ir Vilniaus traukinių stoties yra tiesioginis traukinys. Kelionė trunka apie 8 minutes. Rezervacijos nėra privalomos, bet rekomenduojamos – ypač populiarioms kelionėms, pavyzdžiui tarp Vilniaus and Klaipėdos.

Bilietus galite įsigyti internetu, bilietų kasose traukinių stotyje arba iš konduktoriaus traukinyje – tiesa, toks bilietas gali būti brangesnis, nes gali tekti mokėti aptarnavimo mokestį.

Daugiau informacijos apie bilietų kainas ir kelionę internetu galite rasti čia: <https://www.traukiniobilietas.lt/portal/routes-schedules>.

## Dviračiai

Visuose didesniuose miestuose ir kai kuriuose miesteliuose yra dviračių nuomos paslaugos už priimtina kainą. Dauguma Lietuvos kelių yra saugūs kelionėms dviračiu ir dviratį galite pasiimti į daugumą tarpmiestinių autobusų, traukinius ir keltus, tačiau gali reikėti sumokėti mokestį.

# Būtiniausia informacija ir svarbiausi dokumentai

## Asmens tapatybės dokumentai

Asmens tapatybės dokumentai yra labia svarbūs Lietuvoje. Ji yra reikalingi norint gauti ar siųsti pinigus, atlikti bankines operacijas, ieškant darbo ir keliaujant. Norint gauti asmens tapatybės dokumentą, Jums reiks nuvykti į Migracijos departamentą Jūsų savivaldybėje ir užpildyti reikiamus dokumentus.

Piliečiai gyvenantys Lietuvoje gali gauti pasą nuvykę į bet kurį Migracijos departamentą. Jums reikės dviejų pasų nuotraukų (3.5cm x 4.5cm) ir sumokėti konsulinį mokestį.



## Vairuotojo pažymėjimas

Minimalus vairavimo amžius Lietuvoje yra 18 metų.

Norint gauti vairuotojo teises, Jūs privalote pabaigti 30 valandų praktinio vairavimo su patvirtinta vairavimo mokykla ir išlaikyti teorijos egzaminą, kuris yra sudarytas 'Regitros'. Be šių elementų, Jūs teisių negausite.

Jūs taip pat privalote pasitikrinti sveikatą ir gauti pažymą, patvirtinančią, kad estate sveikas vairuoti. Jums taip pat būtina gauti pirmosios pagalbos mokymų atestatą.

Užsisakyti vairuotojo pažymėjimą galite internetu:

<https://www.regitra.lt/lt/paslaugos/vairuotojo-pazymejimai-2>.

## Banko sąskaitos atidarymas

Norint atidaryti banko sąskaitą, Jūs privalote turėti dokumentus patvirtinančius Jūsų tapatybę (pvz., pasą). Jeigu neturite reikiamų dokumentų, Jums gali prireikti banko vadybininko pagalbos.

Jums reikės:

- Asmens tapatybės kortelės, paso ar kito ID dokumento, kurį bankas priima, su Jūsų nuotrauka.

Žinomiausi bankai yra: Swedbank, Luminor, SEB bankas ir Šiaulių Bankas.

Jūs taip pat galite atsidaryti mobiliojo banko sąskaitą, pavyzdžiui, Revolut.



# Apgyvendinimas

Jeigu neturite kur apsistoti, Jums galėtų padėti:

**Raudonasis Kryžius**

**Telefonas:** +370 659 71598

**Elektroninis paštas:** [info@redcross.lt](mailto:info@redcross.lt)

Galite susisiekti su savivaldybe ir sužinoti, ar jie galėtų Jums padėti su apgyvendinimu. Artimiausią savivaldybę galite rasti šiame internet puslapyje:

<https://www.lrvalstybe.lt/savivaldybes>.

Kitas trumpalaikis apgyvendinimas, pavyzdžiui, hosteliai, gali būti priemas pasirinkimas didesniuose miestuose ir miesteliuose. Nakvynę galite užsisakyti prieš išvykstant iš JK arba jau atvykus į Lietuvą, naudojant šiuos puslapius:

<https://www.hostelworld.com>

<https://www.booking.com>

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

<https://www.airbnb.com>



# Sveikatos priežiūra

## Apžvalga

Sveikatos priežiūros sistema Lietuvoje yra private ir viešoji. Sveikatos priežiūros sistema yra moderni ir finansuojama per privalomąjį sveikatos draudimą, kuris yra privalomas, jeigu turite pajamų. Jums gali būti pritaikyta nuolaida, jeigu gaunate pašalpas arba pensiją.

Viešoji sveikatos priežiūra suteikia greitąją medicininę pagalbą, šeimos gydytojo paslaugas ir gydymą ligoninėse. Stomatologijos paslaugos suaugusiems ir receptiniai vaistai nėra finansuojami sveikatos draudimo, nebent Jūs turite mažai pajamų. Jūs galite gauti nemokamas odontologijos paslaugas, jeigu Jūs gavote siuntimą, arba Jūsų dantistas yra Jūsų poliklinikoje.

Privačios įstaigos nėra populiarios, nes viešoji sistema suteikia įvairių paslaugų. Privačios paslaugos yra aukšto lygio.

## Ligoninių sąrašas

### Vilnius

#### Santariškių Klinikos

**Adresas:** Santariškių g. 2,  
08661 Vilnius

**Telefonas:** +370 5 236 5010

#### Respublikinė Vilniaus universitetinė ligoninė

**Adresas:** Šiltnamių g. 29,  
04130 Vilnius

**Telefonas:** +355 54 258 644

#### Baltijos Amerikos Klinika (privati)

**Adresas:** Nemenčinės pl. 54a,  
LT-10103 Vilnius

**Telefonas:** +370 5 234 2020

### Kaunas

#### LSMU Kauno Ligoninė

**Adresas:** Josvainių g. 2, LT-  
47144, Kaunas

**Telefonas:** +370 37306 000

#### Kauno Raudonojo Kryžiaus Ligoninė

**Adresas:** Laisvės al. 17,  
Kaunas 44320

**Telefonas:** +3370 37 422668

### Jonava

#### Jonavos Ligoninė

**Adresas:** Žeimių g. 19,  
Jonava 55134

**Telefonas:** +370 349 69080

### Kėdainiai

#### Kėdainių Ligoninė

**Adresas:** Budrio g. 5,  
Kėdainiai 57164

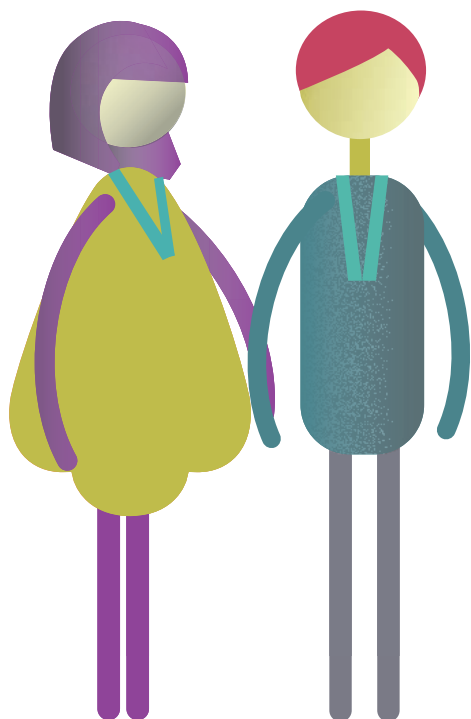
**Telefonas:** +370 347 67080

## Seksualinė ir reprodukcinė sveikata

Kontraceptikų galite įsigyti vaistinėse visoje Lietuvoje. Prezervatyvų galite įsigyti daugumoje maisto prekių parduotuvių.

Norint gauti kitokių priemonių, pavyzdžiui, kontraceptinių tablečių, implantų, injekcijų ar 'spiralių', Jums reikia kreiptis į gydytoją. Skubiosios kontracepcijos galima įsigyti be recepto vaistinėje. Įsitinkite, kad kontraceptines priemones perkate patikimose parduotuvėse.

Pasitikrinti dėl lytiškai plintančių ligų galite klinikose visoje Lietuvoje, bet įsitinkite, kad klinika yra patikima ir registruota.



## Psichologinė pagalba

Jeigu Jums reikia psichologinės pagalbos, galite paskambinti organizacijoms, kurių numerius rasite žemiau:

### Jaunimo linija:

8 800 28888 – 24/7

### Vilties linija (suaugusiems):

116 123 – 24/7

### Pagalbos moterims linija:

8 800 66366 – 24/7

### Doverija:

rusakalbiam jaunimui – 8 800 77277 – kasdien 16-20val.

### Sidabrinė linija:

senjorams - 8 800 800 20 – pirmadieniais-penktadieniais 8-22val, savaitgaliais 11-19val.

### Vyrų linija:

8670 00027 – pirmadieniais-penktadieniais 10-14val.

Jeigu patiriate smurtą artimoje aplinkoje, pavyzdžiui, fizinį, seksualinį ir emocinį smurtą, galite keiptis į specializuotus pagalbos centrus, kuriuos rasite visoje Lietuvoje, kurie gales Jums padėti. Šiuos centrus galite rasti:

<https://socmin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/seima-ir-vaikai/seimos-politika/smurto-artimoje-aplinkoje-prevencija#Specializuotos%20pagalbos%20centr%C5%B3%20kontaktai>.

# Išsilavinimas ir darbas

## Išsilavinimas

Lietuvoje yra viešųjų ir privačių išsilavinimo išsilavinimo įstaigų. Tiesa, privačių mokyklų nėra daug ir jos yra daugiausiai Vilniuje.

Išsilavinimas Lietuvoje yra nemokamas ir privalomas iki 16 metų. Lietuvoje taip pat yra mokyklų, kuriose dėstomoji kalba nėra lietuvių kalba. Privačios mokyklos yra mokamos, kaina priklauso nuo specifikacijų.

Sulaukus 16-os, galite eiti mokytis į profesinę mokyklą ir tęsti vidurinį išsilavinimą, taip pat galėsite mokytis profesijos ir įgauti patirties dirbant toje srityje tuo pačiu metu.

Daugiau informacijos galima rasti:

**Telefonas:** +370 5 263 9152

**Elektroninis paštas:** [fondas@vsf.lt](mailto:fondas@vsf.lt)

**Internetinis puslapis:** <https://vsf.lrv.lt/>

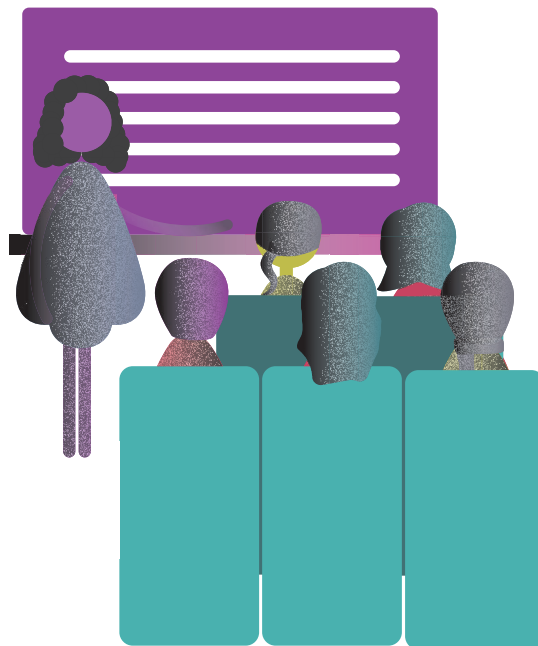
## Darbas ir mokymai

Jeigu ieškote darbo, praneškite apie tai savo draugams ir šeimai – jie gali Jums padėti.

Darbo galite pradėti ieškoti čia:  
<https://www.cvmarket.lt/>.

Galite siekti su Užimtumo Tarnyba, kurioje galite sulaukti pagalbos ieškant darbo:  
<https://www.ldb.lt/LDBPortal/Pages/ServicesForEmployees.aspx>.

Profesinės mokyklos taip pat yra puikus pasirinkimas norint mokytis, įgauti kvalifikaciją ir turėti pradinį tašką, ieškant darbo.



# Naudinga informacija

## Pragyvenimo kaina

Maistas	Kaina (Euro, €)
Duonos kepalas	0.86
1 litras pieno	0.87
1,5 litro butelis vandens	0.64
Ryžiai 1kg	1.36
Kiaušiniai 10	1.52
Fermentinis sūris 1kg	6.78
Vištos krūtinėlė 1kg	4.83
Jautiena 1kg	6.94
Bulvės 1kg	0.45
Svogūnai 1kg	0.45
Salotos	0.91
Pomidorai 1kg	1.58
Apelsinai 1kg	1.23
Obuoliai 1kg	0.96
Bananai 1kg	0.99
Transportas	
Vienkartinis bilietas (Vilnius)	1.00
Mėnesinis bilietas	29.00
Taksi 1km	0.60
Kita	
1min skambučio tarifas	0.13
Internetas	11.24
Formulė vaikams	7.00
Sauskelnės	6.50
Atlyginimas	
Vidutinis atlyginimas (į rankas)	939.23

Informacija tikrinta 2021-ųjų spalio mėnesį

## Svarbios datos ir valstybinės šventės

Data	Šventė
1 Sausio	Naujieji Metai
16 Vasario	Lietuvos nepriklausomybės diena
11 Kovo	Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo diena
Kasmet skiriasi	Velykos
Kasmet skiriasi	Antroji Velykų diena
1 Gegužės	Darbo diena
Pirmas gegužės sekmadienis	Motinos diena
Pirmas birželio sekmadienis	Tėvo diena
24 Birželio	Joninės (Rasos)
6 Liepos	Karaliaus Mindaugo karūnavimo diena
15 Rugpjūčio	Žolinė
1 Lapkričio	Visų Šventųjų diena
24 Gruodžio	Kūčios
25 Gruodžio	Kalėdos
26 Gruodžio	Antroji Kalėdų diena
31 Gruodžio	Naujųjų Metų naktis

Paruoduvės ir viešosios paslaugos gali nedirbti šiomis dienomis (kai kurios datos gali skirtis).

## Greitoji pagalba

Lietuvoje yra vienas greitosios pagalbos numeris:

112

# Naudingi kontaktai

## Caritas Lietuva

Caritas padeda šeimoms ir žmonėms, kuriems reikia pagalbos. Jie turi įdarbinimo programą moterims, kur padeda susirasti darbą ir suteikia dienos centrą vaikams, kurių šeimai reikia pagalbos. Taip pat, Caritas suteikia emocinę ir praktinę pagalbą prekybos žmonėms aukoms ir padeda su reintegracija į Lietuvą. Jie dirba pirmadieniais, trečiadieniais ir penktadieniais nuo 9val iki 17 val.

**Adresas:** Papilio g. 5, LT-44275, Kaunas

**Telefonas:** +370 37 205427

**Elektroninis paštas:** [caritas@lcn.lt](mailto:caritas@lcn.lt)

## Jaunimo linija

Suteikia individualią paramą jaunimui, linija veikia visa parą. Jiems galite paskambinti ir pakalbėti apie savo mintis, jausmus ar kitas problemas. Viskas yra konfidencialu ir saugu Jums. Jeigu norite, vietoj telefono galite gauti pagalbos laišką arba internetinėje pokalbių svetainėje.

**Adresas:** Naugarduko str. 34, Vilnius, 03228

**Telefonas:** 8 800 28888 (helpline)

**Elektroninis paštas:** [info@jaunimolinija.lt](mailto:info@jaunimolinija.lt)

**Internetinis puslapis:**

<https://www.jaunimolinija.lt>

**Pokalbių svetainė:** <https://www.jaunimolinija.lt/lt/pagalba/pagalba-pokalbiais-internetu/>

## Tarptautinė Migracijos organizacija (IOM)

IOM suteikia pagalbos ir reintegracijos paslaugas savanoriškai sugrįžusiems į Lietuvą.

**Adresas:** A. Jakšto g. 12, LT-01105 Vilnius

**Telefonas:** +370 5 2624897

**Elektroninis paštas:** [iomvilnius@iom.int](mailto:iomvilnius@iom.int)

**Internetinis puslapis:** <http://iom.lt/lt/pradzia.html>

## Maisto Bankas

This organisation has several food banks around the country offering free food items to those in need. The food banks are located in Vilnius, Kaunas, Klaipeda, Siauliai and Panevezys (their addresses can be found on the website below). The organisation also runs a charity canteen giving free meals to those who need them, between 10am and 1pm Monday to Friday.

**Internetinis puslapis:**

<https://www.maistobankas.lt/>

# Lietuvos žemėlapis



# Atsisakymas

Nors stengėmės labai įdėmiai atrinkti informaciją, Hibiscus Initiatives negali garantuoti informacijos tikslumo. Hibiscus Initiatives nepritaria požiūriams, nuomonėms ar politikai, kurias išreiškė čia minimos organizacijos ir Hibiscus nepriima atsakomybės už išvadas ar rezultatus, remiantis čia esančia informacija. Publikacija nėra pasiūlymas, tarpininkavimas ar rekomendacija įsigyti ar parduoti čia minimas paslaugas ar produktus.





