Należy zwrócić się do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych o wydanie stosownego formularza A1 lub E101, a nastepnie na ich podstawie w Oddziale Wojewódzkim Narodowego Funduszu Zdrowia(zgodnie z miejscem zamieszkania)uzyskać kartę Europejsnkiego Ubezpieczenia Zdrowotnego , która uprawnia do korzystania ze świadczeń w krajach UE/EFTA.