



Ministerstwo Rodziny,  
Pracy i Polityki Społecznej



# INFORMATOR DLA POLAKÓW POWRACAJĄCYCH Z ZAGRANICY

# **INFORMATOR DLA POLAKÓW POWRACAJĄCYCH Z ZAGRANICY**

**WARSZAWA 2019**

## SPIIS TREŚCI

1.	Wstęp .....	5
2.	Pomoc w znalezieniu pracy i podjęciu działalności gospodarczej .....	7
3.	Wsparcie dla rodzin .....	22
4.	Koordinacja systemów zabezpieczenia społecznego .....	33
5.	Pomoc społeczna .....	43
6.	Wsparcie osób z niepełnosprawnościami .....	48
7.	Uprawnienia pracownicze związane z wykonywaniem pracy na podstawie stosunku pracy .....	58
8.	Wsparcie osób zagrożonych wykluczeniem społecznym .....	70
9.	Aktywność społeczna osób starszych .....	74
10.	Źródła informacji dla osób zainteresowanych powrotem z emigracji .....	81

Szanowni Państwo,

jeżeli korzystacie Państwo z tego Informatora, to prawdopodobnie należycie do dużej grupy Polaków przebywających czasowo na emigracji i rozważacie podjęcie decyzji o powrocie do kraju. Decyzji trudnej, zwłaszcza w tych przypadkach, gdy już od kilku czy nawet kilkunastu lat przebywacie Państwo poza Polską.

Swoboda podróżowania i podejmowania pracy za granicą to wielki przywilej naszych czasów. Warto jednak wiedzieć, że dystans Polski do innych krajów unijnych stale się zmniejsza, spektakularnie spadło bezrobocie i wzrosło zatrudnienie. Coraz wyższe są wynagrodzenia, a rynek pracy w wielu zawodach należy do pracownika, który ma coraz większy wpływ na warunki pracy, w jakich przychodzi mu pracować.

Wiemy, że każda duża życiowa zmiana może napawać niepewnością, a powrót po latach z emigracji do takich niewątpliwie należy. I dlatego pragniemy, aby Państwo byli świadomi, że bez względu na wiek i sytuację rodzinną, jeśli zechcecie wrócić do kraju, to nie zostaniecie pozostawieni sami sobie.

W publikacji przedstawiamy praktyczne informacje o możliwym wsparciu, z jakiego mogą Państwo skorzystać po powrocie do kraju.

Piszemy o pomocy w znalezieniu satysfakcjonującej pracy. Także osoby przedsiębiorcze, które zechcą po powrocie podjąć działalność gospodarczą, znajdą tu przydatne wskazówki. Informujemy również o uprawnieniach pracowniczych, jakie Państwu przysługują z tytułu wykonywania pracy.

Przywiązujemy dużą wagę do wspierania rodzin. Stąd informacje o programach, z których Państwo mogą skorzystać po powrocie do kraju, z programem „Rodzina 500+” na czele i kolejno programach „Dobry start”, „Mama 4+”, „Maluch+” czy Karta Dużej Rodziny, które zapewniają coraz więcej udogodnień i benefitów.

Niezwykle ważne jest także wsparcie osób z niepełnosprawnościami i seniorów. I to nie tylko pomoc finansowa, ale przede wszystkim programy aktywizujące zarówno zawodowo, jak i społecznie. Informacje z tego zakresu także znalazły się w Informatorze.

Jeśli niepokoić się Państwo, czy i w jaki sposób zostanie uwzględniony okres Waszej pracy za granicą, to na pewno Was uspokoją zawarte w naszej publikacji wyjaśnienia.

A jeśli nie wszystkie Państwa wątpliwości dotyczące powrotu do Polski zostaną rozwiane, to znajdziecie tu wiele adresów, pod którymi będziecie mogli uzyskać dodatkowe informacje.

Wyrażamy przekonanie, że przedstawione w publikacji informacje będą pomocne Państwu przy podejmowaniu decyzji o powrocie do Polski.

*Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej*



## Pomoc w znalezieniu pracy i podjęciu działalności gospodarczej

### INSTYTUCJE UDZIELAJĄCE WSPARCIA W PROCESIE POSZUKIWANIA PRACY

W Polsce pomoc w znalezieniu pracy można uzyskać w różnych instytucjach rynku pracy, takich jak: **urzędy pracy** (wojewódzkie, powiatowe), **Ochotnicze Hufce Pracy**, **agencje zatrudnienia**. Dwie pierwsze mają charakter publiczny, a agencje zatrudnienia – niepubliczny.

W systemie instytucji rynku pracy rolę nadrzędną pełnią publiczne służby zatrudnienia, czyli wojewódzkie i powiatowe urzędy pracy. Różnią się one umiejscowieniem w strukturach administracji samorządowej i zadaniami, jakie realizują. W przypadku osób powracających z zagranicy **wojewódzkie urzędy pracy** (WUP), a przede wszystkim znajdujące się w nich centra





informacji i planowania kariery mogą wspierać ich poradnictwem zawodowym, w tym świadczonym na odległość z wykorzystaniem systemów teleinformatycznych. Ponadto kontakt z WUP jest istotny przy staraniu się przez bezrobotnego powracającego z zagranicy o wydanie decyzji w kwestii przyznania mu prawa do zasiłku na zasadach koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego, o czym szerzej w dalszej części informatora.

**Powiatowe urzędy pracy (PUP)** natomiast zajmują się bezpośrednią obsługą zarówno wszystkich osób poszukujących pracy, jak i firm chcących pozyskać pracowników. PUP udzielają wsparcia, uruchamiając określone instrumenty, za pomocą których kojarzy się obie zainteresowane strony.

Oferowana pomoc jest finansowana przede wszystkim ze środków Funduszu Pracy. Urzędy pracy dysponują rocznymi limitami tych środków i w ich ramach mogą finansować wszystkie formy aktywizacji, określone w ustawie z 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy (Dz.U. z 2018 r., poz. 1265, z późn. zm.). Poszczególne formy mogą być kierowane do uprawnionych osób zarejestrowanych w urzędach pracy, w tym do osób powracających z zagranicy.

W 2019 r. na dodatkowe wsparcie działań urzędów pracy Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zaplanował dodatkowe środki z rezerwy Funduszu Pracy, w ramach których – zgodnie z zasadami ubiegania się o środki rezerwy Funduszu Pracy na finansowanie działań aktywizacyjnych realizowanych przez powiatowe i wojewódzkie urzędy pracy w 2019 r. – środki mogą być przeznaczane na realizację działań aktywizacyjnych, w tym m.in. programów aktywizacji zawodowej bezrobotnych powracających z zagranicy.



Jeśli chodzi o **Ochotnicze Hufce Pracy**, to zakres ich wsparcia w poszukiwaniu zatrudnienia jest ograniczony do osób młodocianych (15–17 lat), ze środowisk niewydolnych wychowawczo, które nie realizują obowiązku szkolnego i obowiązku nauki, mają problemy z ukończeniem szkoły i potrzebują zdobycia kwalifikacji zawodowych, oraz osób w wieku 18–25 lat, w tym poszukujących pracy bądź chcących się przekwalifikować, oraz bezrobotnych, absolwentów szkół i studentów.



**Rejestr agencji zatrudnienia (KRAZ)**

Usługę pośrednictwa pracy mogą również świadczyć na rzecz bezrobotnego poszukującego pracy i pracodawcy **agencje zatrudnienia** i mimo iż działają one na zasadach komercyjnych, nie mogą pobierać opłat od bezrobotnych. Agencje zatrudnienia – oprócz usług pośrednictwa pracy – oferują poradnictwo zawodowe, doradztwo personalne i pracę tymczasową. Na stronie

Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia: <<http://stor.praca.gov.pl/portal/#/kraz>> znajduje się wykaz legalnie działających agencji zatrudnienia.

## POMOC W ZNALEZIENIU PRACY

Osoby powracające z zagranicy, które będą miały problem ze znalezieniem zatrudnienia w Polsce, mogą się zarejestrować w powiatowym urzędzie pracy (właściwym ze względu na miejsce zameldowania, a jeśli osoba nie posiada żadnego miejsca zameldowania, może zgłosić się do urzędu pracy w powiecie, na którego terenie przebywa, i złożyć w nim oświadczenie, że nie jest zarejestrowana w innym urzędzie pracy) jako osoby bezrobotne lub poszukujące pracy. Rejestracja następuje po przedstawieniu dokumentów niezbędnych do ustalenia ich statusu i uprawnień.



Do rejestracji są potrzebne następujące dokumenty:

- dowód osobisty lub inny dokument tożsamości ze zdjęciem (w przypadku innych dokumentów dodatkowo poświadczenie zameldowania);
- świadectwa ukończenia szkoły, dyplomy lub inne dokumenty potwierdzające kwalifikacje lub zaświadczenia o ukończeniu szkolenia;
- świadectwa pracy i inne dokumenty niezbędne do ustalenia jej uprawnień przysługujących na podstawie przepisów ustawy o promocji zatrudnienia;
- dokument stwierdzający przeciwwskazania do wykonywania określonych prac, jeżeli taki dokument osoba posiada.

Jeżeli osoba powracająca z krajów członkowskich UE/EFTA (Unia Europejska/Europejskie Stowarzyszenie Wolnego Handlu) oraz krajów trzecich pracowała w kraju, w którym nie ma obowiązku ani zwyczaju wystawiania świadectw pracy, np.: w Wielkiej Brytanii, za dokumenty im równoważne urząd pracy może uznać przedłożone mu:

- dokument PD U1, wydany przez właściwą instytucję ds. zatrudnienia i potwierdzający okresy zatrudnienia i ubezpieczenia;

- umowy o pracę z oznaczonym początkiem i okresem obowiązywania;
- dokumenty potwierdzające rozpoczęcie i zakończenie zatrudnienia u danego pracodawcy;
- dokumenty potwierdzające okres otrzymywania wypłat za pracę, np.: wszystkie payslipy (odcinki płacowe otrzymywane przy wypłacie wynagrodzenia) i dodatkowo z Wielkiej Brytanii dokumenty P45 i P60 wystawione przez pracodawcę brytyjskiego.



Każdym klientem urzędu pracy (bezrobotnym, poszukującym pracy oraz pracodawcą) opiekuje się wyznaczony pracownik urzędu, pełniący funkcję **doradcy klienta**. Do zadań doradcy klienta należy:

- stała opieka nad bezrobotnym lub poszukującym pracy, w szczególności przygotowanie i nadzór nad realizacją indywidualnego planu działania, świadczenie podstawowych usług rynku pracy w formie indywidualnej oraz ułatwianie dostępu do innych form pomocy określonych w ustawie lub
- stała współpraca z pracodawcą w zakresie pomocy określonej w ustawie, w szczególności ustalanie zapotrzebowania na nowych pracowników i pozyskiwanie ofert pracy w ramach pośrednictwa pracy oraz ułatwianie dostępu do innych form pomocy określonych w ustawie.

Doradca klienta przy udziale osoby bezrobotnej lub poszukującej pracy przygotowuje **indywidualny plan działania** (IPD), który zawiera w szczególności:

- działania możliwe do zastosowania przez urząd pracy w ramach pomocy określonej w ustawie;
- działania planowane do samodzielnej realizacji przez bezrobotnego lub poszukującego pracy w celu poszukiwania pracy;

- planowane terminy realizacji poszczególnych działań;
- formy, planowaną liczbę i terminy kontaktów z doradcą klienta lub innym pracownikiem urzędu pracy;
- termin i warunki zakończenia realizacji indywidualnego planu działania.

Pomoc udzielana przez powiatowy urząd pracy w ramach IPD powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb i możliwości bezrobotnego lub poszukującego pracy, z uwzględnieniem jego wykształcenia, doświadczenia zawodowego oraz możliwości podjęcia pracy lub działalności gospodarczej.

### FORMY WSPARCIA UDZIELANEGO BEZROBOTNEMU

Wsparcie udzielane bezrobotnemu może obejmować m.in.:

- **pośrednictwo pracy;**
- **poradnictwo zawodowe;**
- **pomoc w rozwoju zawodowym** przez oferowane szkolenia, staże; przygotowanie zawodowe dorosłych; sfinansowanie studiów podyplomowych; sfinansowanie kosztów egzaminów umożliwiających uzyskanie dokumentów potwierdzających nabycie umiejętności, kwalifikacji lub uprawnień zawodowych; stypendia na kontynuowanie nauki;
- **pomoc w podjęciu zatrudnienia subsydiowanego** u pracodawcy przez skierowanie do wykonywania prac interwencyjnych lub robót publicznych, skierowanie do pracy na refundowane stanowiska pracy;
- **pomoc osobom będącym w szczególnie trudnej sytuacji na rynku pracy** w podjęciu zatrudnienia przez skierowanie do udziału w programie specjalnym;
- objęcie instrumentami wspierającymi mobilność i zatrudnienie na rynku pracy, takimi jak: **bon szkoleniowy, bon stażowy, bon zatrudnieniowy, bon na zasiedlenie**.

Bony są stosunkowo nową formą aktywizacji zawodowej i są przewidziane dla osób bezrobotnych do 30. roku życia. Mają im umożliwić podjęcie pracy lub rozwój kompetencji. Każdy z nich obejmuje wsparcie finansowe bezrobotnego, a w przypadku bonu zatrudnieniowego – pomoc z tytułu zatrudnienia bezrobotnego otrzymuje pracodawca.



W ramach **bonu szkoleniowego** bezrobotny otrzymuje wsparcie polegające na finansowaniu, do wysokości 100% przeciętnego wynagrodzenia obowiązującego w dniu przyznania bonu szkoleniowego, kosztów jednego lub kilku szkoleń,







w tym kosztów kwalifikacyjnego kursu zawodowego i kursu nadającego uprawnienia zawodowe; niezbędnych badań lekarskich lub psychologicznych; przejazdu na szkolenia oraz zakwaterowania.

**Bon stażowy** z kolei stanowi gwarancję skierowania bezrobotnego do odbycia stażu u pracodawcy wskazanego przez bezrobotnego na 6 miesięcy, o ile pracodawca zobowiąże się do zatrudnienia bezrobotnego po zakończeniu stażu przez 6 miesięcy.

**Bon zatrudnieniowy** gwarantuje pracodawcy refundację części kosztów wynagrodzenia i składek na ubezpieczenia społeczne w związku z zatrudnieniem bezrobotnego, któremu powiatowy urząd pracy przyznał ten bon. Refundacja pracodawcy wymienionych kosztów jest dokonywana przez 12 miesięcy.

**Bon na zasiedlenie** przysługuje bezrobotnemu do 30. roku życia w związku z podjęciem przez niego innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej poza miejscem dotychczasowego zamieszkania. Ta forma wsparcia przysługuje bezrobotnemu, który będzie m.in. z tytułu wykonywania pracy osiągał wynagrodzenie lub przychód w wysokości co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę brutto miesięcznie; będzie podlegał ubezpieczeniom społecznym, a okres zatrudnienia będzie trwał co najmniej 6 miesięcy. Pomoc finansowa dla bezrobotnego wynikająca z posiadania bonu na zasiedlenie może wynosić maksymalnie do 200% przeciętnego wynagrodzenia za pracę.

Część z pozostałych wymienionych form pomocy kładzie nacisk na subsydiowanie zatrudnienia osób bezrobotnych; inne mają na celu umożliwienie zdobycia osobom bezrobotnym nowych kwalifikacji zawodowych; jeszcze inne zaś zakładają pobudzenie ich aktywności zawodowej. Wspólnym mianownikiem tych wszystkich form jest uzyskanie trwałego zatrudnienia przez osoby bezrobotne, a w przypadku braku możliwości jego uzyskania – ułatwienie podjęcia zatrudnienia krótkotrwałego, które w konsekwencji zwiększy szanse zdobycia stałego zatrudnienia w przyszłości.

## POMOC W PODJĘCIU DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ

### DOFINANSOWANIE PODJĘCIA DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ DLA OSÓB BEZROBOTNYCH

Powiatowy urząd pracy (działający z upoważnienia starosty) może przyznać jednorazowo środki na podjęcie działalności gospodarczej, w tym na pokrycie kosztów pomocy prawnej, konsultacji i doradztwa. Wniosek

o takie dofinansowanie może złożyć osoba zarejestrowana jako bezrobotna lub jako poszukujący pracy, niepozostający w zatrudnieniu lub niewykonyjący innej pracy zarobkowej opiekun osoby z niepełnosprawnością. Wniosek składa się do powiatowego urzędu pracy, właściwego ze względu na miejsce zamieszkania lub pobytu albo z uwagi na miejsce prowadzenia planowanej działalności gospodarczej. Maksymalna wartość środków, jakie można otrzymać, wynosi 6-krotność przeciętnego wynagrodzenia (zgodnie z przeciętnym wynagrodzeniem za IV kwartał 2018 r. – kwota ta wynosi 29 182,44 zł).



Świadczenie ma charakter fakultatywny, a decyzję w sprawie przyznania środków podejmuje starosta. Wniosek musi być kompletny i prawidłowo sporządzony; starosta musi dysponować środkami na jego sfinansowanie, a osoba składająca wniosek – spełniać określone warunki. Do podstawowych warunków należy nieprowadzenie działalności gospodarczej w ciągu 12 miesięcy przed dniem złożenia wniosku i niekorzystanie dotychczas z bezzwrotnych środków na podjęcie działalności gospodarczej.

Dla zawarcia umowy o dofinansowanie podjęcia działalności gospodarczej konieczne jest ustanowienie zabezpieczenia na wypadek niedotrzymania warunków umowy i obowiązku zwrotu otrzymanych środków.

Środki na rozpoczęcie działalności gospodarczej są bezzwrotne pod warunkiem spełnienia przez nowo powstałego przedsiębiorcę postanowień zawartej umowy. Podstawowym obowiązkiem jest prowadzenie działalności



gospodarczej przez co najmniej 12 miesięcy, niezawieszenie jej w tym okresie i niepodejmowanie zatrudnienia, nawet na część etatu.

Szczegółowe warunki i tryb przyznawania środków, warunki realizacji umowy i rozliczenia otrzymanych środków określa rozporządzenie Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z 14 lipca 2017 r. w sprawie dokonywania z Funduszu Pracy refundacji kosztów wyposażenia lub doposażenia stanowiska pracy oraz przyznawania środków na podjęcie działalności gospodarczej (Dz.U. z 2017 r., poz. 1380).

### POŻYCZKI NA PODJĘCIE DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ – „PIERWSZY BIZNES – WSPARCIE W STARCIE”

## Wsparcie w starcie

Pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej i na utworzenie stanowiska pracy dla bezrobotnego

są udzielane przez pośredników finansowych wybranych przez Bank Gospodarstwa Krajowego w całym kraju. Lista pośredników finansowych jest dostępna na stronie internetowej: <<http://wsparciewstarcie.bgk.pl>>.

W ramach programu „Pierwszy biznes – Wsparcie w starcie” oferowane są m.in.:

- niskoprocentowane pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej do 20-krotności przeciętnego wynagrodzenia w kraju (zgodnie z przeciętnym wynagrodzeniem za IV kwartał 2018 r. kwota ta wynosi 97 274,80 zł) na 7 lat, z oprocentowaniem na poziomie 0,44% w skali roku i z roczną karencją w spłacie kapitału, bez jakichkolwiek opłat i prowizji;
- bezpłatne szkolenia i doradztwo dla wnioskodawców pożyczek – z zakresu aplikowania o pożyczkę, sporządzania biznesplanu itp., a dla pożyczkobiorców – z zakresu np. prowadzenia księgowości, przepisów podatkowych, prowadzenia działalności gospodarczej.

Możliwość skorzystania ze wsparcia przy ubieganiu się o pożyczkę oznacza, że osoba chcąc założyć własną działalność nie musi mieć doświadczenia biznesowego czy w sporządzaniu wniosków/biznesplanów. Kluczowy jest pomysł na biznes, zapewniający możliwość prowadzenia działalności oraz spłaty rat pożyczki.

Wniosek składa się ze względu na miejsce prowadzenia planowanej działalności gospodarczej. Procedura ubiegania się o pożyczkę została maksymalnie uproszczona. Warunkiem jej uzyskania jest złożenie poprawnie wypełnionego i kompletnego wniosku, który zawiera w swej treści elementy biznesplanu zakładanego przedsięwzięcia.

Oferta pożyczek na podjęcie działalności gospodarczej skierowana jest do 4 kategorii uprawnionych: bezrobotnych, absolwentów szkół i wyższych uczelni (w 48 miesięcy od ukończenia szkoły lub uzyskania tytułu zawodowego), studentów ostatnich lat studiów oraz poszukujących pracy opiekunów osoby z niepełnosprawnością. Muszą to być osoby niezatrudnione, niewykonyjące innej pracy zarobkowej, które przez ostatnie 12 miesięcy nie prowadziły działalności gospodarczej.

Prawne zabezpieczenie spłaty pożyczki stanowi weksel własny pożyczkobiorcy oraz poręczenie dwóch osób fizycznych. W zależności od wyników oceny zdolności kredytowej i ryzyka kredytowego zamiast poręczenia może być zastosowane inne zabezpieczenie spłaty pożyczki.

Podstawowym obowiązkiem osoby, która zawarła umowę pożyczki, jest prowadzenie działalności gospodarczej przez co najmniej 12 miesięcy pod rygorem zwrotu środków. Prowadzenie działalności gospodarczej dłużej niż 12 miesięcy, ale krócej niż 36 miesięcy, powoduje natomiast podwyższenie oprocentowania pożyczki.

Podmiotom, którym udzielono pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej, można przyznać kolejną pożyczkę – tym razem na utworzenie stanowiska pracy – nie wcześniej jednak niż po upływie co najmniej 3 miesięcy od rozpoczęcia spłaty pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej. Pożyczkobiorca korzystający jednocześnie z pożyczki na podjęcie działalności gospodarczej i pożyczki na utworzenie stanowiska pracy dla bezrobotnego skierowanego przez powiatowy urząd pracy może się ubiegać o umorzenie pożyczki na utworzenie pierwszego stanowiska pracy, jeżeli utrzyma to stanowisko przez minimum 12 miesięcy.



## POŻYCZKI NA PODJĘCIE DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ Z FUNDUSZU ROZWOJU PRZEDSIĘBIORCZOŚCI (FRP)

Środkami Funduszu Rozwoju Przedsiębiorczości dysponuje na terenie kraju 31 fundacji i stowarzyszeń. O pożyczkę z FRP mogą ubiegać się osoby, które rozpoczynają lub prowadzą działalność gospodarczą na terenie województwa, w którym działa FRP, lub sąsiednich województw. Środki z pożyczki mogą być przeznaczone na przedsięwzięcia gospodarcze w dziedzinie handlu, produkcji lub usług. Pożyczka jest udzielana

do wysokości 120 000 zł, a minimalny wkład własny podmiotu ubiegającego się o pożyczkę wynosi 20% wartości przedsięwzięcia. Maksymalny – łączny okres pożyczkowy wynosi 60 miesięcy, a maksymalny okres karencji – 6 miesięcy. Oprocentowanie pożyczki udzielanej ze środków FRP wynosi 0,7 stopy procentowej redyskonta weksla, czyli 1,23% w skali roku – dla pożyczek udzielanych na rozpoczęcie i rozwój działalności gospodarczej.



Więcej informacji na stronie: <www.fundusz.frp.pl>.

Instytucje prowadzące FRP na terenie poszczególnych województw:

### Dolnośląskie

#### 1. Fundacja „Wałbrzych 2000”

ul. Wrocławska 53, 58-309 Wałbrzych  
tel. 74 843 45 62

<www.walbrzych2000.pl> <biuro@walbrzych2000.pl>;

### Kujawsko-pomorskie

#### 2. Polskie Towarzystwo Ekonomiczne Oddział w Bydgoszczy

ul. Długa 34, 85-034 Bydgoszcz  
tel. 52 322 90 60; 322 90 64

<www.ptc.bydgoszcz.pl> <owp-frp@ptc.bydgoszcz.pl>;

### Lubelskie

#### 3. „Puławskie Centrum Przedsiębiorczości”

ul. Mościckiego 1, 24-110 Puławy  
tel. 81 470 09 01; 470 09 00

<www.fpcp.org.pl> <fpcp@fpcp.org.pl>;

### Lubuskie

#### 4. Stowarzyszenie Wspierania Małej Przedsiębiorczości

ul. Mickiewicza 7, 66-520 Dobiegniew  
tel. 95 761 10 37; 763 94 78

<www.swmpdobiegniew.pl>  
<biuro@swmpdobiegniew.pl>;

#### 5. Fundacja „Przedsiębiorczość”

ul. Mieszka I 13, 68-200 Żary  
tel. 68 479 16 00; 479 16 01; 479 16 02

<www.fundacja.zary.pl> <fp@fundacja.zary.pl>;

### Łódzkie

#### 6. Fundacja Inkubator

ul. Tymienieckiego 22/24, 90-349 Łódź  
tel. 42 633 16 55; 630 09 86

<www.inkubator.org.pl> <a.kaczmarek@inkubator.org.pl>;

#### 7. Fundacja Rozwoju Gminy Żelów

ul. Mickiewicza 4, 97-425 Żelów  
tel. 44 634 10 06; 634 10 14

<www.frgz.pl> <frgz@frgz.pl>;

#### 8. Piotrkowskie Stowarzyszenie Wspierania Przedsiębiorczości

al. 3 Maja 6b, 97-300 Piotrków Trybunalski  
tel./fax 44 649 70 57; 667 905 723

<www.piotrswp.pl> <piotrswp@poczta.onet.pl>;

#### 9. Fundacja Centrum Wspierania Przedsiębiorczości

ul. Targowa 7b, 99-200 Poddębice  
tel. 43 678 31 58

<www.fcwp.pl> <biuro@fcwp.pl>;

### Małopolskie

#### 10. Fundacja Promocji Gospodarczej Regionu Krakowskiego

ul. Mrozowa 20a, 30-969 Kraków  
tel. 12 642 16 70

<www.fpgkrk.krakow.pl> <fundusz@fpgkrk.krakow.pl>;

#### 11. Stowarzyszenie „Samorządowe Centrum Przedsiębiorczości i Rozwoju”

ul. Mickiewicza 175, 34-200 Sucha Beskidzka  
tel. 33 874 11 03; 874 13 15

<www.funduszemalopolska.pl> <sekretariat@centrump-sucha.pl>

### Mazowieckie

#### 12. Ostrołęcki Ruch Wspierania Przedsiębiorczości

ul. Kołobrzeska 15, 07-401 Ostrołęka  
tel. 29 769 10 34

<orwp@orwp.com.pl> <www.orwp.com.pl>;

**13. Stowarzyszenie „Radomskie Centrum Przedsiębiorczości”**

ul. Żeromskiego 51, 26-600 Radom  
tel. 48 330 87 82; 360 00 46  
<www.srcp.radom.pl> <rcp@radom.net>;

**14. Żyrardowskie Stowarzyszenie Wspierania Przedsiębiorczości**

ul. Nowy Świat 8/4, 96-300 Żyrardów  
tel. 509 183 500  
<www.zswp.pl> <fundusz@zswp.pl>;

**15. Stowarzyszenie Rozwoju Przedsiębiorczości i Inicjatyw Lokalnych**

ul. Piłsudskiego 176, 05-091 Żąbki  
tel. 22 771 58 81  
<www.srp.pl>;

**Opolskie****16. Stowarzyszenie „Promocja Przedsiębiorczości”**

ul. Damrota 4, 45-064 Opole  
tel. 77 456 56 00  
<www.spp.opole.pl> <biuro@spp.opole.pl>;

**Podlaskie****17. Fundacja Rozwoju Przedsiębiorczości**

ul. Kościuszki 62, 16-400 Suwałki  
tel./fax 87 565 14 11; 565 13 86  
<www.frp.pl> <biuro@frp.pl>;

**18. Stowarzyszenie Wspierania Edukacji i Rynku Pracy**

ul. Wojska Polskiego 113, 18-402 Łomża  
tel./fax 86 216 53 03  
<www.praca.org.pl> <sweirp@praca.org.pl>;

**Podkarpackie****19. Małopolski Instytut Gospodarczy**

ul. Mickiewicza 1, 35-064 Rzeszów  
tel. 17 852 65 04  
<www.mig.com.pl>;

**Pomorskie****20. Regionalna Izba Gospodarcza Pomorza**

al. Grunwaldzka 82, 80-244 Gdańsk  
tel. 58 305 23 25  
<www.rigp.pl> <biuro@rigp.pl>;

**21. Słupskie Stowarzyszenie Innowacji Gospodarczych i Przedsiębiorczości**

ul. Tuwima 22a, 76-200 Słupsk  
tel. 59 846 91 12; 846 91 54; 846 91 20  
<www.inkubator.slupsk.pl> <biuro@inkubator.slupsk.pl>;

**22. Towarzystwo Rozwoju Powiśla**

al. Wojska Polskiego 499, 82-200 Malbork  
tel. 55 261 73 27, <www.trpd.pl> <biuro@trpd.pl>;

**Śląskie****23. Stowarzyszenie „Bielskie Centrum Przedsiębiorczości”**

ul. Cieszyńska 367, 43-382 Bielsko-Biała  
tel. 33 496 02 30; 496 02 00; 496 02 20  
<www.bcp.org.pl> <owp@bcp.org.pl>;

**24. Śląska Fundacja Wspierania Przedsiębiorczości**

ul. Zwycięstwa 36, 44-100 Gliwice  
tel. 32 230 48 79  
<www.sfwg.gliwice.pl> <biuro@sfwg.gliwice.pl>;

**Świętokrzyskie****25. Krajowe Stowarzyszenie Wspierania Przedsiębiorczości**

ul. Staszica 2a, 26-200 Końskie  
tel. 41 375 14 55; 269 46 21,  
<www.kswp.org.pl> <kswp@kswp.org.pl>;

**Warmińsko-mazurskie****26. Warmińsko-Mazurskie Stowarzyszenie Wspierania Przedsiębiorczości**

ul. Składowa 6, 11-015 Olsztyn  
tel./fax 89 519 25 82;

**27. Stowarzyszenie Centrum Rozwoju Ekonomicznego Pasłęka,**

ul. Józefa Piłsudskiego 11a, 14-400 Pasłęk;  
tel. 55 248 10 91; 248 10 92; 248 10 93,  
<www.screp.pl> <screp@screp.pl>;

**Wielkopolskie****28. Fundacja Kaliski Inkubator Przedsiębiorczości**

ul. Częstochowska 25, 62-800 Kalisz  
tel. 62 764 12 42  
<www.inkubator.kalisz.pl> <sekretariat@inkubator.kalisz.pl>;

**29. Cech Rzemiosł Różnych Fundusz Rozwoju Przedsiębiorczości**

ul. Kolejowa 10, 63-100 Śrem  
tel./fax 61 283 59 53; 283 91 77  
<www.srem.icech.pl> <frp\_srem@poczta.onet.pl>;

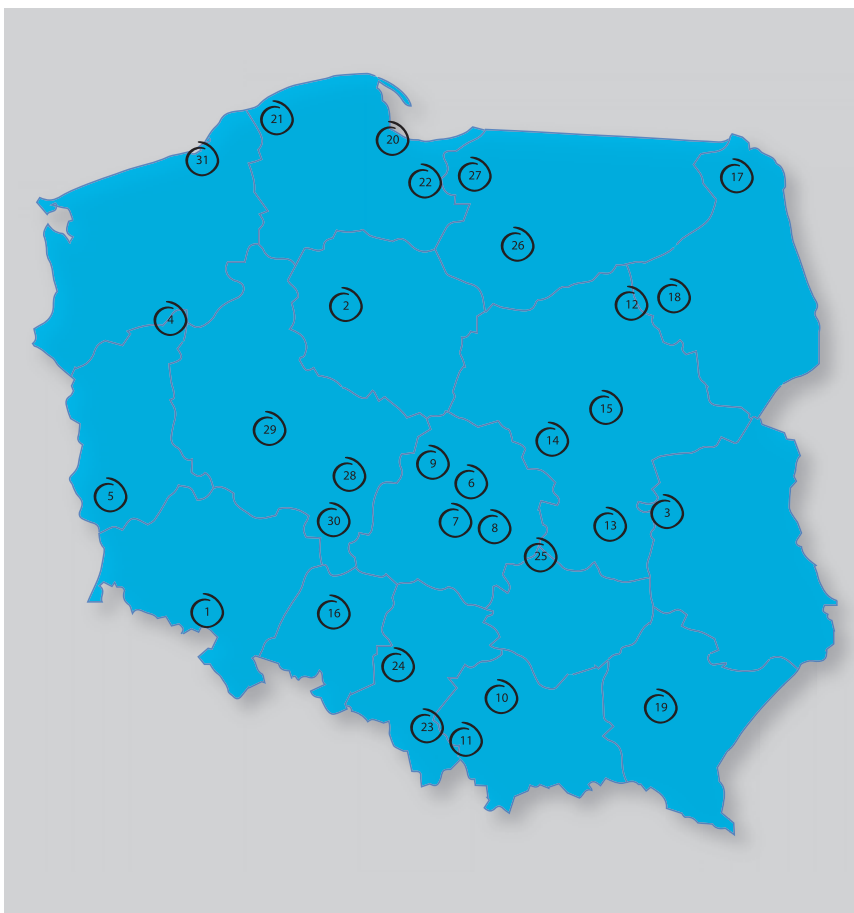
**30. Stowarzyszenie „Ostrzeszowskie Centrum Przedsiębiorczości”**

ul. Przemysłowa 27, 63-500 Ostrzeszów  
tel./fax 62 730 17 35; 730 17 32  
<www.socp.info.pl>  
<inkubator.ostrzeszow@socp.info.pl>;

**Zachodniopomorskie**

**31. Fundacja Centrum Innowacji i Przedsiębiorczości**

ul. Zwycięstwa 42, 75-037 Koszalin  
tel. 94 341 23 17; 346 47 06  
<www.fundacja.koszalin.pl> <frp@fundacja.koszalin.pl>.



**NIŻSZE SKŁADKI ZAKŁADU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH (ZUS) DLA OSÓB ROZPOCZYNAJĄCYCH DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ**

Osoby rozpoczynające działalność gospodarczą mogą przez pierwsze 24 miesiące prowadzenia firmy odprowadzać niższe składki na ubezpieczenia społeczne. Dotyczy to także osób, które w okresie ostatnich 60 miesięcy kalendarzowych przed dniem rozpoczęcia wykonywania działalności gospodarczej nie prowadziły pozarolniczej działalności. Podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne na przykład w 2018 r. dla osób, które planowały rozpocząć działalność gospodarczą, stanowiła zadeklarowana kwota, nie niższa jednak niż 30% kwoty minimalnego wynagrodzenia w 2018 r., czyli 2100 zł. Oprócz składek na ubezpieczenia społeczne każdy przedsiębiorca ma obowiązek opłacać składki na ubezpieczenie zdrowotne. Osoby, które zdecydują się wybrać obniżoną stawkę ZUS, po otrzymaniu potwierdzenia zgłoszenia do ZUS (rejestracja firmy w tzw. jednym okienku umożliwiła dokonanie tej czynności na formularzu CEIDG-1 w urzędzie gminy), muszą następnie zarejestrować się w ZUS jako osoby fizyczne zobowiązane do opłacania składek na ubezpieczenia społeczne: <<https://www.zus.pl/firmy/zgloszenie-platnika/firmy/zgloszenie-przedsiębiorcy-ceidg-1>>.







## Wsparcie dla rodzin

Rodziny z dziećmi na utrzymaniu mogą korzystać z pomocy państwa w postaci świadczeń pieniężnych wypłacanych na podstawie: ustawy o pomocy państwa w wychowywaniu dzieci; rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie szczegółowych warunków realizacji rządowego programu „Dobry start”; ustawy o świadczeniach rodzinnych; ustawy o pomocy osobom uprawnionym do alimentów.

**5 RODZINA  
500+**

Podstawową formę wsparcia rodzin wychowujących dzieci stanowi rządowy **program „Rodzina 500+”**, wprowadzony 1 kwietnia 2016 r. ustawą z 11 lutego 2016 r. o pomocy państwa w wychowywaniu dzieci (Dz.U. z 2018 r., poz. 2134, z późn. zm.).

Program „Rodzina 500+” to znacząca pomoc finansowa ze strony państwa, adresowana do rodzin wychowujących dzieci, przyznawana w postaci świadczenia wychowawczego w wysokości 500 zł na dziecko w wieku do ukończenia 18. roku życia.

Świadczenie wychowawcze na drugie i każde kolejne dziecko przysługuje rodzinom bez względu na ich dochód. Dla rodzin niżej uposażonych świadczenie wychowawcze przysługuje także na pierwsze dziecko,

definiowane jako jedyne, lub najstarsze dziecko w rodzinie w wieku do ukończenia 18. roku życia, jeżeli przeciętny miesięczny dochód rodziny w przeliczeniu na osobę nie przekracza kwoty 800 zł lub 1200 zł w przypadku rodzin z dzieckiem z niepełnosprawnością.



Planowane jest, że od 1 lipca 2019 r. świadczenie wychowawcze będzie przysługiwać także na pierwsze dziecko – bez kryterium dochodowego.

Kolejnym komponentem kompleksowej i długofalowej polityki rodzinnej jest **program „Dobry start”**, wprowadzony 1 czerwca 2018 r. rozporządzeniem Rady Ministrów w sprawie szczegółowych warunków realizacji rządowego programu „Dobry start” (Dz. U. z 2018 r., poz. 1061). Na jego podstawie jest przyznawane świadczenie „Dobry start” w wysokości 300 zł jednorazowo na uczące się w szkole dzieci w wieku od 7. do 20. roku życia (w przypadku dzieci z niepełnosprawnością do 24. roku życia) w związku z rozpoczynającym się rokiem szkolnym. Świadczenie przysługuje niezależnie od osiąganego dochodu.

**DOBRY  
START**  
300 dla ucznia



Do czasu wprowadzenia świadczenia wychowawczego w ramach programu „Rodzina 500+” zasadniczą formę wsparcia rodzin wychowujących dzieci stanowił system świadczeń rodzinnych. W ramach tego systemu, określonego w ustawie z 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych (Dz.U. z 2018 r., poz. 2220, z późn. zm.), rodzinom przysługują trzy kategorie świadczeń: **zasiłek rodzinny z dodatkami**,

## świadczenia związane z urodzeniem dziecka, świadczenia opiekuńcze.

**Zasiłek rodzinny** przysługuje do ukończenia przez dziecko: 18. roku życia lub nauki w szkole, jednak nie dłużej niż do ukończenia 21. roku życia, albo do 24. roku życia, jeżeli kontynuuje naukę w szkole lub w szkole wyższej i legitymuje się orzeczeniem o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności.



Warunkiem uzyskania prawa do pobierania zasiłku rodzinnego jest spełnienie kryterium dochodowego, które wynosi 674 zł miesięcznie na osobę w rodzinie lub 764 zł, jeśli członkiem rodziny jest dziecko z niepełnosprawnością. Osoby, którym przyznano prawo do zasiłku rodzinnego, mogą ubiegać się także o dodatki do zasiłku rodzinnego.

Należy podkreślić, że dodatki do zasiłku rodzinnego przysługują osobom, które spełniają określone warunki (w tym wymienione wyżej kryterium dochodowe) i dodatkowo ustawowe przesłanki dla każdego dodatku do zasiłku rodzinnego z następujących tytułów:

- **urodzenia dziecka** (1000 zł na dziecko – dodatek jednorazowy przysługuje do ukończenia przez dziecko 1. roku życia), warunkiem przyznania dodatku jest pozostawanie kobiety pod opieką medyczną nie później niż od 10. tygodnia ciąży do porodu;
- **opieki nad dzieckiem** w okresie korzystania z urlopu wychowawczego (400 zł miesięcznie, świadczenie wypłacane na podstawie uprawnienia pracownika do urlopu wychowawczego);
- **samotnego wychowywania dziecka** (193 zł miesięcznie na dziecko, nie więcej niż 386 zł na wszystkie dzieci; w przypadku dzieci z nie-

pełnosprawnościami kwotę dodatku zwiększa się o 80 zł, nie więcej niż o 160 zł na wszystkie dzieci); dodatek przysługuje osobie samotnie wychowującej dziecko, oznaczającej pannę, kawalera, wdowę, wdowca, osobę pozostającą w separacji orzeczonej prawomocnym wyrokiem sądu, osobę rozwiedzioną, chyba że wychowuje wspólnie co najmniej jedno dziecko z jego rodzicem; dodatek przysługuje z uwagi na okoliczność, gdy drugi z rodziców dziecka nie żyje, ojciec dziecka jest nieznanym albo też powództwo o ustalenie świadczenia alimentacyjnego od drugiego z rodziców zostało oddalone;

- **wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej** (95 zł miesięcznie na trzecie i każde kolejne dziecko w rodzinie uprawnionej do zasiłku rodzinnego);
- **kształcenia i rehabilitacji dziecka z niepełnosprawnością** (90 zł na dziecko do 5. roku życia, 110 zł – na dziecko od 5. do 24. roku życia; przysługuje na dziecko do ukończenia 16. roku życia, jeżeli legitymuje się orzeczeniem o niepełnosprawności, a do 24. roku życia – jeżeli ma orzeczenie o umiarkowanym lub znacznym stopniu niepełnosprawności);
- **rozpoczęcia roku szkolnego** (100 zł – świadczenie wypłacane raz w roku w związku z rozpoczęciem roku szkolnego albo rocznego przygotowania przedszkolnego);
- **podjęcia przez dziecko nauki poza miejscem zamieszkania;** przysługuje przez 10 miesięcy w roku w okresie pobierania nauki w wysokości 113 zł miesięcznie w związku z zamieszkiwaniem w miejscowości, w której znajduje się siedziba szkoły lub 69 zł miesięcznie w związku z dojazdem z miejsca zamieszkania do miejscowości, w której znajduje się siedziba szkoły.

Świadczeniami rodzinnymi związanymi z urodzeniem dziecka, a niezależnymi od prawa do pobierania zasiłku rodzinnego, są:

- **Jednorazowa zapomoga z tytułu urodzenia się dziecka** (1000 zł na dziecko – świadczenie jednorazowe; warunkiem jego otrzymania jest spełnienie kryterium dochodowego wynoszącego 1922 zł miesięcznie w przeliczeniu na osobę w rodzinie. Wniosek o wypłatę jednorazowej zapomogi składa się w terminie 12 miesięcy od dnia narodzin dziecka; jeśli wniosek dotyczy dziecka objętego opieką albo dziecka przysposobionego – w terminie 12 miesięcy od dnia objęcia dziecka opieką albo przysposobieniem, nie później niż do ukończenia przez nie 18. roku życia.
- **Zapomoga uchwalana przez gminę** – wypłacana przez gminę z jej środków własnych. Gmina sama decyduje, czy będzie dodatkowo realizować tego rodzaju świadczenie; ustala kryteria nabycia prawa do świadczenia oraz jego wysokość.
- **Świadczenie rodzicielskie** – (1000 zł miesięcznie) przysługuje rodzicom, którzy z powodu swojej sytuacji zawodowej nie mogą skorzystać z zasiłku macierzyńskiego lub uposażenia macierzyńskiego (przysługuje osobom, które urodziły dziecko, a które nie otrzymują zasiłku



macierzyńskiego lub uposażenia macierzyńskiego). Ze wsparcia tego korzystają przede wszystkim osoby bezrobotne, studenci oraz pracujący na umowę o dzieło. Świadczenie rodzicielskie nie jest uzależnione od kryterium dochodowego i przysługuje przez rok (52 tygodnie) po urodzeniu dziecka, a w przypadku urodzenia wieloraczków ten okres może być wydłużony nawet do 71 tygodni.

Ponadto w ramach świadczeń rodzinnych realizowane są trzy rodzaje **świadczeń opiekuńczych**, o które mogą ubiegać się m.in. rodzice wychowujący dziecko z niepełnosprawnością:

- **Zasiłek pielęgnacyjny** – w wysokości 184,42 zł miesięcznie, a od 1 listopada 2019 r. 215,84 zł miesięcznie – przysługuje dziecku z niepełnosprawnością, osobie z niepełnosprawnością w wieku powyżej 16. roku życia, jeżeli legitymuje się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności, oraz osobie, która ukończyła 75 lat. Przysługuje także osobie z niepełnosprawnością w wieku powyżej 16. roku życia, z orzeczeniem o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, jeżeli niepełnosprawność powstała przed ukończeniem 21. roku życia. Przysługuje bez względu na osiągnięty dochód przez okres legitymowania się odpowiednim orzeczeniem o niepełnosprawności lub na stałe osobom w wieku powyżej 75. roku życia. Nie przysługuje natomiast osobom uprawnionym do dodatku pielęgnacyjnego w ramach świadczenia emerytalno-rentowego.
- **Świadczenie pielęgnacyjne** – w wysokości 1583 zł miesięcznie – przysługuje matce albo ojcu, opiekunowi faktycznemu dziecka, osobie będącej rodziną zastępczą spokrewnioną oraz innym osobom, na których ciąży obowiązek alimentacyjny, jeżeli rezygnują z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej, i którzy sprawują opiekę nad dzieckiem z niepełnosprawnością, jeżeli niepełnosprawność powstała nie później niż do ukończenia 18. roku życia lub w trakcie nauki w szkole lub w szkole wyższej, jednak nie później niż do ukończenia 25. roku życia. Kwota świadczenia pielęgnacyjnego podlega corocznej waloryzacji o procentowy wzrost minimalnego wynagrodzenia za pracę.
- **Specjalny zasiłek opiekuńczy** – w wysokości 620 zł miesięcznie – przysługuje osobom niepodlegającym lub rezygnującym z zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w celu sprawowania opieki nad członkiem rodziny z niepełnosprawnością bez względu na wiek powstania niepełnosprawności. W praktyce specjalny zasiłek opiekuńczy należy się osobom, które nie spełniają warunków otrzymywania świadczenia pielęgnacyjnego, zwłaszcza warunku daty powstania w dzieciństwie niepełnosprawności osoby wymagającej opieki. Specjalny zasiłek opiekuńczy przysługuje po spełnieniu kryterium dochodowego, które wynosi 764 zł miesięcznie w przeliczeniu na osobę w rodzinie osoby sprawującej opiekę i osoby wymagającej opieki.

Prawo do tego świadczenia ustala się co do zasady na okres od 1 listopada do 30 października roku kolejnego.



Do systemu świadczeń rodzinnych wprowadzono również możliwość przyznania przez gminę **dodatkowego świadczenia na rzecz rodziny**. Gmina, biorąc pod uwagę lokalne potrzeby swoich mieszkańców w zakresie świadczeń na rzecz rodziny, może w drodze uchwały podjętej przez radę gminy ustanowić świadczenia na rzecz rodziny. Decyzja o tym, czy oraz w jakiej wysokości wprowadzić takie dodatkowe świadczenie, należy do wyłącznej właściwości rady gminy.

Ponadto dla osób uprawnionych do alimentów, a które ich nie otrzymują, ustawa z 7 września 2007 r. o pomocy osobom uprawnionym do alimentów (Dz.U. z 2018 r., poz. 554, z późn.) przewiduje wsparcie materialne, realizowane z budżetu państwa, w postaci **świadczenia z funduszu alimentacyjnego** – po spełnieniu określonych kryteriów. Prawo do świadczenia z funduszu alimentacyjnego przysługuje osobie uprawnionej do alimentów od rodzica na podstawie tytułu wykonawczego pochodzącego lub zatwierdzonego przez sąd, jeżeli egzekucja okazała się bezskuteczna.

Świadczenie to przysługują osobie uprawnionej do ukończenia przez nią 18. roku życia albo jeśli się uczy w szkole lub szkole wyższej – do ukończenia przez nią 25. roku życia, albo w przypadku posiadania orzeczenia o znacznym stopniu niepełnosprawności – bezterminowo.

Świadczenia z funduszu alimentacyjnego przysługują w wysokości na bieżąco ustalonych alimentów, jednakże nie więcej niż 500 zł miesięcznie. Przyznanie prawa do świadczenia z funduszu alimentacyjnego uzależnione

jest od spełnienia kryterium dochodowego wynoszącego obecnie 725 zł miesięcznie w przeliczeniu na osobę w rodzinie. Od 1 października 2019 r. kryterium to wynosić będzie 800 zł na osobę w rodzinie.

Opisane świadczenia wspierające rodziny z dziećmi są przyznawane na wniosek zainteresowanych. W celu uzyskania wiążącego rozstrzygnięcia w sprawie ustalenia do nich prawa należy złożyć w gminnym organie właściwym dla miejsca zamieszkania osoby ubiegającej się (najczęściej w ośrodku pomocy społecznej, urzędzie miasta/gminy lub innej jednostce organizacyjnej wyznaczonej w danej gminie do realizacji danych świadczeń) stosowny wniosek.

Formularze wniosków oraz załączników do wniosku, niezbędnych do przyznania prawa do świadczeń, udostępnia podmiot je realizujący. Przykładowe wzory wniosków i załączników są również dostępne na stronie „Biuletynu Informacji Publicznej Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej”: [www.gov.pl/web/rodzina/biuletyn-informacji-publicznej](http://www.gov.pl/web/rodzina/biuletyn-informacji-publicznej).

**emp@tia**

Portal Informacyjno-Usługowy

Istnieje także możliwość złożenia wniosku z ewentualnymi załącznikami drogą elektroniczną, przede wszystkim za pomocą tzw. emp@tia – systemu teleinformacyjnego utworzonego przez ministra właściwego do spraw rodziny. Ponadto w przypadku wniosków dotyczących ustalenia prawa do świadczenia wychowawczego i świadczenia „Dobry start” istnieje również możliwość złożenia tych wniosków za pośrednictwem banków krajowych.

Wyrazem szczególnej troski państwa o kobiety w ciąży, dzieci, u których zdiagnozowano powstałe w prenatalnym okresie rozwoju ciężkie i nieodwracalne upośledzenie albo nieuleczalną chorobę zagrażającą jego życiu, oraz o ich rodziny jest **program „Za życiem”** (ustawa z 4 listopada 2016 r. o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”, Dz.U. z 2016 r., poz. 1860). Świadczenie z tego programu, w wysokości 4000 zł, jest wypłacane z tytułu urodzenia się żywego dziecka, bez względu na dochód rodziny. Jednorazowe świadczenie przysługuje z tytułu urodzenia się żywego dziecka z ciężkim i nieodwracalnym upośledzeniem albo nieuleczalną chorobą zagrażającą życiu. Warunkiem otrzymania jednorazowego świadczenia jest złożenie wniosku o jego wypłatę w terminie 12 miesięcy od dnia narodzin dziecka. Wniosek złożony po terminie zostanie pozostawiony bez rozpoznania. Ponadto warunkiem otrzymania świadczenia jest posiadanie przez dziecko zaświadczenia lekarskiego potwierdzającego ciężkie i nieodwracalne upośledzenie albo nieuleczalną chorobę zagrażającą życiu, powstałe w prenatalnym okresie rozwoju dziecka lub w czasie porodu. Zaświadczenie takie może być tylko i wyłącznie wystawione przez lekarza ubezpieczenia zdro-

wotnego, w rozumieniu ustawy z 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych – posiadającego specjalizację II stopnia lub tytuł specjalisty w dziedzinie: położnictwa i ginekologii, perinatologii, neonatologii, neurologii dziecięcej, kardiologii dziecięcej lub chirurgii dziecięcej.



Matkom, które urodziły i wychowały przynajmniej czworo dzieci oraz osiągnęły wiek uprawniający do świadczeń emerytalnych (w niektórych przypadkach także ojcom) oraz którym nie przysługuje prawo do emerytury z tytułu ubezpieczenia emerytalnego i nie posiadają niezbędnych środków utrzymania, przyznane zostało prawo do rodzicielskiego świadczenia uzupełniającego (**program „Mama 4+”**). Świadczenie przysługuje w wysokości najniższej emerytury (od 1 marca 2019 r. w wysokości 1100 zł). Kwota ta będzie podlegała corocznej waloryzacji (podobnie jak emerytura).



Rodziny wielodzietne mogą skorzystać z dodatkowego wsparcia za pośrednictwem instrumentu, jakim jest **Karta Dużej Rodziny**. Celem Karty jest wspieranie rodzin wielodzietnych poprzez umożliwienie im dostępu do dóbr i usług na preferencyjnych warunkach. Rodziny wielodzietne posiadające ważną Kartę Dużej Rodziny uzyskują zniżki na przejazdy kolejowe (rodzice i małżonkowie rodziców), zniżki w opłacie paszportowej, darmowy wstęp do parków narodowych, a ponadto zniżki udzielane przez ponad 5 tysięcy Partnerów

TU HONORUJEMY  
KARTĘ DUŻEJ RODZINY  
[rodzina.gov.pl](http://rodzina.gov.pl)





Karty Dużej Rodziny (sklepy, stacje benzynowe, muzea, teatry, itp.), w prawie 22 tysiącach punktów w Polsce.



Od 1 stycznia 2019 r. prawo do posiadania Karty Dużej Rodziny przysługuje wszystkim rodzicom oraz małżonkom rodziców, którzy mają lub mieli na utrzymaniu łącznie co najmniej troje dzieci. Prawo do posiadania Karty Dużej Rodziny przysługuje także dzieciom – w wieku do 18. roku życia, w wieku do 25. roku życia, jeśli uczą się w szkole lub szkole wyższej, bez ograniczeń wiekowych w przypadku dzieci legitymujących się orzeczeniem o umiarkowanym lub znacznym stopniu niepełnosprawności – jeśli w chwili składania wniosku co najmniej troje dzieci spełnia te warunki.

Aby otrzymać Kartę Dużej Rodziny, należy złożyć wniosek w gminie właściwej miejscu zamieszkania członka lub członków rodziny. Do wniosku należy załączyć:

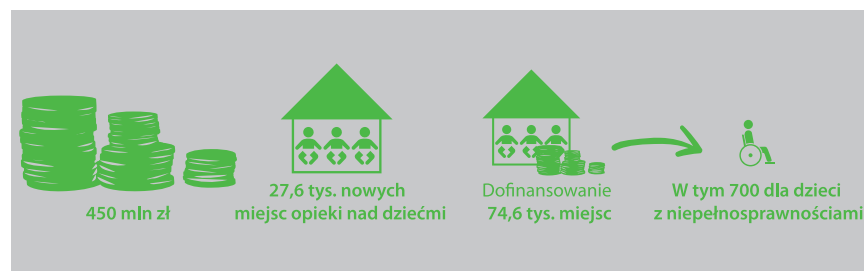
- w przypadku rodzica – oświadczenie, że rodzic miał lub ma na utrzymaniu łącznie co najmniej troje dzieci oraz że nie jest lub nie był pozbawiony władzy rodzicielskiej ani ograniczony we władzy rodzicielskiej przez umieszczenie dziecka w pieczy zastępczej w stosunku do co najmniej trojga dzieci;
- w przypadku dzieci w wieku powyżej 18. roku życia, które uczą się w szkole lub w szkole wyższej – oświadczenie o planowanym terminie ukończenia nauki w danej placówce;
- w przypadku dzieci umieszczonych w rodzinie zastępczej lub rodzinnym domu dziecka – oryginał lub odpis postanowienia o umieszczeniu w rodzinie zastępczej lub rodzinnym domu dziecka;
- w przypadku osób przebywających w dotychczasowej rodzinie zastępczej albo w rodzinnym domu dziecka, o których mowa w art. 37 ust. 2 ustawy z 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej – oświadczenie o pozostawaniu w dotychczasowej rodzinie zastępczej lub rodzinnym domu dziecka.

Wzór wniosku oraz wzory wymienionych wyżej oświadczeń są zamieszczone na stronie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej pod adresem: <<https://www.gov.pl/web/rodzina/wniosek-o-przyznanie-karty-duzej-rodziny-lub-wydanie-duplikatu>>. Wniosek można złożyć również elektronicznie za pośrednictwem Portalu Informacyjno-Uługowego Emp@tia: <<https://empatia.mpips.gov.pl>>.

Państwo wspiera rozwój placówek opieki nad małymi dziećmi (ustawa z 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3, Dz.U. z 2019 r. poz. 409), uwzględniając możliwość skorzystania z różnych form opieki instytucjonalnej i domowej. Opieka sprawowana przez



żłobek, klub dziecięcy oraz dziennego opiekuna podlega nadzorowi władz samorządowych. Opieka sprawowana przez nianię jest objęta preferencyjną zasadą uiszczania składek na ubezpieczenie emerytalne, rentowe, wypadkowe, zdrowotne przez ZUS (od podstawy stanowiącej kwotę do 50% minimalnego wynagrodzenia, pozostałą część składki uiszczają rodzice).



Formą wsparcia rozwoju instytucji opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 jest **program „Maluch+”**, w którego ramach, w trybie konkursowym, można otrzymać dofinansowanie (dotację celową) na tworzenie i funkcjonowanie miejsc opieki. Dysponentem budżetowych środków finansowych na realizację celów tego programu jest Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. W 2019 r. na realizację programu przeznaczono 450 mln zł. Zakwalifikowane do dofinansowania oferty złożone w tej edycji programu obejmują utworzenie 27,6 tys. miejsc opieki dla dzieci do lat 3 oraz dofinansowanie funkcjonowania prawie 74,6 tys. miejsc, w tym ponad 700 miejsc dla dzieci z niepełnosprawnościami lub wymagających szczególnej opieki.



## Koordinacja systemów zabezpieczenia społecznego

### KOORDYNACJA ŚWIADCZEŃ RODZINNYCH

Rodziny powracające z emigracji można podzielić na dwie grupy. Pierwsza z nich to te, których wszyscy członkowie wracają do kraju na stałe, czyli będą mieszkali na terytorium Polski i nikt z ich członków nie będzie podlegał ustawodawstwu innego państwa, np. z tytułu pracy. W takiej sytuacji rodziny te podlegają tylko i wyłącznie polskiemu ustawodawstwu oraz pobierają świadczenia na podstawie polskich przepisów prawa. Z kolei do drugiej grupy należą te rodziny, które decydują się na powrót do kraju, ale co najmniej jeden z ich członków, np. ojciec lub matka, pracuje za granicą. W takim wypadku mamy do czynienia z koordynacją systemów zabezpieczenia społecznego w zakresie świadczeń rodzinnych.

Koordinacja świadczenia wychowawczego przewidzianego ustawą z 11 lutego 2016 r. o pomocy państwa w wychowywaniu dzieci, jak i świadczeń rodzinnych, takich jak zasiłki rodzinne wraz z dodatkami, zgodnie



z ustawą z 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych, odbywa się w ramach państw członkowskich Unii Europejskiej i EFTA, w oparciu o rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 883/2004 z 29 kwietnia 2004 r. oraz rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 987/2009 z 16 września 2009 r.

Biorąc powyższe pod uwagę, należy stwierdzić, że wnioskodawca nie będzie mógł jednocześnie pobierać pełnej kwoty świadczeń rodzinnych w dwóch państwach członkowskich, jednak otrzyma najwyższą możliwą kwotę świadczeń, przewidzianą w ustawodawstwie jednego z tych państw. Działania te wynikają z zakazu kumulacji świadczeń o charakterze rodzinnym, przewidzianego w przepisach unijnych.

W przypadku świadczeń o charakterze rodzinnym, wypłacanych przez więcej niż jedno państwo członkowskie, **kolejność pierwszeństwa** jest następująca: w **pierwszej kolejności** świadczenia przyznawane są z tytułu **zatrudnienia lub pracy na własny rachunek, w drugiej** – z tytułu otrzymywania **emerytury lub renty** i w ostatniej – na podstawie miejsca zamieszkania (art. 68 rozporządzenia 883/04). Należy podkreślić, że państwo mające pierwszeństwo wypłaca pełną kwotę świadczeń rodzinnych (po spełnieniu kryteriów przewidzianych w jego ustawodawstwie), natomiast drugie państwo wypłaca dodatek dyferencyjny – różnicę – jeśli kwota świadczeń w tym państwie przewyższa świadczenia w pierwszym państwie. I tak, przykładowo, jeżeli ojciec dzieci pracowałby np. w Czechach, a matka nie podjęłaby zatrudnienia, a mieszkałaby z dziećmi w Polsce, wówczas krajem pierwszeństwa w wypłacie świadczeń byłoby Czechy, które – jak wspomniano wyżej – wypłacają pełną kwotę świadczeń rodzinnych, natomiast Polska wypłacałaby dodatek dyferencyjny, czyli różnicę, jeśli kwota polskich świadczeń przewyższa świadczenia



w Czechach. Składając wniosek o świadczenie w Polsce, wnioskodawca powinien poinformować organ właściwy (gminę) o zatrudnieniu/zamieszkaniu członka rodziny w państwie, które stosuje przepisy o koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego, co spowoduje przekazanie wniosku do rozpatrzenia przez instytucję właściwą, czyli urząd wojewódzki.

## ZASIŁEK DLA BEZROBOTNYCH

Kwestie dotyczące świadczeń dla bezrobotnych po okresie pracy w państwach UE/EFTA regulują przepisy rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 883/2004 z 29 kwietnia 2004 r. w sprawie koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego (Dz.Urz. UE L 166 z 30 kwietnia 2004 r., z późn. zm.; Dz.Urz. UE Polskie wydanie specjalne, rozdz. 5, t. 5, z późn. zm.) oraz rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 987/2009 z 16 września 2009 r. dotyczącego wykonywania rozporządzenia (WE) nr 883/2004 (Dz. Urz. UE L 284 z 30 października 2009 r., z późn. zm.).

Osoba powracająca z pracy za granicą w kraju UE/EFTA ma prawo do transferu zasiłku dla bezrobotnych w ramach przyznanego prawa do świadczeń w kraju ostatniego zatrudnienia. W tym celu przed wyjazdem z kraju ostatniego zatrudnienia powinna wystąpić o zasiłek dla bezrobotnych, a po nabyciu prawa do zasiłku – o wydanie dokumentu PD U2, który uprawnia do pobierania w Polsce zasiłku przyznanego za granicą. Możliwość transferowania zasiłku dotyczy osób spełniających następujące warunki:

- bezrobotny musi poszukiwać pracy w innym państwie członkowskim;
- osoba zainteresowana musi być uprawniona do świadczeń z tytułu bezrobocia;
- osoba zainteresowana nie może być studentem;
- osoba bezrobotna musi być zarejestrowana w urzędzie pracy przez minimum 4 tygodnie (urząd ten może uznaniowo skrócić wskazany okres, zwłaszcza gdy bezrobotny wyjeżdża z całą rodziną);
- przed wyjazdem bezrobotny musi złożyć odpowiedni wniosek we właściwym urzędzie pracy instytucji zagranicznej i zabrać ze sobą dokument PD U2; wniosek o wydanie dokumentu PD U2 powinien zawierać: pełny adres zamieszkania w kraju poszukiwania pracy wraz z kodem pocztowym (nie może to być adres poste restante czy schroniska lub pola namiotowego);
- bezrobotny musi poddać się procedurze kontrolnej w powiatowym urzędzie pracy w Polsce, właściwym dla miejsca zamieszkania, np. musi wykazywać przed właściwą instytucją, że aktywnie poszukuje pracy, musi stawiać się w tej instytucji na każde jej wezwanie itd.

Zasiłek transferowy przysługuje w przypadku krajów UE/EFTA przez trzy miesiące (może być przedłużony do 6 miesięcy) w wysokości ustalonej przez urząd pracy przyznający zasiłek. Aby przedłużyć transfer zasiłku, należy złożyć wniosek do urzędu zagranicznego przed upływem 3 miesięcy. Okres, w którym przyznano prawo do transferu świadczenia, nie może być dłuższy niż czas, na jaki przyznano zasiłek. Osoba transferująca zasiłek z zagranicy (państwa UE/EFTA) musi się zarejestrować w ciągu 7 dni od wyjazdu z państwa ostatniego zatrudnienia w powiatowym urzędzie pracy, właściwym dla miejsca zamieszkania w Polsce, jako osoba poszukująca pracy, i przedłożyć dokument U2 w wojewódzkim urzędzie pracy w celu potwierdzenia faktu rejestracji w kraju ostatniego zatrudnienia.

Osoba, która po okresie pracy w jednym z państw członkowskich UE/EFTA wróciła do Polski, nie może znaleźć zatrudnienia i nie ma prawa do transferu zasiłku, może starać się o prawo do świadczenia dla bezrobotnych dzięki zasadzie sumowania okresów ubezpieczenia i zatrudnienia.

**Podstawową zasadą jest jednak, aby ostatni okres ubezpieczeniowego zatrudnienia został spełniony przez tę osobę w Polsce.** Jeśli wymagany czas pracy i ubezpieczenia w Polsce był zbyt krótki, aby bezrobotny otrzymał prawo do zasiłku dla bezrobotnych, sumowanie, czyli dodanie do siebie lat i miesięcy pracy we wszystkich krajach UE/EFTA, pozwala uzyskać wymagany okres, aby nabyć prawo do zasiłku w Polsce.

Od tej zasady sumowania okresów pracy za granicą **wyłącznie po spełnieniu ostatniej pracy w Polsce** istnieje jeden wyjątek, który stanowi, że bezrobotny, który w okresie swojego ostatniego zatrudnienia lub pracy na własny rachunek za granicą zamieszkiwał w innym państwie członkowskim niż państwo wykonywania pracy i który nadal mieszka w tym państwie lub powróci do tego państwa, może ubiegać się o zasiłek dla bezrobotnych zgodnie z ustawodawstwem tego państwa, tak jakby był tam ostatnio zatrudniony. Oznacza to, że taka osoba (po niezbyt długim pobycie za granicą) i powrocie do Polski mogłaby się ubiegać o zasiłek dla bezrobotnych w kraju.

Należy jednak zaznaczyć, że aby bezrobotny mógł korzystać ze świadczeń dla bezrobotnych w państwie, w którym nie był ostatnio zatrudniony (czyli w Polsce) musi udokumentować fakt **zamieszkania w Polsce podczas zatrudnienia w innym państwie członkowskim**. W myśl przepisów europejskich „miejsce zamieszkania” definiuje się jako „miejsce, w którym osoba zwykle przebywa”.

Zwykłe miejsce zamieszkania ustala się w oparciu o indywidualną ocenę sytuacji życiowej według określonych kryteriów: długość i ciągłość pobytu

w obu państwach, charakter pracy, sytuacja rodzinna, sytuacja mieszkaniowa, rezydencja podatkowa, prowadzenie działalności o charakterze niezarobkowym. W przypadku studentów bierze się pod uwagę również źródła ich dochodu.

**UWAGA:** Aby okres przepracowany w jednym z krajów członkowskich UE lub EFTA mógł zostać zaliczony do okresu wymaganego do przyznania prawa do polskiego zasiłku dla bezrobotnych, należy uzyskać w tym państwie dokument PD U1 (wcześniej E301). Jest on jedynym uznawanym dokumentem potwierdzającym okresy ubezpieczenia lub zatrudnienia przebyte w tych państwach. Z wnioskiem o wydanie formularza należy wystąpić do instytucji odpowiedzialnej w danym państwie za przyznanie i wypłacanie zasiłków dla bezrobotnych. Jeśli działanie takie nie zostało podjęte, wojewódzki urząd pracy w Polsce, po złożeniu przez bezrobotnego dokumentów wydanych przez zagranicznego pracodawcę, uzyska te informacje na specjalnych dokumentach SED od instytucji właściwej odpowiedniego państwa UE.



Jeśli natomiast po powrocie do Polski osoba podjęła pracę i ją utraciła, powinna się zarejestrować w powiatowym urzędzie pracy jako osoba bezrobotna oraz złożyć tam wszelkie dokumenty konieczne do przyznania prawa do zasiłku wraz z dokumentem PD U1. Po rejestracji w powiatowym urzędzie pracy należy zgłosić się do wojewódzkiego urzędu pracy, który podejmie decyzję w sprawie przyznania prawa do zasiłku dla bezrobotnych na zasadach koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego. Jeśli okaże się, że osoba pracowała w jednym z krajów UE lub EFTA i nie posiada formularza U1, to potwierdzenie okresu ubezpieczenia uzyska



za nią wojewódzki urząd pracy. Urząd ten występuje (za pośrednictwem dokumentu SED U001) do zagranicznej instytucji właściwej o potwierdzenie przebytych tam okresów zatrudnienia, ubezpieczenia lub pracy na własny rachunek. Dla potwierdzenia tych okresów osoba musi przedłożyć w wojewódzkim urzędzie pracy zaświadczenia potwierdzające zatrudnienie/ ubezpieczenie/ pracę na własny rachunek (np. świadectwa pracy, umowy o pracę, rozliczenia podatkowe, odcinki wypłat). Zagraniczna instytucja właściwa wystawia i przesyła do wojewódzkiego urzędu pracy dokument SED U002. Taki dokument stanowi podstawę do wydania stosownej decyzji dot. osobie bezrobotnej i nie jest wydawany bezpośrednio osobie bezrobotnej.

Uprawnionym osobom bezrobotnym zarejestrowanym w urzędzie pracy przysługuje zasiłek w wysokości: 847,80 zł miesięcznie w ciągu pierwszych 90 dni posiadania prawa do zasiłku; 665,70 zł miesięcznie w ciągu kolejnych dni posiadania prawa do zasiłku.

Okres pobierania zasiłku wynosi: 180 dni – dla bezrobotnych zamieszkałych w okresie pobierania zasiłku na obszarze powiatu, jeżeli stopa bezrobocia na tym obszarze w dniu 30 czerwca roku poprzedzającego dzień nabycia prawa do zasiłku nie przekraczała 150% przeciętnej stopy bezrobocia w kraju; 365 dni – dla bezrobotnych:

- zamieszkałych w czasie pobierania zasiłku na obszarze powiatu, jeżeli stopa bezrobocia na tym obszarze w dniu 30 czerwca roku poprzedzającego dzień nabycia prawa do zasiłku przekraczała 150% przeciętnej stopy bezrobocia w kraju lub
- powyżej 50. roku życia oraz posiadających jednocześnie co najmniej 20-letni okres uprawniający do zasiłku lub
- którzy mają na utrzymaniu co najmniej jedno dziecko w wieku do 15 lat, a małżonek bezrobotnego jest także bezrobotny i utracił prawo do zasiłku z powodu upływu okresu jego pobierania po dniu nabycia prawa do zasiłku przez tego bezrobotnego lub
- samotnie wychowujących co najmniej jedno dziecko w wieku do 15 lat.

Pozostałe obowiązujące, stawki, kwoty i wskaźniki dostępne są na stronie internetowej pod adresem: <<https://www.gov.pl/web/rodzina/obowiazujace-stawki-kwoty-i-wskazniki>>.

### **ZASADA SUMOWANIA OKRESÓW UBEZPIECZENIA LUB ZATRUDNIENIA PRZEBYTYCH W JEDNYM Z PAŃSTW CZŁONKOWSKICH UE/EFTA ORAZ W MACEDONII I UKRAINIE**

Zasada sumowania okresów ubezpieczenia i zatrudnienia gwarantuje, że ktoś, kto przenosi swoje miejsce zamieszkania z innego państwa do Polski, ma ochronę na wypadek bezrobocia. Podstawową zasadą jest jednak, aby ostatni

okres ubezpieczonego zatrudnienia został spełniony przez tę osobę w Polsce. Jeśli wymagany czas pracy i ubezpieczenia w Polsce był zbyt krótki, by bezrobotny otrzymał prawo do zasiłku dla bezrobotnych, sumowanie, czyli dodanie do siebie lat i miesięcy pracy we wszystkich krajach UE/EFTA, pozwala uzyskać wymagany okres, by nabyć prawo do zasiłku w Polsce.

Oznacza to, że do okresu uprawniającego do zasiłku zalicza się także okresy zatrudnienia lub ubezpieczenia przebyte w innych państwach UE/EFTA. Dokumentem potwierdzającym okresy ubezpieczenia lub zatrudnienia spełnione za granicą jest dokument PD U1, o którego wydanie bezrobotny może sam wystąpić do instytucji państwa ostatniego zatrudnienia. Jeśli osoba bezrobotna tego nie robi, instytucja właściwa w Polsce (czyli wojewódzki urząd pracy właściwy ze względu na miejsce zamieszkania osoby bezrobotnej) uzyska te informacje na specjalnych dokumentach SED od instytucji właściwej odpowiedniego państwa UE/EFTA.

Należy dodać, że zasada sumowania okresów pracy dotyczy także państw, z którymi Rzeczpospolita Polska zawarła umowy o zabezpieczeniu społecznym, czyli Republiki Macedonii i Ukrainy. Także w tym wypadku warunkiem sumowania okresów spełnionych w wymienionych państwach jest przepracowanie ostatniego okresu w Polsce. Dokumentami potwierdzającymi okresy pracy w tych państwach są: dla Ukrainy – dokument UA/PL, dla Macedonii – dokument PL/MK14. Do uzyskania tych dokumentów jest zobowiązana osoba bezrobotna. Więcej informacji: <<https://www.gov.pl/web/rodzina/dsz-wykaz-umow-o-zabezpieczeniu-spoiecznym>>.



Od zasady sumowania okresów pracy za granicą wyłącznie po spełnieniu ostatniej pracy w Polsce istnieje jeden wyjątek. Stanowi on, że bezrobotny, który w okresie swojego ostatniego zatrudnienia lub pracy na własny rachunek za granicą zamieszkiwał w innym państwie członkowskim niż państwo wykonywania pracy i który nadal mieszka w tym państwie lub powróci do tego państwa, może ubiegać się o zasiłek dla bezrobotnych zgodnie z ustawodawstwem tego państwa, tak jakby był tam ostatnio zatrudniony. Oznacza to, że taka osoba (po niezbyt długim pobycie za granicą) i powrocie do Polski mogłaby się ubiegać o zasiłek dla bezrobotnych w kraju.

Należy jednak zaznaczyć, że aby bezrobotny mógł korzystać ze świadczeń dla bezrobotnych w państwie, w którym nie był ostatnio zatrudniony (czyli w Polsce), musi udokumentować fakt zamieszkania w Polsce podczas zatrudnienia w innym państwie członkowskim. Należy uwzględnić także fakt, że prawodawca europejski, jako ten, który ustanowił zasadę i wyjątek, jest uprawniony do ustanowienia granic tego wyjątku. Elementem tego ograniczenia jest zdefiniowanie pojęcia miejsca zamieszkania.

Instytucjami właściwymi do realizacji zadań wynikających z koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego w zakresie świadczeń dla bezrobotnych w Polsce są wojewódzkie urzędy pracy, właściwe ze względu na miejsce zamieszkania osoby bezrobotnej.

### KOORDYNACJA ŚWIADCZEŃ EMERYTALNO-RENTOWYCH

Koordynację świadczeń z tytułu zabezpieczenia społecznego, w tym koordynację świadczeń emerytalnych i rentowych w ramach Unii Europejskiej oraz krajów EFTA regulują rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 883/2004 oraz 987/2009. Regulacje te dotyczą obywateli UE/EFTA (jak również bezpaństwowców, uchodźców), którzy podlegają lub podlegali ustawodawstwu jednego lub kilku państw członkowskich oraz członków ich rodzin i osoby pozostałe przy życiu. Przepisy te mają zatem zastosowanie zarówno w odniesieniu do osób, które pracowały w co najmniej dwóch państwach członkowskich lub pracowały w jednym państwie członkowskim (np. w Niemczech), ale mieszkają w innym (np. w Polsce).

Unijne przepisy dotyczące koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego w zakresie świadczeń emerytalno-rentowych nie mają zastosowania do osób, które pracowały i mieszkają wyłącznie w Polsce. Warunkiem uzyskania uprawnień do emerytury lub renty w danym państwie członkowskim jest wypełnienie wymogów uzyskania prawa do świadczeń w świetle przepisów tego państwa. Osoba, która była ubezpieczona w różnych państwach członkowskich, może uzyskać świadczenie z każ-

dego z nich. Wysokość świadczenia ustala instytucja ubezpieczeniowa każdego państwa UE/EFTA w oparciu o ustawodawstwo krajowe – z uwzględnieniem unijnych przepisów o koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego.

W ramach koordynacji świadczeń emerytalno-rentowych obowiązuje zasada sumowania okresów ubezpieczenia w innych państwach członkowskich. Jeżeli więc osoba ubiegająca się o przyznanie emerytury lub renty w Polsce ma okresy składkowe i nieskładkowe zbyt krótkie do nabycia uprawnień do świadczeń na podstawie polskich przepisów prawnych, do okresów ubezpieczenia dolicza się czas ubezpieczenia przebyty w innych państwach członkowskich.



Jeśli w danym państwie ustalono prawo do świadczenia z uwzględnieniem okresów ubezpieczenia lub zamieszkania, przebytych w innych państwach członkowskich, świadczenie jest obliczane i wypłacane w wysokości częściowej, odpowiadającej proporcji tych okresów ubezpieczenia, przebytych w danym państwie członkowskim, do łącznych okresów ubezpieczenia we wszystkich zainteresowanych państwach członkowskich.

Emerytury i renty przysługujące z instytucji ubezpieczeniowej danego państwa osobom uprawnionym, zamieszkałym w innym państwie członkowskim, mogą być – na wniosek zainteresowanego – przekazywane do jego państwa zamieszkania.



Złożenie wniosku w instytucji jednego z państw wystarczy, aby uruchomić postępowania o przyznanie świadczeń emerytalno-rentowych we wszystkich państwach, w których zainteresowany był ubezpieczony. Data złożenia wniosku w instytucji danego państwa jest wiążąca dla wszystkich instytucji ustalających uprawnienia do tych świadczeń.

Powracający z zagranicy Polacy nie tracą uprawnień do świadczeń emerytalnych lub rentowych wynikających z ich pracy lub pobytu w innych państwach członkowskich UE/EFTA.



## Pomoc społeczna

Świadczenia pomocy społecznej w Polsce są kierowane do osób w trudnej sytuacji życiowej i o niskich dochodach, a zasady i zakres przyznawanej pomocy określa ustawa z 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz.U. z 2018 r. poz. 1508, z późn. zm). Wsparcia udziela się obywatelom polskim z powodu m.in.: ubóstwa; sieroctwa; bezdomności; bezrobocia; niepełnosprawności; długotrwałej lub ciężkiej choroby; przemocy w rodzinie; potrzeby ochrony ofiar handlu ludźmi; potrzeby ochrony macierzyństwa lub wielodzietności; bezradności w sprawach opiekuńczo-wychowawczych i prowadzenia gospodarstwa domowego, zwłaszcza w rodzinach niepełnych lub wielodzietnych; trudności w integracji cudzoziemców, którzy uzyskali w Rzeczypospolitej Polskiej status uchodźcy, ochronę uzupełniającą lub zezwolenie na pobyt czasowy udzielone w związku z okolicznością, o której mowa w art. 159 ust. 1 pkt 1 lit. c lub d ustawy z 12 grudnia 2013 r. o cudzoziemcach; trudności w przystosowaniu do życia po zwolnieniu z zakładu karnego; alkoholizmu lub narkomanii; zdarzenia losowego i sytuacji kryzysowej; klęski żywiołowej lub ekologicznej.

Ponadto obowiązuje tzw. kryterium dochodowe, warunkujące możliwość otrzymywania świadczeń zależnie od wysokości dochodów w rodzinie, przeliczonych na osobę. Prawo do świadczeń pieniężnych przysługuje:

- osobie samotnie gospodarującej, której dochód nie przekracza kwoty 701 zł na miesiąc;
- osobie w rodzinie, w której dochód na osobę nie przekracza kwoty 528 zł na miesiąc;
- rodzinie, której dochód nie przekracza sumy kwot kryterium dochodowego na osobę w rodzinie.

**Świadczenia z pomocy społecznej mają charakter pieniężny i niepieniężny.** O przyznanie należy wystąpić (zgłosić się) do ośrodka pomocy społecznej (OPS) właściwego ze względu na miejsce zamieszkania lub – w przypadku wybranych świadczeń – do powiatowego centrum pomocy rodzinie. W przypadkach szczególnie uzasadnionych sytuacją osobistą oraz w sprawach niecierpiących zwłoki właściwą jest gmina miejsca pobytu.

Przed przyznaniem pomocy pracownik socjalny OPS w miejscu zamieszkania poznaje sytuację wnioskodawcy i jego rodziny, przeprowadzając wywiad środowiskowy. Świadczenia pieniężne mają formę zasiłków, natomiast wsparcie niepieniężne przyjmuje wielorakie formy (usługi, przyznanie posiłków, mieszkania czy poradnictwo).

**Świadczenia pieniężne** z pomocy społecznej obejmują:

- **zasiłek stały** – przyznawany osobom samotnie gospodarującym i osobom w rodzinie całkowicie niemogącym pracować z powodu wieku lub niepełnosprawności;
- **zasiłek okresowy** – przyznawany osobom samotnie gospodarującym lub rodzinom ze względu między innymi na długotrwałą chorobę, niepełnosprawność, bezrobocie, możliwość utrzymania lub nabycia uprawnień do świadczeń z innych systemów zabezpieczenia społecznego; ośrodek pomocy społecznej ustala okres przyznawania zasiłku okresowego na podstawie okoliczności danej sprawy;
- **zasiłek celowy** – przyznawany w celu zaspokojenia niezbędnej potrzeby bytowej; w szczególności może być przyznany na pokrycie części lub całości kosztów zakupu żywności, leków i leczenia, odzieży, opału, niezbędnych przedmiotów użytku domowego, drobnych remontów i napraw w mieszkaniu, a także kosztów pogrzebu; może być przyznany osobie samotnie gospodarującej albo rodzinie w związku ze stratami w wyniku zdarzenia losowego, np. śmierci lub wypadku, a także w wyniku klęski żywiołowej lub ekologicznej;
- **opłacanie składek na ubezpieczenie emerytalne i rentowe** za osobę, która zrezygnuje z zatrudnienia w związku z koniecznością sprawowania bezpośredniej, osobistej opieki nad długotrwale chorym członkiem rodziny oraz wspólnie zamieszkującymi matką, ojcem lub rodzeństwem;
- **specjalny zasiłek celowy, zasiłek okresowy, zasiłek celowy lub pomoc rzeczowa** przyznawany w szczególnie uzasadnionych

przypadkach osobie lub rodzinie o dochodach przekraczających kryterium dochodowe;

- **wynagrodzenie** należne opiekunowi z tytułu sprawowanej opieki przyznane przez sąd.

Gmina może przyznać osobie samotnie gospodarującej lub rodzinie pomoc w formie rzeczowej lub pieniężnej w celu ekonomicznego usamodzielnienia się. Pomoc w formie pieniężnej może być przyznana jako: jednorazowy zasiłek celowy czy nieoprocentowana pożyczka.

Pomoc w formie rzeczowej polega na udostępnieniu maszyn i narzędzi pracy, umożliwiających zorganizowanie własnego warsztatu pracy, oraz urządzeń ułatwiających pracę osobom z niepełnosprawnościami.



**Świadczenia niepieniężne** z pomocy społecznej obejmują między innymi:

- pracę socjalną, mającą pomóc funkcjonować rodzinom w środowisku społecznym;
- bilet kredytowy;
- składki na ubezpieczenie zdrowotne;
- składki na ubezpieczenie społeczne;
- pomoc rzeczową, w tym na ekonomiczne usamodzielnienie;
- sprawienie pogrzebu;
- poradnictwo specjalistyczne (np. poradnictwo prawne, poradnictwo psychologiczne i rodzinne);
- interwencję kryzysową, w której ramach udziela się specjalistycznej pomocy psychologicznej, poradnictwa socjalnego lub prawnego, w sytuacjach uzasadnionych – schronienia do 3 miesięcy;



- schronienie – przez przyznanie tymczasowego schronienia w noclegowni, schronisku dla osób bezdomnych albo schronisku dla osób bezdomnych z usługami opiekuńczymi;
- przyznanie darmowego posiłku czy niezbędnego ubrania;
- usługi opiekuńcze lub specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania przysługujące osobie samotnej, która z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymaga pomocy innych osób, a jest jej pozbawiona;
- przyznanie mieszkania chronionego osobie pełnoletniej, która ze względu na trudną sytuację życiową, wiek, niepełnosprawność lub chorobę potrzebuje wsparcia w funkcjonowaniu w codziennym życiu, ale nie wymaga usług w zakresie świadczonej przez jednostkę całodobowej opieki;
- przyznanie pobytu i usług w domu pomocy społecznej osobie wymagającej całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, niemogącej samodzielnie funkcjonować w codziennym życiu, której nie można zapewnić niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych;
- pomoc w uzyskaniu odpowiednich warunków mieszkaniowych, w tym w mieszkaniu chronionym; pomocy w uzyskaniu zatrudnienia, pomocy w zagospodarowaniu – w formie rzeczowej dla osób usamodzielnianych.

Świadczenia z pomocy społecznej przyznawane są i wypłacane co miesiąc, od tego miesiąca, w którym został złożony wniosek wraz z wymaganą dokumentacją.

W razie jakichkolwiek wątpliwości można zwrócić się do pracownika socjalnego ośrodka pomocy społecznej lub powiatowego centrum pomocy rodzinie o udzielenie pomocy lub informacji.

W ramach pomocy społecznej świadczone są również usługi opieki dziennej w ośrodkach wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi, dziennej domach opieki, domach opieki dla samotnych matek i matek w ciąży, schroniskach dla bezdomnych oraz klubach samopomocy.

Usługi opieki całodobowej świadczone są w domach pomocy społecznej. Usługi te są skierowane do osób starszych, osób przewlekle somatycznie chorych, osób przewlekle psychicznie chorych, dorosłych, dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną, osób z niepełnosprawnościami fizycznymi i osób uzależnionych od alkoholu. Decyzję o skierowaniu do domu pomocy społecznej podejmuje ośrodek pomocy społecznej na podstawie wywiadu środowiskowego. Opiekę całodobową można otrzymać również w rodzinnych domach pomocy.

Wsparcie osób szczególnie wymagających pomocy z tytułu zagrożenia ubóstwem i wykluczeniem społecznym jest udzielane w ramach specjal-

nych, ogólnopolskich programów, m.in.:

- programu „**Pokonać bezdomność**”, mającego na celu zapobieganie bezdomności, aktywizację osób bezdomnych, wsparcie w świadczeniu usług dla osób bezdomnych oraz wdrażanie nowych rozwiązań w zakresie pomocy osobom bezdomnym;
- programu „**Posiłek w szkole i w domu**”, w ramach którego przewidziano wsparcie finansowe dla gmin oferujących posiłki dla dzieci i młodzieży z rodzin o niskich dochodach i znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej, osób starszych i z niepełnosprawnościami;
- programu „**Opieka 75+**”, w ramach którego gminy poniżej 60 tys. mieszkańców mogą starać się o dofinansowanie świadczenia usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób starszych, powyżej 75. roku życia.

**POSILEK**  
W SZKOLE I W DOMU

**75+**  
OPIEKA





## Wsparcie osób z niepełnosprawnościami

### ORZECANIE O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Uzyskanie statusu osoby z niepełnosprawnością jest podstawą do ubiegania się o szereg form wsparcia. Zakres udzielanej pomocy i prowadzoną politykę państwa w tym obszarze określają krajowe dokumenty prawne.

Niepełnosprawność w polityce społecznej państwa jest kategorią prawną i zgodnie z ustawą z 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz.U. z 2018 r., poz. 511, z późn. zm.) „oznacza trwałą lub okresową niezdolność do wypełniania ról społecznych z powodu stałego lub długotrwałego naruszenia sprawności organizmu, w szczególności powodującą niezdolność do pracy”.

Orzecznictwo o niepełnosprawności uwzględnia zarówno fizyczne, psychiczne, jak i społeczne aspekty funkcjonowania człowieka. Opiera się na biopsychosocjalnym modelu niepełnosprawności, zbieżnym z koncepcją

i założeniami Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF). Jest więc oceną ograniczeń możliwości funkcjonowania w życiu społecznym i zawodowym – będących następstwem naruszenia sprawności organizmu.

W świetle obowiązujących przepisów wydaje się orzeczenia o: zakwalifikowaniu do jednego z trzech stopni niepełnosprawności (**lekkiego, umiarkowanego, znacznego**) dla osób po 16. roku życia; niepełnosprawności dla osób do 16. roku życia.

Zgodnie z zapisami przywołanej ustawy z 27 sierpnia 1997 r. osoby, które nie ukończyły 16. roku życia, są zaliczane do osób z niepełnosprawnościami, jeżeli mają naruszoną sprawność fizyczną lub psychiczną o przewidywanym okresie trwania powyżej 12 miesięcy z powodu wady wrodzonej, długotrwałej choroby lub uszkodzenia organizmu, skutkującą koniecznością zapewnienia im całkowitej opieki lub pomocy w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych.

Do **znacznego stopnia niepełnosprawności** zalicza się osobę z naruszoną sprawnością organizmu, niezdolną do pracy albo zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chronionej oraz wymagającą, w celu pełnienia ról społecznych, stałej lub długotrwałej opieki i pomocy innych osób w związku z niezdolnością do samodzielnej egzystencji.

Do **umiarkowanego stopnia niepełnosprawności** zalicza się osobę z naruszoną sprawnością organizmu, niezdolną do pracy albo zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chronionej lub wymagającą czasowej albo częściowej pomocy innych osób w celu pełnienia ról społecznych.

Do **lekkiego stopnia niepełnosprawności** zalicza się osobę o naruszonej sprawności organizmu, powodującej w sposób istotny obniżenie zdolności do wykonywania pracy, w porównaniu do zdolności, jaką wykazuje osoba o podobnych kwalifikacjach zawodowych z pełną sprawnością psychiczną i fizyczną lub mającą ograniczenia w pełnieniu ról społecznych, dające się kompensować przy pomocy wyposażenia w przedmioty ortopedyczne, środki pomocnicze lub środki techniczne.

Organami właściwymi do orzekania o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności są:

- powiatowe zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności – organy w I instancji;
- wojewódzkie zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności – organy w II instancji.



Wniosek o wydanie orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności może złożyć: osoba zainteresowana; przedstawiciel ustawowy osoby zainteresowanej (dotyczy to przede wszystkim dzieci oraz osób ubezwłasnowolnionych); kierownik ośrodka pomocy społecznej, jeśli posiada zgodę osoby zainteresowanej lub jej przedstawiciela ustawowego.



W przypadku orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności do wniosku należy dołączyć:

- dokumentację medyczną (historię choroby, karty informacyjne leczenia szpitalnego, wyniki dodatkowych badań diagnostycznych, dokumentację medyczną z przebiegu leczenia ambulatoryjnego, wyniki dodatkowych badań diagnostycznych, konsultacje specjalistyczne itp.);
- zaświadczenie lekarskie zawierające opis stanu zdrowia, wydane w ciągu 30 dni od dnia złożenia wniosku przez lekarza, pod którego opieką lekarską znajduje się osoba ubiegająca się o orzeczenie; w przypadku ubiegania się o orzeczenie stopnia niepełnosprawności zaświadczenie powinno zawierać dodatkowo rozpoznanie choroby zasadniczej i chorób współistniejących potwierdzone wynikami badań diagnostycznych;
- inne dokumenty mające wpływ na ustalenie niepełnosprawności lub stopnia niepełnosprawności.

W przypadku wskazania do ulg i uprawnień do wniosku należy dołączyć:

- ocenę aktualnego stanu zdrowia, wydaną przez lekarza członka powiatowego zespołu ds. orzekania o stopniu niepełnosprawności;
- dokumentację medyczną (historię choroby, karty informacyjne leczenia szpitalnego, dokumentację medyczną z przebiegu leczenia ambu-

latoryjnego, wyniki dodatkowych badań diagnostycznych, konsultacje specjalistyczne itp.);

- orzeczenie o inwalidztwie lub niezdolności do pracy;
- inne dokumenty mające wpływ na ustalenie wskazań do ulg i uprawnień.

Wniosek o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności powinien być rozpatrzony nie później niż w ciągu miesiąca od dnia jego złożenia, a w przypadkach bardziej skomplikowanych nie powinno to trwać dłużej niż 2 miesiące. O każdym przypadku niedotrzymania wymienionych terminów powiatowy zespół ds. orzekania o niepełnosprawności jest zobowiązany zawiadomić wnioskodawcę, podając przyczyny opóźnienia i nowy termin rozpatrzenia sprawy.

Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności jest wydawane na czas określony lub na stałe, natomiast niepełnosprawność dziecka orzeka się na czas określony, jednak nie dłuższy niż do ukończenia 16. roku życia.

Przed upływem ważności posiadanego orzeczenia można wydać nowe, jeżeli stan zdrowia osoby chcącej uzyskać wyższy stopień niepełnosprawności uległ zmianie w stosunku do stanu zdrowia będącego przedmiotem orzekania, uwzględniającego tę zmianę. Procedura ubiegania się o wydanie przedmiotowego orzeczenia jest analogiczna do tej, która obowiązuje przy ubieganiu się o wydanie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, z zastrzeżeniem, iż dołączona do wniosku dokumentacja medyczna powinna wskazywać na zmianę stanu zdrowia osoby zainteresowanej. Od tak wydanego orzeczenia przysługuje droga odwoławcza.

Korzystając z ulg i uprawnień na co dzień, osoby z niepełnosprawnościami posługują się legitymacją osoby z niepełnosprawnością, uprawniającą m.in. do ulgowych przejazdów środkami publicznego transportu zbiorowego na podstawie przepisów ustawy z 20 czerwca 1992 r. o uprawnieniach do ulgowych przejazdów środkami publicznego transportu zbiorowego (Dz.U. z 2018 r., poz. 295), ale też zniżek w dostępie do usług w obszarze m.in.: sportu, kultury i turystyki, świadczonych przez jednostki organizacyjne samorządu terytorialnego.

## REHABILITACJA SPOŁECZNA

Ustawa z 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz.U. z 2018 r., poz. 511, z późn. zm.) przewiduje szereg instrumentów służących wsparciu osoby z niepełnosprawnością. Pomoc ta jest realizowana ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON).

Należy podkreślić, że wsparcie musi być ściśle związane z indywidualnymi potrzebami osoby z niepełnosprawnością oraz faktyczną możliwością osiągnięcia celów rehabilitacji, o których mowa w przywołanej ustawie. Zgodnie bowiem z jej art. 7 rehabilitacja osób z niepełnosprawnościami oznacza zespół działań, w szczególności organizacyjnych, leczniczych, psychologicznych, technicznych, szkoleniowych, edukacyjnych i społecznych, zmierzających do osiągnięcia, przy aktywnym uczestnictwie tych osób, możliwie najwyższego poziomu ich funkcjonowania, jakości życia i integracji społecznej. Rehabilitacja lecznicza osób z niepełnosprawnościami odbywa się na podstawie odrębnych przepisów.



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

Osoba z niepełnosprawnością może raz w roku ubiegać się w **powiatowym centrum pomocy rodzinie (PCPR)** o dofinansowanie kosztów uczestnictwa w turnusie rehabilitacyjnym. W przypadku osób z umiarkowanym lub znacznym stopniem niepełnosprawności oraz osób z niepełnosprawnościami, które nie ukończyły 16 lat, dofinansowanie przysługuje również opiekunowi.

Wysokość dofinansowania wynosi:

- 30% przeciętnego wynagrodzenia dla osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności, a także dla dziecka z niepełnosprawnością w wieku do 16. roku życia oraz osoby z niepełnosprawnością w wieku 16–24 lat uczącej się i niepracującej – bez względu na stopień niepełnosprawności;
- 27% przeciętnego wynagrodzenia – dla osoby z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności;
- 25% przeciętnego wynagrodzenia – dla osoby z lekkim stopniem niepełnosprawności;
- 20% przeciętnego wynagrodzenia dla opiekuna osoby z niepełnosprawnością oraz w przypadku osoby z niepełnosprawnością zatrudnionej w zakładzie pracy chronionej – niezależnie od posiadanego stopnia niepełnosprawności.

W przypadku szczególnie trudnej sytuacji życiowej dofinansowanie dla osoby z niepełnosprawnością lub dofinansowanie uczestnictwa jej opiekuna może zostać podwyższone do 40% przeciętnego wynagrodzenia, jeśli pozostaje on we wspólnym gospodarstwie domowym z osobą z niepełnosprawnością lub osoba ta ponosi koszty jego uczestnictwa w turnusie.

Na podstawie obowiązujących przepisów osoba z niepełnosprawnością może ubiegać się również w powiatowym centrum pomocy rodzinie o dofinansowanie ze środków PFRON:

- zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny stosownie do potrzeb wynikających z niepełnosprawności, jeżeli przeciętny miesięczny dochód obliczony zgodnie z przepisami rozporządzenia nie przekracza 50% przeciętnego wynagrodzenia na osobę we wspólnym gospodarstwie domowym lub 65% przeciętnego wynagrodzenia w przypadku osoby samotnej oraz jeżeli zachodzi potrzeba prowadzenia rehabilitacji w warunkach domowych przy użyciu tego sprzętu; wysokość dofinansowania wynosi do 80% kosztów tego sprzętu, nie więcej jednak niż do wysokości pięciokrotnego przeciętnego wynagrodzenia;
- likwidacji barier architektonicznych, w komunikowaniu się i technicznych – jeżeli ich realizacja umożliwi lub w znacznym stopniu ułatwi osobie z niepełnosprawnością wykonywanie podstawowych, codziennych czynności lub kontaktów z otoczeniem;
- usług tłumacza języka migowego lub tłumacza-przewodnika – jeżeli jest to uzasadnione potrzebami wynikającymi z niepełnosprawności; wysokość dofinansowania nie może być wyższa niż 2% przeciętnego wynagrodzenia za godzinę jej świadczenia;
- zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze – w myśl przepisów ustawy o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz.U. z 2004 r. nr 2010, poz. 2135, z późn. zm.) przedmiotowe zaopatrzenie przysługuje osobie ubezpieczonej i finansowane jest ze środków będących w dyspozycji Narodowego Funduszu Zdrowia.





Jeżeli zachodzi konieczność wniesienia wkładu własnego, niezbędnego do zakupu przedmiotu ortopedycznego lub środka pomocniczego, osoba z niepełnosprawnością może ubiegać się w PCPR o dofinansowanie ze środków PFRON kosztów pokrytych z własnych środków finansowych, jeżeli średni miesięczny dochód tej osoby obliczony zgodnie z rozporządzeniem nie przekracza 50% przeciętnego wynagrodzenia na osobę we wspólnym gospodarstwie domowym lub 65% przeciętnego wynagrodzenia w przypadku osoby samotnej.

## Za życiem

Uchwałą nr 160 Rady Ministrów z 20 grudnia 2016 r. został ustanowiony **program kompleksowego wsparcia dla rodzin „Za życiem”** (M.P. z 2016 r., poz. 1250). Obejmuje on całościowe rozwiązania m.in. w obszarach dotyczących wsparcia osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin.

Przewidziano w nim m.in.:

- wsparcie rodziców i opiekunów osób z niepełnosprawnościami w domu;
- wsparcie rodziców w wypełnianiu przez nich funkcji opiekuńczo-wychowawczych;
- utworzenie ośrodków koordynacyjno-rehabilitacyjno-opiekuńczych;
- tworzenie i rozwój mieszkaliństwa chronionego oraz wspomaganego na rzecz osób z niepełnosprawnościami;
- rozwój sieci samorządowych placówek działających na rzecz osiągania przez osoby z niepełnosprawnościami samodzielności i niezależności w życiu społecznym i zawodowym;
- wsparcie osób z niepełnosprawnościami, które opuściły warsztat terapii zajęciowej w celu podjęcia zatrudnienia.

## REHABILITACJA ZAWODOWA

Jednym z priorytetów polityki państwa jest wspieranie zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami. Dotyczy to przede wszystkim tych, które mają największe trudności z wejściem i utrzymaniem się na rynku pracy.

Rehabilitacja zawodowa ma na celu ułatwienie osobie z niepełnosprawnością uzyskanie oraz utrzymanie odpowiedniego zatrudnienia i awansu zawodowego przez umożliwienie jej korzystania z poradnictwa zawodowego, szkolenia zawodowego i pośrednictwa pracy.

Mechanizmy i instrumenty rynku pracy wspomagające zatrudnienie osób z niepełnosprawnościami zawarte są w przepisach ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy, jak i ustawy o rehabilita-

cji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Regulacje prawne są adresowane zarówno do osób z niepełnosprawnościami, jak i do pracodawców / przedsiębiorców zatrudniających bądź zainteresowanych zatrudnieniem takich osób.

Osoby z niepełnosprawnościami, zainteresowane podjęciem działalności gospodarczej lub rolniczej bądź prowadzące takowe, zarejestrowane w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotne albo poszukujące pracy czy niepozostające w zatrudnieniu, mogą ubiegać się w PFRON o jednorazowe środki na podjęcie działalności gospodarczej, rolniczej lub wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej.

Szczegółowe warunki udzielania tych środków zostały określone w rozporządzeniu Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z 12 grudnia 2018 r. w sprawie przyznania osobie niepełnosprawnej środków na podjęcie działalności gospodarczej, rolniczej albo działalności w formie spółdzielni socjalnej (Dz.U. z 2018 r., poz. 2342).



## INSTRUMENTY WSPIERAJĄCE PRACODAWCÓW ZATRUDNIAJĄCYCH PRACOWNIKÓW Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

**Miesięczne dofinansowanie do wynagrodzenia pracownika z niepełnosprawnością** jest wypłacane przez PFRON tylko w przypadku wynagrodzenia pracownika z niepełnosprawnością, ujętego w ewidencji zatrudnionych osób z niepełnosprawnościami, zaliczonego do znacznego, umiarkowanego lub lekkiego stopnia niepełnosprawności w kwocie odpowiednio 1800 zł, 1125 zł i 450 zł. Kwoty te zwiększa się o 600 zł w przypadku

osób z niepełnosprawnościami, wobec których orzeczono chorobę psychiczną, upośledzenie umysłowe, całościowe zaburzenia rozwojowe lub epilepsję oraz niewidomych.

Kwota miesięcznego dofinansowania nie może przekroczyć 90% faktycznie i terminowo poniesionych miesięcznych kosztów płacy, a w przypadku pracodawcy wykonującego działalność gospodarczą, w rozumieniu przepisów o postępowaniu w sprawach dotyczących pomocy publicznej – 75% tych kosztów.

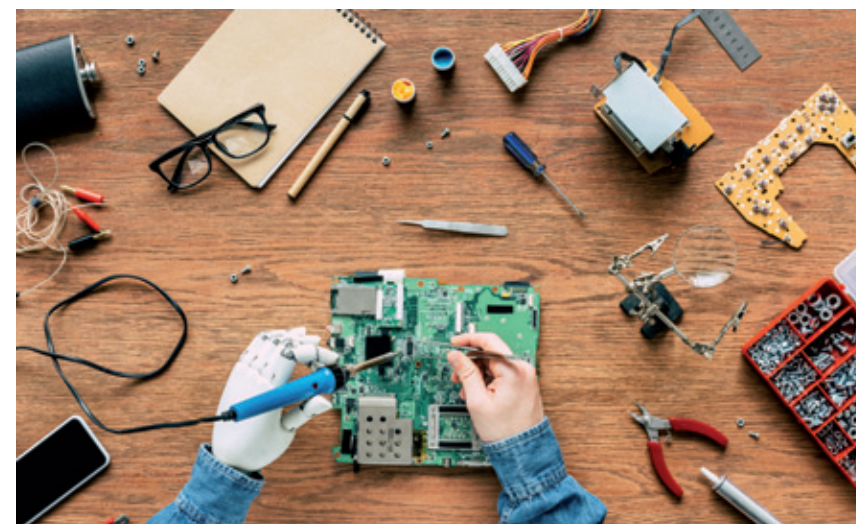
**Dofinansowanie do miesięcznego wynagrodzenia pracownika nie przysługuje pracodawcy:** zatrudniającemu co najmniej 25 pracowników w przeliczeniu na pełny wymiar czasu, który nie osiąga minimum 6% wskaźnika zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami; na pracowników zaliczonych do umiarkowanego lub lekkiego stopnia niepełnosprawności, którzy mają ustalone prawo do emerytury, oraz jeżeli wynagrodzenie pracownika niepełnosprawnego nie zostało przekazane na jego rachunek bankowy lub rachunek w spółdzielczej kasie oszczędnościowo-kredytowej albo na adres zamieszkania tego pracownika, za pośrednictwem osób prawnych prowadzących działalność w zakresie doręczania kwot pieniężnych.

Szczegółowe warunki udzielania miesięcznego dofinansowania zostały określone w rozporządzeniu Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z 22 czerwca 2016 r. w sprawie miesięcznego dofinansowania do wynagrodzeń pracowników niepełnosprawnych (Dz.U. z 2016 r., poz. 951).

Pracodawca może otrzymać z PFRON zwrot kosztów związanych z przystosowaniem stanowisk pracy i pomieszczeń zakładu pracy do potrzeb pracownika z niepełnosprawnością, jeśli przez co najmniej 36 miesięcy zatrudni osoby z niepełnosprawnościami, zarejestrowane w PUP jako bezrobotne lub poszukujące pracy czy niepozostające w zatrudnieniu.

Zwrotu kosztów dokonuje starosta na warunkach i w wysokości określonych umową zawartą z pracodawcą. Zwrotowi nie podlegają koszty poniesione przed dniem zawarcia umowy. Wysokość zwrotu nakładów poniesionych w związku z rozpoznaniem potrzeb osób z niepełnosprawnościami nie może przekraczać 15% kosztów związanych z przystosowaniem tworzonych lub istniejących stanowisk pracy do potrzeb tych osób. Zwrot ten dotyczy wyłącznie dodatkowych kosztów pracodawcy, wynikających z zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami.

Szczegółowe warunki zwrotu dodatkowych kosztów związanych z zatrudnianiem pracowników z niepełnosprawnościami zostały określone w rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 23 grudnia 2014 r. (Dz.U. z 2014 r., poz. 1987).

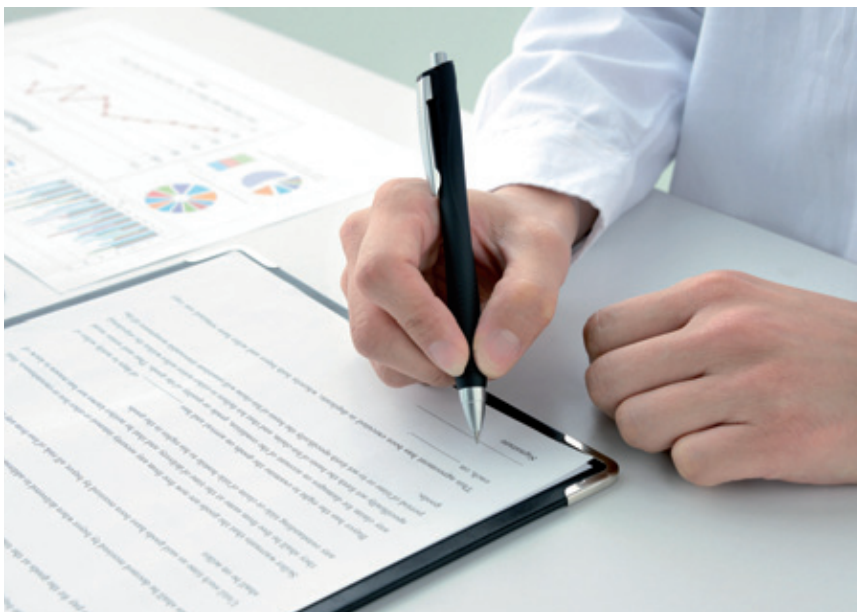


## UPRAWNIENIA PRACOWNICZE PRZYSŁUGUJĄCE OSOBIE Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Osobie z niepełnosprawnością przysługują następujące uprawnienia pracownicze:

- skrócony wymiar czasu pracy – (7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo);
- prawo do dodatkowej przerwy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek (15 minut wliczane do czasu pracy);
- prawo do dodatkowego urlopu wypoczynkowego w wymiarze 10 dni roboczych w roku kalendarzowym;
- zwolnienia od pracy z zachowaniem prawa do wynagrodzenia w wymiarze do 21 dni roboczych w roku kalendarzowym w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym, nie częściej niż raz w roku, pod warunkiem że zostanie skierowana do uczestnictwa w turnusie na wniosek lekarza, pod którego opieką się znajduje, lub w celu wykonania badań specjalistycznych, zabiegów leczniczych lub usprawniających, a także w celu uzyskania zaopatrzenia ortopedycznego lub jego naprawy, jeżeli czynności te nie mogą być wykonane poza godzinami pracy.





## Uprawnienia pracownicze związane z wykonywaniem pracy na podstawie stosunku pracy

### UMOWA O PRACĘ

Umowa o pracę określa strony umowy, rodzaj umowy, datę jej zawarcia oraz warunki pracy i płacy, a w szczególności: rodzaj pracy, miejsce wykonywania pracy, wynagrodzenie za pracę odpowiadające rodzajowi pracy, ze wskazaniem składników wynagrodzenia i podstawy prawnej ich ustalenia, wymiar czasu pracy (rozmiar zatrudnienia) oraz termin rozpoczęcia pracy. Może być zawarta na okres próbny, na czas nieokreślony albo na czas określony. Umowa o pracę na okres próbny, nieprzekraczający 3 miesięcy, jest zawierana w celu sprawdzenia

kwalifikacji pracownika i możliwości jego zatrudnienia w celu wykonywania określonego rodzaju pracy. Ponowne zawarcie umowy o pracę na okres próbny z tym samym pracownikiem jest dopuszczalne, gdy pracownik ma świadczyć pracę innego rodzaju bądź (jeżeli pracownik ma świadczyć pracę tego samego rodzaju) gdy upłynęły 3 lata od dnia rozwiązania lub wygaśnięcia poprzedniej umowy o pracę.

Okres zatrudnienia na podstawie umowy o pracę na czas określony, a także łączny okres zatrudnienia na podstawie umów o pracę na czas określony, zawieranych między tymi samymi stronami stosunku pracy, nie może przekraczać 33 miesięcy, a łączna liczba tych umów nie może przekraczać trzech. Jeżeli okres zatrudnienia na podstawie umowy/umów o pracę na czas określony jest dłuższy niż 33 miesiące lub jeżeli liczba tych umów jest większa niż trzy, to po upływie tego okresu lub od dnia zawarcia czwartej umowy o pracę na czas określony pracownik zostaje z mocy prawa zatrudniony na podstawie umowy o pracę na czas nieokreślony.

Powyższe ograniczenia nie mają zastosowania do umów o pracę, zawartych na czas określony w celu zastępstwa pracownika w czasie jego usprawiedliwionej nieobecności w pracy, w celu wykonywania pracy o charakterze dorywczym lub sezonowym, przy pracy przez okres kadencji. Podobnie się dzieje, gdy pracodawca wskaże obiektywne przyczyny leżące po jego stronie, jeżeli ich zawarcie w danym przypadku służy zaspokojeniu rzeczywistego okresowego zapotrzebowania na pracę i jest niezbędne w świetle wszystkich okoliczności zawarcia umowy. Dotyczy to także takiej sytuacji, gdy doszło do przedłużenia umowy o pracę na czas określony do dnia porodu (która ulegałaby rozwiązaniu po upływie trzeciego miesiąca ciąży).

Przepisy przewidują możliwość zatrudnienia w pełnym, jak i w niepełnym wymiarze czasu pracy (na część etatu). Zatrudnienie pracownika w niepełnym wymiarze czasu pracy nie może powodować ustalenia jego warunków pracy i płacy w sposób mniej korzystny w porównaniu z zatrudnieniem dotyczącym takiego samego lub podobnego rodzaju pracy w pełnym wymiarze czasu pracy.

Umowę o pracę zawiera się na piśmie. Jeżeli umowa o pracę nie zostanie zawarta z zachowaniem formy pisemnej, pracodawca jest obowiązany potwierdzić pracownikowi na piśmie ustalenia co do stron umowy, rodzaju umowy oraz jej warunków przed dopuszczeniem go do pracy.



## CZAS PRACY

Czas pracy nie może przekraczać 8 godzin na dobę i z reguły 40 godzin w przeciętnie pięciodniowym tygodniu pracy. Odbywa się to w przyjętym okresie rozliczeniowym nieprzekraczającym 4 miesięcy. Gdy jest to uzasadnione przyczynami obiektywnymi, technicznymi lub dotyczącymi organizacji pracy, okres rozliczeniowy może być wydłużony do maksymalnie 12 miesięcy na podstawie układu zbiorowego pracy lub porozumienia z zakładowymi organizacjami związkowymi bądź jeżeli u pracodawcy nie działają zakładowe organizacje związkowe – w porozumieniu zawartym z przedstawicielami pracowników. Tygodniowy czas pracy łącznie z godzinami nadliczbowymi nie może przekraczać przeciętnie 48 godzin w przyjętym okresie rozliczeniowym.

Przy niektórych rodzajach prac może być stosowany system równoważnego czasu pracy, w którym jest dopuszczalne przedłużenie dobowego wymiaru czasu pracy – nie więcej jednak niż do 12, 16 lub 24 godzin. Przedłużony dobowy wymiar czasu pracy jest równoważony krótszym dobowym wymiarem czasu pracy w niektórych dniach lub dniami wolnymi od pracy. Istnieje możliwość stosowania ruchomego czasu pracy, czyli różnych godzin rozpoczynania pracy lub określenia przedziału czasu, w którym pracownik decyduje o godzinie rozpoczęcia pracy. W niektórych systemach czasu pracy dobowy wymiar czasu pracy może zostać przedłużony.

Prawo dopuszcza pracę przez mniej niż 5 dni w tygodniu (skrócony tydzień pracy) lub pracę wyłącznie w piątki, soboty, niedziele i święta (praca weekendowa) w połączeniu z przedłużeniem normy dobowej do 12 godzin. Praca w ruchu ciągłym jest dopuszczalna, jeżeli nie może być ona wstrzymana ze względu na technologię produkcji lub konieczność ciągłego zaspokajania potrzeb ludności. Czas takiej pracy wynosi przeciętnie 43 godziny na tydzień, w okresie rozliczeniowym do 4 tygodni.

W przypadkach uzasadnionych rodzajem lub miejscem pracy bądź jej organizacją czas pracy może być określony wymiarem zadań (zadaniowy czas pracy). Zadania te powinny być możliwe do wykonania w ramach podstawowej normy czasu pracy. Każdemu pracownikowi przysługuje nieprzerwany odpoczynek dobowy w wymiarze co najmniej 11 godzin oraz tygodniowy w wymiarze co najmniej 35 godzin, a w niektórych przypadkach – nie krótszy niż 24 godzin. Jeżeli dobowy wymiar czasu pracy pracownika wynosi co najmniej 6 godzin, pracownik ma prawo do przerwy w pracy trwającej co najmniej 15 minut, wliczanej do czasu pracy. Pracodawca może wprowadzić jedną przerwę

w pracy, niewliczaną do czasu pracy, w wymiarze nieprzekraczającym 60 minut, przeznaczoną na spożycie posiłku lub załatwienie spraw osobistych.



## URLOP WYPOCZYNKOWY

Pracownikowi przysługuje prawo do corocznego, nieprzerwanego, płatnego urlopu wypoczynkowego. Pracownik nie może zrzec się prawa do urlopu. Udokumentowane okresy zatrudnienia, przebyte za granicą u pracodawcy zagranicznego, są zaliczane do okresów pracy w Polsce w zakresie uprawnień pracowniczych, co dotyczy także urlopów. Pracownik podejmujący pracę po raz pierwszy w roku kalendarzowym, w którym podjął pracę, uzyskuje prawo do pierwszego urlopu z upływem każdego miesiąca pracy, w wymiarze 1/12 wymiaru urlopu przysługującego mu po przepracowaniu roku („z dołu”). Prawo do kolejnego urlopu nabywa w każdym następnym roku kalendarzowym pracy („z góry”).

Wymiar urlopu wypoczynkowego wynosi 20 dni – jeżeli pracownik jest zatrudniony krócej niż 10 lat, 26 dni – jeżeli pracownik jest zatrudniony co najmniej 10 lat. Do okresu zatrudnienia, od którego zależy wymiar urlopu, wlicza się także okres nauki w szkole ponadpodstawowej. W ramach urlopu wypoczynkowego pracodawca jest obowiązany udzielić urlopu na żądanie (nie więcej niż 4 dni w ciągu roku kalendarzowego w terminie wskazanym przez pracownika). Wymiar urlopu dla pracownika zatrudnionego w niepełnym wymiarze czasu pracy ustala się proporcjonalnie do wymiaru czasu pracy tego pracownika.

Pracodawca udziela pracownikowi urlopu w tym roku kalendarzowym, w którym pracownik uzyskał do niego prawo. Urlopy zaległe powinny być wykorzystane najpóźniej do 30 września następnego roku kalendarzowego. W razie niewykorzystania urlopu do dnia rozwiązania umowy o pracę pracownikowi przysługuje ekwiwalent pieniężny. Na wniosek pracownika urlop może być podzielony na części, z których co najmniej jedna powinna trwać nie krócej niż 14 kolejnych dni kalendarzowych. Za czas urlopu pracownikowi przysługuje wynagrodzenie, jakie by otrzymał, gdyby w tym czasie pracował.



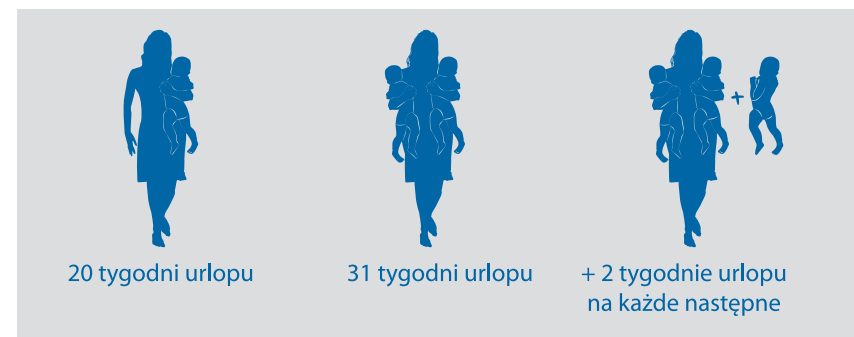
## URLOP MACIERZYŃSKI

Pracownicy przysługuje urlop macierzyński w wymiarze 20 tygodni w przypadku urodzenia jednego dziecka przy jednym porodzie, 31 tygodni – w przypadku urodzenia dwojga dzieci przy jednym porodzie i po 2 tygodnie więcej na każde następne dziecko. Przed przewidywaną datą porodu pracownica może wykorzystać nie więcej niż 6 tygodni urlopu macierzyńskiego. Z reguły cały urlop macierzyński jest wykorzystywany po porodzie.

Ojciec dziecka może skorzystać z urlopu macierzyńskiego, jeżeli pracownica po wykorzystaniu po porodzie co najmniej 14 tygodni urlopu macierzyńskiego, rezygnuje z pozostałej jego części i wraca do pracy. Pozostałą część urlopu macierzyńskiego wykorzysta pracownik – ojciec wychowujący dziecko.

Prawo do urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego mają pracownicy, którzy przyjęli dziecko na wychowanie i wystąpili do sądu opiekuń-

czego z wnioskiem o wszczęcie postępowania w sprawie adopcji dziecka lub którzy przyjęli dziecko na wychowanie jako rodzina zastępcza (z wyjątkiem rodziny zastępczej zawodowej). Wymiar urlopu jest taki sam jak podany wyżej, przy czym jest on uzależniony od liczby dzieci przyjętych na wychowanie jednocześnie i przysługuje nie dłużej niż do ukończenia przez dziecko 7. roku życia, a w przypadku dziecka, wobec którego podjęto decyzję o odroczeniu obowiązku szkolnego, nie dłużej niż do ukończenia przez nie 10. roku życia. Za czas urlopu macierzyńskiego oraz urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego przysługuje zasiłek macierzyński.



## URLOP RODZICIELSKI

Bezpośrednio po wykorzystaniu urlopu macierzyńskiego albo zasiłku macierzyńskiego za okres odpowiadający okresowi urlopu macierzyńskiego pracownik ma prawo do urlopu rodzicielskiego w wymiarze do 32 tygodni – w przypadku urodzenia jednego dziecka i do 34 tygodni – w przypadku urodzenia dwojga i więcej dzieci przy jednym porodzie.

Prawo do urlopu rodzicielskiego mają również pracownicy, którzy przyjęli dziecko na wychowanie i wystąpili do sądu opiekuńczego z wnioskiem o wszczęcie postępowania w sprawie adopcji dziecka lub którzy przejęli dziecko na wychowanie jako rodzina zastępcza (z wyjątkiem rodziny zastępczej zawodowej). Wymiar urlopu jest taki sam jak podany wyżej, przy czym jest on uzależniony od liczby dzieci przyjętych na wychowanie jednocześnie. Prawo do urlopu rodzicielskiego przysługuje wówczas po wykorzystaniu urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego albo zasiłku macierzyńskiego za okres odpowiadający okresowi urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego.

Urlopu rodzicielskiego udziela się na pisemny wniosek pracownika. Urlop ten przysługuje bezpośrednio po wykorzystaniu urlopu macierzyńskiego, jednorazowo lub w maksymalnie 4 częściach. Istnieje też możliwość wykorzystania do 16 tygodni urlopu rodzicielskiego w terminie, który nie przypada bezpośrednio po wykorzystaniu poprzedniej części urlopu. Jest



to zależne od decyzji rodziców, z zastrzeżeniem że liczba części udzielonego w tym trybie urlopu rodzicielskiego pomniejsza liczbę części przysługującego urlopu wychowawczego.

Żadna z części urlopu rodzicielskiego, co do zasady, nie może być krótsza niż 8 tygodni. Ostatecznym terminem wykorzystania urlopu jest koniec roku kalendarzowego, w którym dziecko ukończy 6 lat.

Możliwe jest łączenie urlopu rodzicielskiego z wykonywaniem pracy (w wymiarze do 1/2 etatu) u pracodawcy, który udziela urlopu. W tym wypadku wymiar urlopu rodzicielskiego ulega proporcjonalnemu wydłużeniu – maksymalnie do 64 lub 68 tygodni. Dodatkowo rodzice mają możliwość wymieniania się przysługującym z tytułu opieki nad dzieckiem urlopem rodzicielskim i zasiłkiem macierzyńskim w trakcie urlopu, gdy jedno z nich jest pracownikiem, a drugie jest objęte ubezpieczeniem chorobowym z innego tytułu, np. prowadzi własną działalność gospodarczą. Za czas urlopu rodzicielskiego przysługuje zasiłek macierzyński.



## URLOP OJCOWSKI

Pracownik – ojciec wychowujący dziecko – ma prawo skorzystać z urlopu ojcowskiego, nie dłużej jednak niż do ukończenia przez dziecko 24. miesiąca życia. Także pracownik – ojciec, który adoptował dziecko – ma prawo do urlopu ojcowskiego, który może wykorzystać do upływu 24 miesięcy od dnia uprawomocnienia się postanowienia sądowego o adopcji, nie później jednak niż do ukończenia przez dziecko 7. roku

życia, a w przypadku dziecka, wobec którego podjęto decyzję o odroczeniu obowiązku szkolnego, nie później niż do ukończenia przez nie 10. roku życia. Wymiar urlopu ojcowskiego wynosi do 2 tygodni, a okres ten można podzielić na dwie części i wykorzystać każdą z nich w dowolnym terminie. Za czas urlopu ojcowskiego przysługuje zasiłek macierzyński.

## URLOP WYCHOWAWCZY

Urlop wychowawczy przysługuje w wymiarze do 36 miesięcy, nie dłużej jednak niż do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko kończy 6. rok życia. Aby skorzystać z tego urlopu, pracownik musi posiadać co najmniej 6-miesięczny okres zatrudnienia. Z urlopu może skorzystać matka lub ojciec, którzy są pracownikami. Jest udzielany na pisemny wniosek pracownika – maksymalnie w 5 częściach. Podczas przebywania na urlopie wychowawczym pracownik nie zachowuje prawa do wynagrodzenia (urlop ten jest co do zasady bezpłatny).

## USPRAWIEDLIWIONA NIEOBECNOŚĆ W PRACY, ZWOLNIENIA OD PRACY

Nieobecność w pracy usprawiedliwia niezdolność do pracy z powodu choroby lub konieczność opieki nad chorym lub zdrowym dzieckiem, lub chorym członkiem rodziny – w granicach określonych prawem. W czasie choroby przysługuje wynagrodzenie, a następnie zasiłek chorobowy, a w czasie sprawowania opieki – zasiłek opiekuńczy.

Zwolnień od pracy udziela się w przypadku wydarzeń o charakterze osobistym lub rodzinnym, jak na przykład ślub lub pogrzeb. Jeżeli przyczyną zwolnienia od pracy jest ślub pracownika, urodzenie się jego dziecka lub pogrzeb jego małżonka, jego dziecka, ojca, matki, ojczyma lub macochy, to pracownikowi przysługują 2 dni zwolnienia od pracy. Jeśli zwolnienie od pracy jest spowodowane ślubem dziecka pracownika albo zgonem i pogrzebem jego siostry, brata, teściowej, teścia, babki, dziadka, a także innej osoby pozostającej na utrzymaniu pracownika lub pod jego bezpośrednią opieką – pracownikowi przysługuje dzień zwolnienia od pracy. W czasie zwolnienia od pracy z wymienionych przyczyn pracownikowi przysługuje takie wynagrodzenie, jakie otrzymywałby, gdyby pracował.

Pracownikowi wychowującemu przynajmniej 1 dziecko w wieku do lat 14 przysługuje w ciągu roku kalendarzowego zwolnienie od pracy w wymiarze 16 godzin albo 2 dni – z zachowaniem prawa do wynagrodzenia.



## ZAKOŃCZENIE ZATRUDNIENIA

Zakończenie stosunku pracy następuje w wyniku jego rozwiązania lub wygaśnięcia.

Umowa o pracę może być rozwiązana za porozumieniem stron lub przez jedną ze stron za wypowiedzeniem lub bez wypowiedzenia. Umowa na czas określony rozwiązuje się z upływem tego czasu. Wypowiadanie umów o pracę i rozwiązywanie bez wypowiedzenia powinno być dokonywane w formie pisemnej.

Rozwiązanie umowy o pracę za porozumieniem stron następuje w terminie przez nie uzgodnionym przez pisemne jednostronne oświadczenie pracownika lub pracodawcy z zachowaniem okresu wypowiedzenia. Za wypowiedzeniem może zostać rozwiązana każda umowa o pracę. Okres wypowiedzenia umowy o pracę na czas nieokreślony i umowy o pracę na czas określony jest uzależniony od okresu zatrudnienia u danego pracodawcy. Okres ten wynosi odpowiednio 2 tygodnie – jeżeli pracownik był zatrudniony krócej niż 6 miesięcy, miesiąc – jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 6 miesięcy, oraz 3 miesiące – jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 3 lata.

Jeżeli umowę o pracę na czas nieokreślony wypowiada pracodawca, to jest on zobowiązany do podania przyczyny uzasadniającej wypowiedzenie umowy oraz do zawiadomienia na piśmie reprezentującej pracownika zakładowej organizacji związkowej o zamiarze wypowiedzenia umowy o pracę oraz do podania przyczyny uzasadniającej rozwiązanie umowy i pouczenie o przysługującym pracownikowi prawie odwołania do sądu pracy.

**Pracodawca** może rozwiązać umowę o pracę w tym trybie z winy pracownika w przypadku: ciężkiego naruszenia przez pracownika podstawowych obowiązków pracowniczych; popełnienia przez pracownika w czasie trwania umowy o pracę przestępstwa, które uniemożliwia dalsze zatrudnianie go na zajmowanym stanowisku, jeżeli przestępstwo jest oczywiste lub zostało stwierdzone prawomocnym wyrokiem; zawnionej przez pracownika utraty uprawnień koniecznych do wykonywania pracy na zajmowanym stanowisku.

Ponadto pracodawca może rozwiązać umowę o pracę z pracownikiem bez wypowiedzenia z przyczyn przez niego niezawinionych w przypadku: niezdolności pracownika do pracy z powodu długotrwałej choroby, trwającej przez czas określony przepisami kodeksu pracy, usprawiedliwionej nieobecności pracownika w pracy z innych przyczyn niż choroba, trwającej dłużej niż miesiąc.

**Pracownik** może rozwiązać umowę o pracę bez wypowiedzenia: jeżeli zostanie stwierdzony orzeczeniem lekarskim szkodliwy wpływ wykonywanej pracy na jego zdrowie, a pracodawca nie przeniesie go

w terminie wskazanym w orzeczeniu lekarskim do innej pracy, odpowiedniej ze względu na stan jego zdrowia i kwalifikacje zawodowe; gdy pracodawca dopuści się ciężkiego naruszenia podstawowych obowiązków wobec pracownika.

Wygaśnięcie stosunku pracy następuje z mocy prawa w przypadkach określonych w kodeksie pracy oraz w przepisach szczególnych (np. śmierć pracownika, śmierć pracodawcy, upływ 3 miesięcy tymczasowego aresztowania pracownika).

Szczególne przepisy obejmują rozwiązywanie stosunków pracy z przyczyn nie dotyczących pracowników. Regulują one sposób przeprowadzania zwolnień grupowych i indywidualnych oraz dotyczą pracodawców zatrudniających co najmniej 20 pracowników.



## WYNAGRODZENIE ZA PRACĘ

Systemy wynagradzania u poszczególnych pracodawców są zróżnicowane. Warunki wynagradzania za pracę oraz przyznawania innych świadczeń związanych z pracą ustalają: układy zbiorowe pracy (zakładowe lub ponadzakładowe) – zawierane przez pracodawców, u których funkcjonują organizacje związkowe; regulaminy wynagradzania (u pracodawców zatrudniających co najmniej 50 pracowników, nieobjętych układem zbiorowym pracy) lub zatrudniających co najmniej 20 i mniej niż 50 pracowników, jeżeli zakładowa organizacja związkowa wystąpi z wnioskiem o jego ustalenie) lub umowy o pracę.

Wynagrodzenie za pracę powinno być tak ustalone, aby odpowiadało rodzajowi wykonywanej pracy i kwalifikacjom wymagany przy jej wykonywaniu, a także uwzględniało jej ilość i jakość. Wynagrodzenie przysługuje za pracę wykonaną. Za czas niewykonywania pracy pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia tylko wówczas, gdy przepisy prawa pracy tak stanowią. W celu ochrony wynagrodzenia za pracę w polskim kodeksie pracy zawarty jest przepis, w myśl którego pracownik nie może zrzec się prawa do wynagrodzenia ani przenieść tego prawa na inną osobę.

Wypłaty wynagrodzenia dokonuje się w formie pieniężnej. Wynagrodzenie za pracę musi być wypłacone co najmniej raz w miesiącu, w stałym i ustalonym z góry terminie, nie później jednak niż w ciągu pierwszych 10 dni następnego miesiąca kalendarzowego. Wynagrodzenie jest wypłacane na rachunek pracownika. Jeżeli pracownik chce otrzymywać wypłatę w formie gotówkowej, to musi złożyć pracodawcy pisemny lub elektroniczny wniosek w tej sprawie.

### MINIMALNE WYNAGRODZENIE ZA PRACĘ

Minimalne wynagrodzenie za pracę pełni funkcję ochronną. Gwarantuje ono minimalny poziom wynagrodzenia każdemu pracownikowi zatrudnionemu w pełnym miesięcznym wymiarze czasu pracy, a przy niepełnym miesięcznym wymiarze czasu pracy – proporcjonalnie do tego wymiaru. Minimalne wynagrodzenie za pracę obejmuje nie tylko wynagrodzenie zasadnicze, ale również inne składniki wynagrodzenia. **Od 1 stycznia 2019 r. minimalne wynagrodzenie za pracę wynosi 2250 zł.** Wysokość minimalnego wynagrodzenia jest ustalana corocznie.

### MINIMALNA STAWKA GODZINOWA

Od 1 stycznia 2017 r. obowiązuje minimalna wysokość wynagrodzenia dla osób zatrudnionych na podstawie określonych umów cywilnoprawnych – umów-zlecenia (art. 734 Kodeksu cywilnego) oraz umów o świadczenie usług, do których stosuje się przepisy o zleceniu (art. 750 Kodeksu cywilnego). **Minimalna stawka godzinowa przy tych umowach w 2019 r. wynosi 14,70 zł.** W kolejnych latach jest ona waloryzowana w stopniu odpowiadającym wzrostowi minimalnego wynagrodzenia za pracę.

Pełne informacje dotyczące minimalnego wynagrodzenia za pracę oraz minimalnej stawki godzinowej są dostępne na stronie internetowej Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w zakładce „Prawo pracy”: <https://www.gov.pl/web/rodzina/prawo-pracy>.

Bardziej szczegółowe informacje dotyczące uprawnień pracowniczych związanych z wykonywaniem pracy na podstawie stosunku pracy można znaleźć na stronie Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej:

<https://www.gov.pl/web/rodzina/prawo-pracy> i Państwowej Inspekcji Pracy: <https://www.pip.gov.pl/pl/porady-prawne>.



Minimalna stawka  
godzinowa  
14,70 zł brutto



Minimalne wynagrodzenie  
za pracę  
2250 zł brutto



## Wsparcie osób zagrożonych wykluczeniem społecznym

Osoby powracające do kraju i mieszczące się w katalogu osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, w szczególności: **bezrobotne, osoby z niepełnosprawnościami, niesamodzielne, w tym bezdomne**, mogą ubiegać się o wsparcie mające na celu pomoc w znalezieniu pracy nie tylko na wolnym rynku (np. za pośrednictwem PUP), ale również w istniejącym przedsiębiorstwie społecznym lub w utworzeniu nowego przedsiębiorstwa społecznego.

**Przedsiębiorstwa społeczne** to podmioty prowadzące działalność gospodarczą (lub odpłatną działalność pożytku publicznego), które przeznaczają wypracowane zyski na realizację celów społecznych, a w szczególności na wsparcie pracowników w trudnej sytuacji życiowej. Przedsiębiorstwem

społecznym najczęściej stają się **spółdzielnie socjalne** lub prowadzące działalność gospodarczą (lub odpłatną działalność pożytku publicznego) organizacje pozarządowe (**fundacje, stowarzyszenia**). Często podmioty te współpracują z lokalnymi przedsiębiorstwami w udzielaniu usług (szczególnie usług społecznych), a także z ośrodkami pomocy społecznej, PUP i innymi instytucjami działającymi lokalnie. Listę przedsiębiorstw społecznych znaleźć można pod adresem: <http://www.ekonomiaspoleczna.gov.pl/Listaprzedsiębiorstwspołecznych,4069.html>.

W przypadku znacznych trudności w powrocie do aktywności zawodowej i społecznej osoby powracające do kraju mogą starać się o uczestnictwo w zajęciach **centrów (CIS) lub klubów integracji społecznej (KIS)**. Zajęcia prowadzone w CIS i KIS mają na celu m.in.: pomoc w nabywaniu umiejętności zawodowych, przyuczeniu do zawodu czy przekwalifikowaniu, pomoc w znalezieniu pracy, także kształcenie kompetencji społecznych.

### POMOC ZA POŚREDNICTWEM OŚRODKÓW WSPARCIA EKONOMII SPOŁECZNEJ

Osoby powracające do kraju mogą, w celu uzyskania wsparcia, zgłosić się do najbliższego dla swojego miejsca pobytu **ośrodka wsparcia ekonomii społecznej (OWES)**. Wykaz OWES posiadających akredytację Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej można znaleźć na stronie internetowej: [www.ekonomiaspoleczna.gov.pl](http://www.ekonomiaspoleczna.gov.pl). OWES to instytucje zajmujące się kompleksowym wspieraniem osób zainteresowanych stworzeniem przedsiębiorstwa społecznego lub podjęciem w nim pracy. Pomagają istniejącym już przedsiębiorstwom społecznym, ale także inicjują i wspierają tworzenie nowych. Wsparcie OWES ma charakter kompleksowy i obejmuje zarówno doradztwo i szkolenia, jak też dotacje na pokrycie kosztów utworzenia stanowiska pracy i części kosztów działalności.

### WSPARCIE SKIEROWANE DLA OSÓB CHCĄCYCH PODJĄĆ DZIAŁALNOŚĆ W SPÓŁDZIELNI SOCJALNEJ

Osoby w trudnej sytuacji życiowej mogą skorzystać także ze wsparcia finansowego na podjęcie działalności w formie spółdzielni socjalnej. Spółdzielnie takie tworzą w większości osoby zagrożone wykluczeniem społecznym (np. bezrobotne, osoby z niepełnosprawnościami, niesamodzielne, w tym osoby bezdomne). W przypadku spółdzielni socjalnych istnieje możliwość uzyskania wsparcia finansowego ze środków Funduszu Pracy lub PFRON. Jeżeli chodzi o Fundusz Pracy, to osoby w trudnej sytuacji życiowej mogą ubiegać się o środki na podjęcie działalności w formie spółdzielni socjalnej, na utworzenie stanowiska pracy oraz na finansowanie kosztów wynagrodzenia. Wsparcie ze środków PFRON jest możliwe w formie przyznania środków na podjęcie działalności



gospodarczej w ramach spółdzielni socjalnej, a także na utworzenie stanowiska pracy w spółdzielni socjalnej dla skierowanych przez PUP osób niepełnosprawnych do pracy w spółdzielni socjalnej oraz poprzez umożliwienie ubiegania się o środki na finansowanie kosztów wynagrodzenia dla osób skierowanych przez PUP do pracy w spółdzielni socjalnej – analogicznie jak z Funduszu Pracy. W celu uzyskania pomocy należy zgłosić się do właściwego dla siebie starosty (PUP). Wsparcie finansowe związane z pracą w spółdzielniach socjalnych zależy od sytuacji na lokalnym rynku pracy, a także od środków, jakimi dysponuje PUP.

Utworzone przedsiębiorstwa społeczne mogą ubiegać się, na preferencyjnych warunkach, o pożyczki z Banku Gospodarstwa Krajowego na finansowanie rozpoczęcia działalności bądź na cele związane z kontynuowaniem działalności (na bieżącą działalność, rozszerzenie działalności, tworzenie nowych miejsc pracy itp.). Pożyczki udzielane są przez dwóch operatorów: Fundusz Regionu Wałbrzyskiego (dla podmiotów działających w województwach: dolnośląskim, lubuskim, opolskim lub wielkopolskim) oraz przez Towarzystwo Inwestycji Społeczno-Ekonomicznych (dla podmiotów działających w pozostałych województwach).

W 2019 r. przyjęty został uaktualniony **Krajowy Program Rozwoju Ekonomii Społecznej do 2023 roku. Ekonomia Solidarności Społecznej (KPRES)**. Ma on na celu m.in. wspieranie działań reintegracyjnych realizowanych przez różne podmioty ekonomii społecznej i tworzenia miejsc pracy w tych podmiotach oraz poprzez wsparcie doradcze, pożyczki, działania wspierające powstawanie sieci i partnerstw instytucji ekonomii społecznej oraz konkurencyjność tych podmiotów na lokalnych rynkach.



## POMOCNE STRONY INTERNETOWE

<[www.ekonomiaspoleczna.gov.pl](http://www.ekonomiaspoleczna.gov.pl)>

<[www.bgk.pl/przedsiębiorstwa/wsparcie-podmiotow-ekonomii-spoecznej](http://www.bgk.pl/przedsiębiorstwa/wsparcie-podmiotow-ekonomii-spoecznej)>

<[www.funduszeuropejskie.gov.pl/media/49753/Wytyczne\\_wlaczenie\\_spoeczne\\_v4.pdf](http://www.funduszeuropejskie.gov.pl/media/49753/Wytyczne_wlaczenie_spoeczne_v4.pdf)>



## Aktywność społeczna osób starszych

Osoby starsze powracające do Polski lub osoby powracające i szukające oferty dla swoich starszych krewnych mogą skorzystać z różnorodnego wsparcia rozwijanego w ramach prowadzonej polityki senioralnej. Aktywizacja osób starszych jest celem działań w ramach projektów realizowanych w placówkach „Senior+”, a także przedsięwzięć podejmowanych

przez organizacje pozarządowe, które otrzymały dotację w ramach **Rządowego Programu na rzecz Aktywizacji Społecznej Osób Starszych (ASOS)**. Zarówno program „Senior+”, jak i ASOS są realizowane przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

Celem programu „Senior+” jest wspieranie aktywności osób starszych oraz zaspokojenie potrzeb opiekuńczych osób mniej sprawnych i wymagających pomocy w wykonywaniu co-

**ASOS 2014-2020**

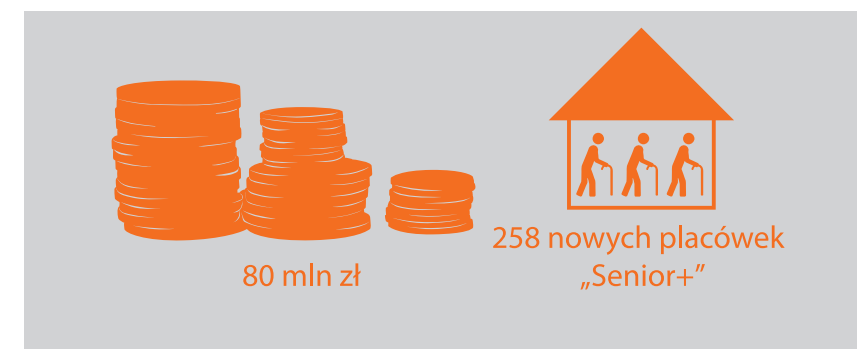
Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej



dziennych czynności. „Senior+” to pomoc jednostek samorządu terytorialnego w tworzeniu miejsc i podejmowaniu działań sprzyjających włączaniu osób starszych w główny nurt życia społecznego; przeciwdziałanie izolacji i wykluczeniu; aktywizacja społeczna osób starszych. W ramach programu jednostki samorządu terytorialnego mogą się starać o dofinansowanie utworzenia lub zakupu wyposażenia domu dziennego pobytu czy klubu seniora. Jednostki, na których terenie już funkcjonują takie instytucje, mogą występować o dofinansowanie utrzymania miejsc. Rozbudowa sieci dziennych domów i klubów dla osób starszych w środowisku lokalnym stanowi dla samorządów możliwość realizacji obowiązku zapewnienia seniorom niezbędnych usług: socjalnych, w tym posiłku, edukacyjnych, kulturalno-oświatowych, aktywności ruchowej lub kinezyterapii, sportowo-rekreacyjnych, aktywizujących społecznie (w tym wolontariat międzypokoleniowy) i terapii zajęciowej.

Placówki „Senior+” podejmują na terenie całej Polski działania mające na celu szeroko rozumianą aktywizację i integrację międzypokoleniową. Organizowane są spotkania z dziećmi z przedszkoli i szkół, osobami z niepełnosprawnościami oraz seniorami z innych placówek lub organizacji pozarządowych.



W 2018 r. na realizację programu „Senior+” przeznaczono środki finansowe w wysokości 80 mln zł. W ubiegłorocznej edycji programu utworzono 258 nowych placówek „Senior+”, w ramach których powstało około 6700 nowych miejsc dla osób starszych. Dodatkowy nabór ofert w otwartym konkursie programu „Senior+”, edycja 2019, zakończył się 9 kwietnia 2019 r.

Program ASOS natomiast jest ukierunkowany na wspieranie organizacji pozarządowych, które poprzez działania w sferze edukacyjnej, artystycznej, sportowej, międzypokoleniowej przyczyniają się do poprawy jakości i poziomu życia seniorów oraz ich integracji z lokalną społecznością. W ramach programu ASOS organizacje pozarządowe działające lokalnie w różnych miejscach Polski i realizujące projekty dla osób starszych,

w tym osób starszych z niepełnosprawnościami, ubiegają się o dofinansowanie w ramach czterech priorytetów:

- I. **Edukacja osób starszych**, np. nauka języków obcych, zajęcia komputerowe;
- II. **Aktywność społeczna** promująca integrację wewnątrz-, jak i międzypokoleniową, np. warsztaty ceramiczne, turnieje sportowe, wycieczki krajoznawcze;
- III. **Partycypacja społeczna osób starszych**, np. zaangażowanie się osób starszych w działalność lokalnych rad seniorów, udział w opracowaniu gminnej strategii w zakresie polityki senioralnej, zajęcia z autoprezentacji i technik wystąpień publicznych;
- IV. **Usługi społeczne dla osób starszych**, np. warsztaty samopomocy wewnątrz- i międzypokoleniowych, szkolenia praktyczno-opiekuńcze w środowisku domowym.



W edycji 2018 programu ASOS dofinansowanie otrzymało 325 ofert na łączną kwotę **37 996 494,49 zł**. W różnorodnych zajęciach wzięło udział ponad 106 000 osób powyżej 60. roku życia. 21 grudnia 2018 r. zakończony został nabór wniosków o dofinansowanie projektów w ramach edycji programu na 2019 r.

W edycji 2019 Programu ASOS do dofinansowania rekomendowano **300 ofert** na łączną kwotę prawie **38 mln**, w ramach których weźmie udział około **100 tys. osób** powyżej 60. roku życia.

Szczegółowe informacje na temat placówek „Senior+” w lokalnej społeczności oraz projektów realizowanych w ramach programu ASOS dostępne są w **urzędach wojewódzkich** oraz w **Departamencie Polityki Senioralnej w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej**.



Drugą płaszczyzną działań mających na celu zaspokojenie potrzeb osób starszych jest kwestia opieki nad tymi, którzy jej wymagają. Głównym celem **programu „Opieka 75+”** jest zwiększenie dostępności usług opiekuńczych świadczonych w miejscu zamieszkania seniora w małych gminach, które mają trudności z zaspokojeniem potrzeb opiekuńczych swoich najstarszych mieszkańców. Dzięki programowi „Opieka 75+” w gminach, w których do tej pory nie były świadczone usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze lub były świadczone w niewystarczającym wymiarze, jest możliwa rozbudowa i utrzymanie oferty pomocy środowiskowej. W 2018 r. program został rozszerzony o gminy liczące do 40 tys. mieszkańców, które dzięki wsparciu będą mogły rozbudowywać ofertę w zakresie usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych. Budowa systemu wsparcia osób starszych w ich miejscu zamieszkania jest kluczowa z punktu widzenia koncepcji *aging in place*. Zgodnie z przysłowiem „starych drzew się nie przesadza” seniorzy najczęściej chcą zamieszkiwać w swoim własnym domu oraz żyć w środowisku znanych sobie sąsiadów i przyjaciół, z którymi nierzadko utrzymują całonocne relacje. Dzięki programowi „Opieka 75+” osoby tracące samodzielność mogą przy wsparciu opiekunów środowiskowych nadal cieszyć się autonomią i mieszkać w znanym sobie otoczeniu. Program ten to także wsparcie dla rodzinnych opiekunów, szczególnie osób ze znacznymi problemami zdrowotnymi, które wymagają intensywnej opieki. Usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze pomagają zapewnić właściwy komfort oraz profesjonalną opiekę seniorowi i jego rodzinie.

Intensywnie rozwija się także oferta środowiskowych domów samopomocy. Poprzez zwiększanie kwoty dotacji na jednego uczestnika zajęć w takiej placówce możliwe było podniesienie standardu świadczonych usług i jeszcze lepsze dopasowanie oferty do potrzeb osób z niej korzystających, czyli osób z zaburzeniami funkcji poznawczych, takimi jak np. choroba Alzheimera czy też inne choroby otępienne.

W ramach **programu operacyjnego „Wiedza Edukacja Rozwój”** prowadzony jest projekt „Profesjonalizacja usług asystenckich i opiekuńczych dla osób niesamodzielnych – nowe standardy kształcenia i opieki”, którego celem jest między innymi opracowanie standardów usług opiekuńczych i teleopiekuńczych świadczonych w miejscu zamieszkania osób z nich korzystających oraz standardów kształcenia opiekunów. Wypracowane rozwiązania umożliwią także gminom przygotowanie długoterminowego planu wsparcia dla mieszkańców o różnym stopniu niesamodzielności.



**WIEDZA, EDUKACJA  
I ROZWÓJ**



Polityka senioralna, w ramach której koordynowane są zarówno działania mające na celu aktywizację osób starszych, jak i zapewnienie pomocy tym z nich, które ze względu na problemy zdrowotne jej wymagają, jest prowadzona nie tylko na szczeblu centralnym, lecz także na poziomie lokalnym. Jednostki samorządu terytorialnego mają najlepsze rozeznanie co do potrzeb mieszkańców i mogą elastycznie dostosowywać ofertę związaną z działaniami aktywizującymi i świadczonym wsparciem. Usługi opiekuńcze, specjalistyczne usługi opiekuńcze, a w niektórych gminach także teleopieka, są przyznawane i koordynowane przez miejskie lub gminne ośrodki pomocy społecznej. Coraz częściej także samorządy tworzą instytucje przeznaczone tylko do świadczenia usług opiekuńczych, tzw. centra usług społecznych. Pracownicy socjalni po przeprowadzeniu wywiadu środowiskowego, który umożliwia rozeznanie sytuacji życiowej osoby starszej i jej potrzeb, przyznają usługi opiekuńcze w określonym wymiarze. Ośrodki pomocy społecznej mają w zakresie swojej działalności także świadczenie usług w postaci pomocy psychologicznej zarówno dla osób starszych, jak i ich rodzin. Informacje działalności ośrodków pomocy społecznej można znaleźć na stronach internetowych urzędów miejskich lub gmin.

Samorządy uruchamiają na swoim terenie **Karty Seniora**, które funkcjonują pod różnymi nazwami, np. Karta Rodziny i Seniora, Metropolitarna Karta Seniora 60+. Karty te uprawniają do zniżek w instytucjach kultury (teatrach, kinach, muzeach), ośrodkach sportowych prowadzonych zarówno przez samorząd, jak i podmioty prywatne, które przystępują do partnerstwa na rzecz seniorów. W sprawie Karty Seniora należy kontaktować się z właściwym dla miejsca zamieszkania ośrodkiem pomocy społecznej, który udzieli informacji na temat procedury uzyskania takiego dokumentu.

W gminach funkcjonują **radę seniorów** o charakterze doradczym i konsultacyjnym, które poprzez swoje działania mogą wpływać na tworzoną na poziomie lokalnym politykę społeczną. Gminne rady seniorów umożliwiają partycypację polityczną osobom starszym, dzięki czemu problemy i potrzeby tej grupy są włączane w główny nurt lokalnego życia społeczno-politycznego, a osoby starsze mają wpływ na podejmowane przez samorząd decyzje.



Działania ukierunkowane na aktywizację osób starszych są prowadzone także przez podmioty trzeciego sektora. Organizacje pozarządowe działające na rzecz seniorów w ostatnich latach stają się coraz bardziej aktywne i widoczne w przestrzeni publicznej. Stowarzyszenia i funda-

cje dysponują szeroką ofertą skierowaną do osób starszych. Jedną z inicjatyw stworzonych przez organizację pozarządową jest **Ogólnopolska Karta Seniora**, która umożliwia korzystanie ze zniżek w ponad 1400 instytucjach, ośrodkach zdrowia, sklepach. Karta jest wydawana osobom, które ukończyły 60 lat. Organizacje pozarządowe prowadzą także różnorodne akcje mające na celu uchronienie osób starszych przed oszustami próbującymi wyłudzić ich całonocne oszczędności. Podmioty trzeciego sektora działają również na rzecz zwiększania kompetencji zdrowotnych osób starszych, a przede wszystkim profilaktyki zdrowotnej, i prowadzą akcje mające na celu zwiększenie świadomości dotyczącej wczesnego wykrywania chorób poprzez badania profilaktyczne, np. badania w kierunku jaskry, mammografia. Z kolei dla sportowo aktywnych seniorów jest np. organizowana corocznie ogólnopolska **Seniorada**, podczas której seniorzy rywalizują w różnych kategoriach sportowych. To tylko niektóre z przykładów działań podejmowanych na szczeblu lokalnym przez organizacje pozarządowe.

Prężnie działają także **Uniwersytety Trzeciego Wieku**. Oferta tych instytucji to nie tylko wykłady poszerzające wiedzę z różnych dziedzin, lecz także warsztaty obsługi komputera oraz internetu, zajęcia sportowe, wspólne wycieczki, czy też nordic walking. W dużych miastach Uniwersytety Trzeciego Wieku funkcjonują w prawie każdej dzielnicy, a powstawanie nowych oraz kolejki do już działających świadczą o popularności, jaką cieszy się oferta tych instytucji wśród seniorów. Informacji o lokalizacji i ofercie Uniwersytetów Trzeciego Wieku można szukać na stronach internetowych urzędów gmin lub na stronach stowarzyszeń je zrzeszających.



Aktywacja osób starszych jest jednym z centralnych zadań stojących przed władzami na szczeblu zarówno centralnym, jak i lokalnym. Tylko w ramach szerokiej koalicji władz centralnych, samorządów, organizacji pozarządowych oraz samych seniorów jest możliwe przeciwdziałanie wykluczeniu, osamotnieniu i marginalizacji osób starszych. W dokumencie uchwalonym przez Radę Ministrów 26 października 2018 r. (uchwała nr 161 Rady Ministrów z 26 października 2018 r. w sprawie przyjęcia dokumentu *Polityka społeczna wobec osób starszych 2030. Bezpieczeństwo – Uczestnictwo – Solidarność*, M.P. z 2018 r., poz. 1169) włączanie seniorów w główny nurt życia społecznego i wspieranie ich aktywności na różnorodnych polach, w tym szczególnie aktywności: obywatelskiej, społecznej, kulturalnej, artystycznej, sportowej i religijnej, jest jednym z kluczowych działań.



## Źródła informacji dla osób zainteresowanych powrotem z emigracji



Ministerstwo Rodziny,  
Pracy i Polityki Społecznej

[www.gov.pl/rodzina](http://www.gov.pl/rodzina)

Strona Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zawierająca informacje o wszystkich programach i projektach prowadzonych przez ministerstwo, dotyczących rodziny, pracy i zabezpieczenia społecznego.



WORTAL PUBLICZNYCH  
SŁUŻB ZATRUDNIENIA

[www.psz.praca.gov.pl](http://www.psz.praca.gov.pl)

Wortal publicznych służb zatrudnienia.



[www.praca.gov.pl](http://www.praca.gov.pl)

Portal publicznych służb zatrudnienia – usługi elektroniczne urzędów pracy.



[www.zielonalinia.gov.pl](http://www.zielonalinia.gov.pl)

Zielona Linia to Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia dostarczające informacji o ofertach pracy, szkoleniach, usługach urzędów pracy; ułatwia poszukiwanie pracy, a pracodawcom poszukiwanie pracowników. Klienci kontaktują się z Centrum poprzez infolinię (pod numerem 19 524), gdzie są kierowani do odpowiedniego konsultanta, w zależności od problemu, z jakim się zgłaszają. Mogą również skorzystać z poczty elektronicznej (kontakt@zielona.linia.gov.pl), zadać pytanie za pośrednictwem tzw. formularza kontaktowego albo napisać na czacie.

**www.powroty.gov.pl**

Baza wiedzy przeznaczona dla polskich emigrantów, którzy rozważają powrót do kraju. Zainteresowani znajdą tu informacje w działach: formalności przed powrotem, przeprowadzka, praca, działalność gospodarcza, podatki, rodzina, zdrowie, świadczenia społeczne, poradnik psychologiczny. Dostępne są także odrębne zakładki dla osób powracających z: Irlandii, Wlk. Brytanii, USA, Niemiec i Austrii. W ramach portalu można zadać pytanie za pomocą formularza kontaktowego.

**www.eures.praca.gov.pl**

EURES to europejska sieć służb zatrudnienia, realizująca działania obejmujące w szczególności pośrednictwo pracy wraz z doradztwem w zakresie mobilności na rynku pracy. Sieć dostarcza szczegółowych informacji o warunkach pracy i życia w państwach członkowskich Unii Europejskiej i EFTA. W ramach sieci EURES aktualnie podejmowane są inicjatywy na rzecz powracających, jak również rozważających powrót do Polski.

**www.oferty.praca.gov.pl**

Centralna Baza Ofert Pracy to serwis internetowy, zawierający informacje o aktualnych ofertach pracy, propozycjach staży z urzędu i przygotowaniu dorosłych, a także o ofertach pracy pracodawców krajowych, którzy poszukują pracowników z obszaru naszego kraju i tzw. rynku unijnego. To także źródło informacji na temat organizowanych przez powiatowe i wojewódzkie urzędy pracy targach pracy, giełdach pracy i szkoleniach. Serwis pozwala również pracodawcom na rozeznanie się w liczbie i rozmieszczeniu osób szukających pracy, a także dostosowanie ofert pracy przed ich zgłoszeniem do służb zatrudnienia.

**www.rodzinaipraca.gov.pl**

Platforma upowszechniająca i promująca mechanizmy ułatwiające godzenie pracy zawodowej i obowiązków rodzinnych. Można tu znaleźć propozycje 60 różnych narzędzi, dzięki którym pracodawcy mogą wspierać swoich pracowników w utrzymaniu równowagi między różnymi sferami życia oraz skuteczniej pozyskiwać kandydatów do pracy.

**www.zus.pl**

Strona Zakładu Ubezpieczeń Społecznych zawierająca informacje z zakresu zabezpieczenia społecznego.

**www.ohp.pl**

Strona Ochotniczych Hufców Pracy, instytucji rynku pracy wyspecjalizowanej w działaniach na rzecz młodzieży, w szczególności młodzieży zagrożonej wykluczeniem społecznym, oraz bezrobotnych do 25. roku życia.



Wydawca  
Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej  
Departament Rynku Pracy  
ul. Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warszawa  
[www.gov.pl/rodzina](http://www.gov.pl/rodzina)

Publikacja została przygotowana przez  
Instytut Pracy i Spraw Socjalnych  
ul. Bellottiego 3b  
01-022 Warszawa  
[www.ipiss.com.pl](http://www.ipiss.com.pl)

Redakcja językowa i korekta  
Jolanta Lewińska

Projekt graficzny  
Lena Maminajszwili/masz

Przygotowanie do druku i druk  
Studio Reklamy i Wydawnictw masz

Egzemplarz bezpłatny

