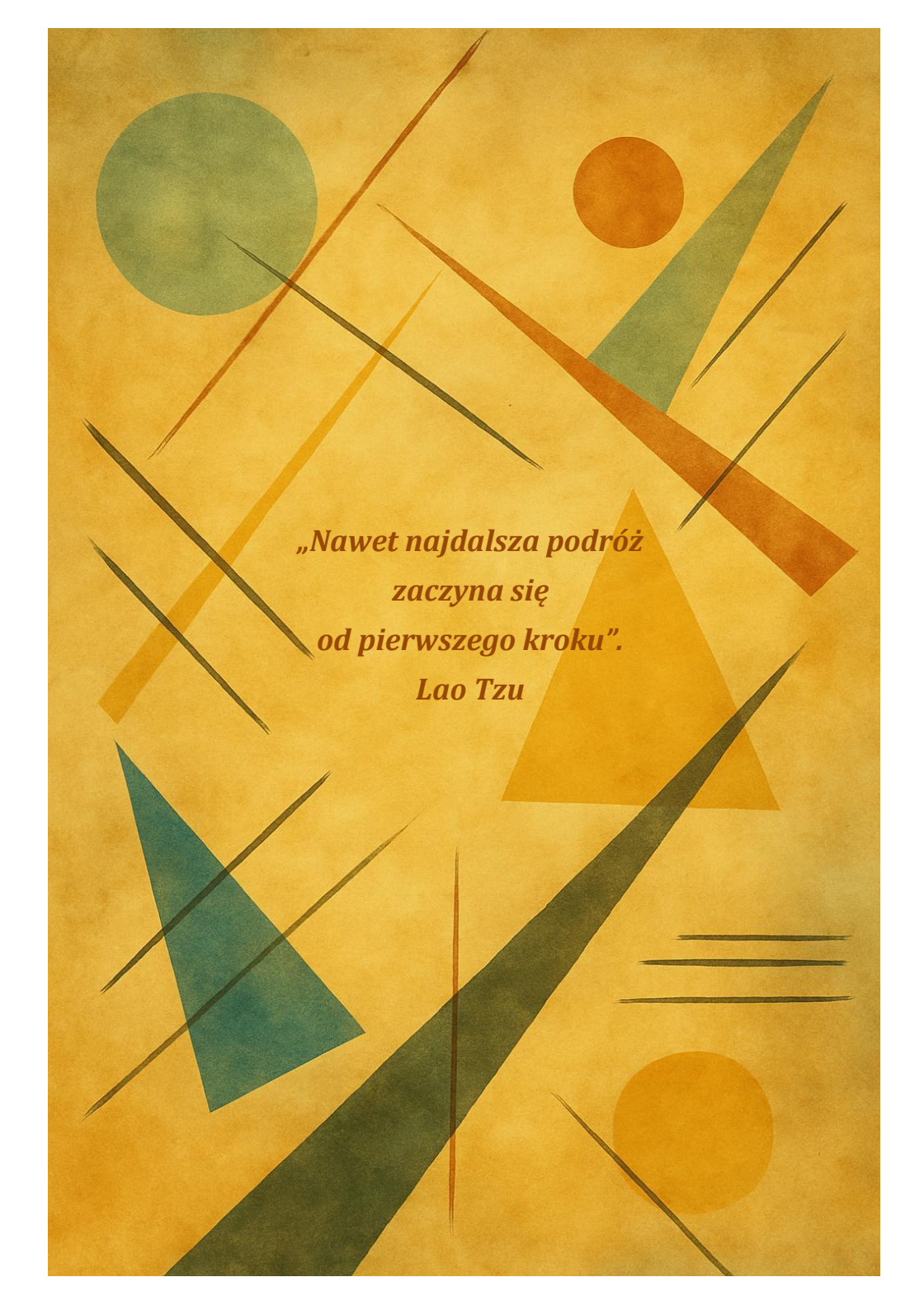




INFORMATOR DLA SZUKAJĄCYCH PRACY



**POWIATOWY URZĄD PRACY
WE WŁOCŁAWKU**
Edycja 2025

An abstract geometric composition on a textured yellow background. The design features several large, solid-colored shapes: a large green circle in the upper left, a smaller orange circle in the upper right, a large yellow triangle in the center-right, a teal triangle in the lower left, and a large dark green triangle in the lower right. Numerous thin, dark lines of varying lengths and orientations crisscross the composition, some intersecting the larger shapes. In the bottom right corner, there are three horizontal, slightly wavy lines. The overall style is minimalist and modern, with a focus on geometric forms and a warm color palette.

*„Nawet najdalsza podróż
zaczyna się
od pierwszego kroku”.
Lao Tzu*

Dlaczego ten Informator wygląda inaczej?

Drogi Czytelniku!

Zanim przeczytasz niniejszy poradnik, przejrzyj kolejne strony. Zatrzymaj się na chwilę. Zastanów się, dlaczego ta publikacja – urzędowy poradnik – wygląda inaczej niż typowe broszury informacyjne?

Jej szata graficzna nawiązuje do abstrakcjonizmu – kierunku w sztuce, który odrzucał utarte schematy i realistyczne odwzorowanie rzeczywistości. Inspirowaliśmy się twórczością Wassilego Kandinsky'ego – artysty, który szukał głębszego sensu, nowych form wyrazu, innego spojrzenia na świat. Chcemy, by ten „Informator” zachęcił Cię do spojrzenia inaczej – na siebie, swoje możliwości, swoją przyszłość.

Bo szukanie pracy to nie tylko przygotowanie i składanie dokumentów. To kluczowy moment, w którym można zadać sobie ważne pytania: Kim jestem? Czego pragnę? Co mnie napędza? Dokąd zmierzam? A także – kto w tej drodze może mi pomóc?

Ten poradnik powstał po to, aby dać Ci nie tylko konkretne informacje, ale również impuls do działania. Przedstawiamy w nim narzędzia, jakie oferuje urząd pracy: wsparcie finansowe, szkolenia, doradztwo zawodowe, pomoc w podjęciu działalności gospodarczej i wiele innych form aktywizacji. Naszą rolą jako instytucji publicznej jest towarzyszyć Ci – niezależnie od Twojej sytuacji – i wspierać Cię w podejmowaniu odważnych decyzji.

Kandinsky uważał, że w sztuce malarstwa wszystko zaczyna się od rzeczy podstawowej: kropki. Podobnie w sztuce szukania pracy podstawą jest spojrzenie na siebie w kontekście rynku pracy. Fundament aktywności to identyfikacja swoich talentów oraz sporządzenie dobrego planu działania, w którym możesz umieścić własne zasoby, cele oraz pomoc instytucji wsparcia, takich jak urząd pracy. W ten sposób z tego, co wydaje się abstrakcyjne, powstaje konstruktywny obraz, który stanowić będzie wizję Twojej przyszłości.

Nie musisz być artystą, aby zmienić swoje życie. Ale warto, byś – jak artysta – pozwolił sobie spojrzeć na nie twórczo. Z odwagą. Z wyobraźnią. Z przekonaniem, że coś dobrego jest przed Tobą.



Powiatowy Urząd Pracy we Włocławku

ul. Kapitulna 24, 87-800 Włocławek

tel. (54) 234 00 89, 234 00 90

<http://wloclawek.praca.gov.pl/> towl@praca.gov.pl

[facebook.com/pupwloclawek](https://www.facebook.com/pupwloclawek)



Tekst i opracowanie graficzne:

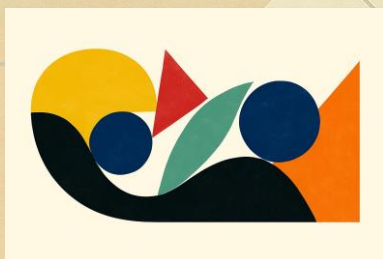
Anna Dobska, Ewa Kaźmierczak, Aleksandra Lechowicz, Barbara Zielińska,
Sławomir Sawicki, Roman Torzewski, Jarosław Tomaszewski

SPIS TREŚCI

Wstęp.....	5
CZĘŚĆ I. STATUS KLIENTA URZĘDU PRACY - PRAWA I OBOWIĄZKI.....	7
PROCEDURA REJESTRACJI OSOBY BEZROBOTNEJ	7
REJESTRACJA OSÓB POSZUKUJĄCYCH PRACY	20
ZASIŁEK DLA BEZROBOTNYCH.....	22
Prawo do zasiłku po pracy za granicą	30
Transfer zasiłku dla bezrobotnych z zagranicy do Polski.....	35
POWODY UTRATY STATUSU OSOBY BEZROBOTNEJ	36
KOGO NIE MOŻNA POZBAWIĆ STATUSU OSOBY BEZROBOTNEJ?	40
POWODY UTRATY STATUSU OSOBY POSZUKUJĄCEJ PRACY	41
DODATEK AKTYWIZACYJNY	42
CZĘŚĆ II. WSPARCIE DLA OSÓB SZUKAJĄCYCH PRACY	45
INDYWIDUALNY PLAN DZIAŁANIA (IPD)	45
FORMY POMOCY POWIATOWEGO URZĘDU PRACY	48
1. POŚREDNICTWO PRACY – OFERTY PRACY	48
2. USŁUGI EURES.....	51
3. PORADNICTWO ZAWODOWE.....	52
4. SZKOLENIA ZAWODOWE.....	53
5. BON NA KSZTAŁCENIE USTAWICZNE.....	54
6. POŻYCZKA EDUKACYJNA.....	54
7. FINANSOWANIE POTWIERDZENIA NABYCIA WIEDZY LUB UMIEJĘTNOŚCI.....	55

8.	FINANSOWANIE OPŁATY POBIERANEJ ZA POSTĘPOWANIE NOSTRYFIKACYJNE	55
9.	FINANSOWANIE POSTĘPOWANIA UZNANIA KWALIFIKACJI ZAWODOWYCH DO WYKONYWANIA ZAWODU REGULOWANEGO	55
10.	ŚRODKI NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ	56
11.	STAŻ	57
12.	STAŻ ZAKOŃCZONY POTWIERDZENIEM PRZEZ UPRAWNIONĄ INSTYTUCJĘ NABYCIA WIEDZY ORAZ UMIEJĘTNOŚCI	58
13.	FINANSOWANIE KOSZTÓW PRZEJAZDU	59
14.	ZWROT KOSZTÓW ZAKWATEROWANIA	60
15.	PRACE SPOŁECZNIE UŻYTECZNE	60
16.	REFUNDACJA KOSZTÓW OPIEKI	61
17.	REFUNDACJA KOSZTÓW WYPOSAŻENIA LUB DOPOSAŻENIA STANOWISKA PRACY	61
18.	BON NA ZASIEDLENIE	62
19.	ZWROT OPŁACONYCH SKŁADEK DLA SPÓŁDZIELNI SOCJALNYCH LUB PRZEDSIĘBIORSTW SPOŁECZNYCH	62
20.	TWORZENIE STANOWISK PRACY W PRZEDSIĘBIORSTWACH SPOŁECZNYCH	63
	CZĘŚĆ III. WŁASNA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA	65
1.	UMIEJĘTNOŚCI I KROKI DO ZAŁOŻENIA I PROWADZENIA FIRMY	65
2.	JAK ZAŁOŻYĆ SWOJĄ FIRMĘ	66
3.	ANALIZA RYNKU	68
4.	MARKETING	69
5.	BIZNES PLAN	70
6.	DOFINANSOWANIE NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ	70
7.	DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA NIEREJESTROWANA	71
	CZĘŚĆ IV. PRAKTYCZNE PORADY DOTYCZĄCE SZUKANIA PRACY	73
1.	KONTAKT Z PUP	73
2.	UKRYTY RYNEK PRACY	73
3.	MEDIA	74
4.	KONTAKTY	76
5.	PRZYGOTOWANIE DO ROZMOWY Z PRACODAWCĄ	77
6.	BADANIA TESTOWE	82
	CZĘŚĆ V. POSZUKIWANIE PRACY PRZEZ OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNE	85
1.	STOPNIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI	86
2.	ZATRUDNIANIE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ	87
3.	DOFINANSOWANIA DO WYNAGRODZEŃ I REFUNDACJE Z PFRON	90

4. ZMNIEJSZENIE LUB ZAWIESZENIE ŚWIADCZEŃ Z TYTUŁU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI.....	91
5. WŁASNA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA.....	91
6. SZKOLENIA I PRZEKwalifikowania	92
7. PORADNICTWO ZAWODOWE.....	93
CZĘŚĆ VI. PRZYKŁADY I WZORY	95
PRZYKŁADOWY SCHEMAT AKTYWNEGO POSZUKIWANIA PRACY	95
WZÓR CURRICULUM VITAE	98
WZÓR LISTU MOTYWACYJNEGO	99
SŁOWA PRZYDATNE DO LISTU MOTYWACYJNEGO LUB ŻYCIORYSU	100
PYTANIA PRACODAWCÓW.....	101
JAKICH PRACOWNIKÓW POSZUKUJĄ PRACODAWCY?	103
RADY I PRZESTROGI DOTYCZĄCE ROZMÓW KWALIFIKACYJNYCH	104
CZĘŚĆ VII. WAŻNE INFORMACJE	107
DANE TELEADRESOWE.....	107
OBOWIĄZUJĄCE STAWKI, KWOTY, WSKAŹNIKI	109
WAŻNE ADRESY INTERNETOWE.....	114
CZĘŚĆ VIII. SŁOWNIK RYNKU PRACY.....	117



WSTĘP



Anna Jackowska
Dyrektor
Powiatowego Urzędu Pracy
we Włocławku

Wstęp

Oddajemy do Państwa rąk „Informator dla szukających pracy”, który ma spełnić ważną rolę dla naszych Klientów. Realizując usługi rynku pracy, dostrzegamy, że zarówno bezrobotni, jak też inne osoby planujące podjęcie zatrudnienia, potrzebują wielu różnych informacji. Szerokie spektrum wiedzy o rynku pracy jest bardzo istotne dla skutecznego poszukiwania zatrudnienia. Niebezpiepodstawnie mówi się, że w dzisiejszych czasach informacja to kluczowa wartość.

Duża grupa osób ma problemy z właściwym doбором ofert pracy, z przygotowaniem się do spotkania z pracodawcą, z określeniem ścieżki rozwoju własnych kompetencji (w tym z wyborem odpowiedniego kierunku kształcenia czy szkolenia zawodowego). Postanowiliśmy reaktywować w nowej odsłonie publikację, która odpowie na wątpliwości związane z tymi zagadnieniami. Sądzymy, że niniejszy poradnik będzie przydatny także tym osobom, które zamierzają po raz pierwszy wkroczyć na rynek pracy, na przykład młodzieży kończącej edukację. Z tego względu zamieściliśmy rozdział dotyczący zasad rejestracji w urzędzie oraz praw i obowiązków naszych Klientów.

Niniejsze wydawnictwo zawiera szereg przydatnych danych, wzory dokumentów, wyjaśnienia, informacje o rodzajach i stawkach świadczeń przysługujących naszym Klientom. Znaczące miejsce w tej publikacji zajmują zagadnienia prowadzenia działalności gospodarczej, jako jednej z metod podejmowania pracy.

Mamy nadzieję, że niniejsza publikacja umożliwi Państwu efektywne poruszanie się po rynku pracy.

Włocławek, lipiec 2025 r.

Anna Jackowska

Dyrektor PUP we Włocławku



CZĘŚĆ I.

REJESTRACJA W URZĘDZIE PRACY

CZĘŚĆ I. STATUS KLIENTA URZĘDU PRACY - PRAWA I OBOWIĄZKI

PROCEDURA REJESTRACJI OSOBY BEZROBOTNEJ



W urzędzie pracy, jako bezrobotny może zarejestrować się osoba, która jest zdolna i gotowa do podjęcia zatrudnienia w pełnym wymiarze czasu pracy obowiązującym w danym zawodzie lub w danej służbie albo innej pracy zarobkowej albo jeżeli jest osobą niepełnosprawną, zdolną i gotową

do podjęcia zatrudnienia co najmniej w połowie tego wymiaru czasu pracy, pod warunkiem, że:

- ✚ ukończyła 18 lat,
- ✚ nie ukończyła 60 lat – kobieta lub 65 lat – mężczyzna,
- ✚ nie jest zatrudniona, tzn. nie wykonuje pracy na podstawie stosunku pracy, stosunku służbowego, umowy o pracę nakładczą,
- ✚ nie wykonuje pracy lub nie świadczy usług na podstawie umów cywilnoprawnych, w tym umowy agencyjnej, umowy zlecenia, umowy o dzieło lub umowy o świadczenie usług, albo umowy o pomocy przy zbiorach, o której mowa w ustawie o ubezpieczeniu społecznym rolników lub w okresie członkostwa w rolniczej spółdzielni produkcyjnej, spółdzielni kółek rolniczych lub spółdzielni usług rolniczych,
- ✚ nie jest wpisana do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej (CEiDG), jako prowadząca działalność gospodarczą,
- ✚ zgłosiła do CEiDG wniosek o zawieszenie wykonywania działalności gospodarczej i okres zawieszenia nadal trwa,
- ✚ we wniosku o wpis do CEiDG określiła dzień podjęcia działalności gospodarczej i nie upłynął jeszcze okres do, określonego we wniosku o wpis, dnia podjęcia tej działalności,
- ✚ nie jest osobą tymczasowo aresztowaną lub nie odbywa kary pozbawienia wolności, z wyjątkiem kary pozbawienia wolności odbywanej poza zakładem karnym w systemie dozoru elektronicznego,
- ✚ nie uczy się w szkole, z wyjątkiem osoby uczącej się w szkole dla dorosłych, branżowej szkole II stopnia w formie stacjonarnej lub zaocznej, w szkole policealnej w formie stacjonarnej lub zaocznej lub przystępującej do egzaminów eksternistycznych z zakresu

programu nauczania szkoły dla dorosłych lub branżowej szkoły II stopnia, lub kształcącej się na studiach niestacjonarnych, lub uczącej się w szkole artystycznej realizującej wyłącznie kształcenie artystyczne,

- ✚ nie nabyła na podstawie ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej prawa do zasiłku stałego,
- ✚ nie jest członkiem zarządu, prokurentem, członkiem rady nadzorczej lub likwidatorem spółki kapitałowej w rozumieniu ustawy z dnia 15 września 2000 r. - Kodeks spółek handlowych,
- ✚ nie jest prokurentem lub pełnomocnikiem przedsiębiorcy będącego osobą fizyczną, prowadzącego działalność gospodarczą w rozumieniu ustawy z dnia 6 marca 2018 r. – Prawo przedsiębiorców,
- ✚ nie jest wspólnikiem spółki jawnej, partnerem lub członkiem zarządu w spółce partnerskiej, komplementariuszem w spółce komandytowej, komplementariuszem lub członkiem rady nadzorczej w spółce komandytowo-akcyjnej, prokurentem lub likwidatorem spółki osobowej w rozumieniu ustawy z dnia 15 września 2000 r. – Kodeks spółek handlowych,
- ✚ nie jest dyrektorem w radzie dyrektorów, o której mowa w art. 300 ustawy z dnia 15 września 2000r. – Kodeks spółek handlowych,
- ✚ nie podlega na podstawie odrębnych przepisów, obowiązkowi ubezpieczeń społecznych z wyjątkiem ubezpieczenia społecznego rolników,
- ✚ nie podlega obowiązkowemu ubezpieczeniu na wypadek bezrobocia lub obowiązkowym ubezpieczeniom społecznym w państwach: członkowskich Unii Europejskiej, Europejskiego Obszaru Gospodarczego nienależących do Unii Europejskiej, niebędących stronami umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym, które mają zawarte umowy z państwami Unii Europejskiej o swobodzie przepływu osób, Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej,
- ✚ nie prowadzi działalności gospodarczej w innym niż Rzeczpospolita Polska państwie na podstawie zgłoszenia do rejestru lub bez takiego zgłoszenia, jeżeli prawo danego państwa takiego zgłoszenia nie wymaga,
- ✚ nie posiada stałego źródła dochodu, co oznacza:

- nabycie prawa do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy, renty szkoleniowej, renty socjalnej, renty rodzinnej w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- nabycie świadczenia pieniężnego, o którym mowa w ustawie z dnia 8 lutego 2023r. o świadczeniu pieniężnym przysługującym członkom rodzin funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych, których śmierć nastąpiła w związku ze służbą albo podjęciem poza służbą czynności ratowania życia lub zdrowia ludzkiego albo mienia, zwanego dalej „świadczeniem pieniężnym przysługującym członkom rodziny funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych”,
- nabycie prawa do renty inwalidzkiej przyznawanej na podstawie ustawy z dnia 18 lutego 1994r. o zaopatrzeniu emerytalnym funkcjonariuszy Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Służby Ochrony Państwa, Państwowej Straży Pożarnej, Służby Celno-Skarbowej i Służby Więziennej oraz ich rodzin,
- nabycie po ustaniu zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, zaprzestaniu prowadzenia pozarolniczej działalności, prawa do nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego, świadczenia rehabilitacyjnego, zasiłku chorobowego, zasiłku macierzyńskiego lub zasiłku w wysokości zasiłku macierzyńskiego,
- nabycie prawa do emerytury albo renty z tytułu niezdolności do pracy przyznanego przez zagraniczny organ emerytalny lub rentowy, w wysokości co najmniej najniższej emerytury albo renty z tytułu niezdolności do pracy, o których mowa w ustawie z dnia 17 grudnia 1998r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych,
- uzyskiwanie miesięcznie przychodu w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę, z wyłączeniem przychodów uzyskanych z tytułu odsetek lub innych przychodów od środków pieniężnych zgromadzonych

- na rachunkach bankowych lub rachunkach członka spółdzielczej kasy oszczędnościowo-kredytowej,
- nabycie na podstawie ustawy z dnia 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych prawa do zasiłku pielęgnacyjnego lub specjalnego zasiłku opiekuńczego,
- nabycie na podstawie ustawy z dnia 4 kwietnia 2014r. o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów prawa do zasiłku dla opiekuna,
- pobieranie po ustaniu zatrudnienia świadczenia szkoleniowego (świadczenie przyznawane przez pracodawcę na wniosek pracownika przysługujące po rozwiązaniu stosunku pracy lub stosunku służbowego na czas udziału pracownika w szkoleniach w okresie nie dłuższym niż 6 miesięcy).

Nie stanowi przeszkody do nabycia oraz posiadania statusu bezrobotnego:

- 👤 wykonywanie przez wolontariuszy świadczeń odpowiadających świadczeniu pracy na zasadach określonych w ustawie z dnia 24 kwietnia 2003r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, jeżeli wolontariusz przedstawi właściwemu Powiatowemu Urzędowi Pracy porozumienie z korzystającym,
- 👤 odbywanie praktyki absolwenckiej na zasadach określonych w ustawie z dnia 17 lipca 2009 r. o praktykach absolwenckich, jeżeli praktykant przedstawi właściwemu Powiatowemu Urzędowi Pracy umowę o praktykę absolwencką,
- 👤 pełnienie bez wynagrodzenia funkcji członka statutowych władz organizacji pozarządowej (m.in. fundacja, stowarzyszenie), o której mowa w ustawie z dnia 24 kwietnia 2003r. o działalności pożytku publicznego i wolontariacie, jeżeli członek przedstawi właściwemu Powiatowemu Urzędowi Pracy oświadczenie organizacji, w której władzach zasiada potwierdzające pełnioną przez niego funkcję i niepobieranie wynagrodzenia z tytułu jej pełnienia.

W urzędzie pracy jako bezrobotni mogą zarejestrować się po spełnieniu ww. warunków również cudzoziemcy, którzy:

- 🇪🇺 są obywatelami państw członkowskich Unii Europejskiej,

- 🏠 są obywatelami państw Europejskiego Obszaru Gospodarczego nienależących do Unii Europejskiej (Islandia, Norwegia, Liechtenstein),
- 🏠 są obywatelami państw niebędących stronami umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym, którzy mogą korzystać ze swobody przepływu osób na podstawie umów zawartych przez te państwa ze Wspólnotą Europejską i jej państwami członkowskimi (Szwajcaria),
- 🏠 są obywatelami Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej,
- 🏠 posiadają w Polsce zezwolenie na pobyt stały,
- 🏠 posiadają w Polsce zezwolenie na pobyt rezydenta długoterminowego Unii Europejskiej,
- 🏠 posiadają w Polsce status uchodźcy,
- 🏠 korzystają w Polsce z ochrony uzupełniającej,
- 🏠 posiadają w Polsce zgodę na pobyt ze względów humanitarnych lub zgodę na pobyt tolerowany,
- 🏠 korzystają w Polsce z ochrony czasowej,
- 🏠 są stronami postępowania w sprawie udzielenia ochrony międzynarodowej i posiadają zaświadczenie wydane na podstawie art. 35 ustawy z dnia 13 czerwca 2003r. o udzielaniu cudzoziemcom ochrony na terytorium RP,
- 🏠 posiadają w Polsce zezwolenie na pobyt czasowy udzielone w związku z następującymi okolicznościami:
 - w celu wykonywania pracy w zawodzie wymagającym wysokich kwalifikacji,
 - w celu mobilności długoterminowej posiadacza Niebieskiej Karty UE, gdy celem cudzoziemca jest wykonywanie pracy w zawodzie wymagającym wysokich kwalifikacji,
 - w przypadku gdy cudzoziemiec posiada zezwolenie na pobyt rezydenta długoterminowego UE udzielone przez inne państwo członkowskie UE w związku z zamiarem wykonywania w Polsce pracy lub prowadzenia działalności gospodarczej, podjęcia bądź kontynuowania studiów lub szkolenia zawodowego, albo gdy cudzoziemiec wskaże inne okoliczności uzasadniające jego zamieszkiwanie na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej,
- 🏠 posiadają zezwolenie na pobyt czasowy w celu wykonywania pracy albo w celu wykonywania pracy w zawodzie pożądanym dla polskiej gospodarki albo w celu pełnienia funkcji w zarządzie osoby prawnej podlegającej wpisowi do rejestru przedsiębiorców, której udziałów lub

akcji cudzoziemiec nie posiada albo posiadają wizę wydaną w celu wykonywania pracy w Polsce,

- 🏠 posiadają Wizę Schengen lub wizę krajową wydaną w celu przyjazdu ze względów humanitarnych, z uwagi na interes państwa lub zobowiązania międzynarodowe, lub zezwolenie na pobyt czasowy udzielone w związku z tym, że bezpośrednio przed złożeniem wniosku o udzielenie tego zezwolenia przebywali na terytorium RP na podstawie wizy krajowej wydanej w celu przyjazdu ze względów humanitarnych i posiadają obywatelstwo uprawniające do ubiegania się o zezwolenie na pobyt,

- 🏠 towarzyszą obywatelom państw Unii Europejskiej, Islandii, Norwegii, Liechtensteinu i Szwajcarii, jako członkowie rodziny,

- 🏠 są członkami rodziny obywatela polskiego, którzy:

- uzyskali zezwolenie na pobyt czasowy w Polsce,
- po złożeniu wniosku o udzielenie pozwolenia na pobyt czasowy, pobyt stały lub pobyt rezydenta długoterminowego UE przebywają w Polsce na podstawie art. 108 ust. 1 pkt 2, art. 206 ust. 1 pkt 2 ustawy o cudzoziemcach, albo na podstawie umieszczonego w paszporcie odcisku stempla potwierdzającego złożenie wniosku o udzielenie zezwolenia na pobyt rezydenta długoterminowego UE, jeżeli bezpośrednio przed złożeniem wniosku posiadali zezwolenie na pobyt czasowy,

- 🏠 towarzyszą w Polsce obywatelowi polskiemu jako członek rodziny w rozumieniu art. 2 pkt 4 lit. b ustawy z dnia 14 lipca 2006r. o wjeździe na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej, pobycie oraz wyjeździe z tego terytorium obywateli państw członkowskich Unii Europejskiej i członków ich rodzin.

W jaki sposób można dokonać rejestracji w powiatowym urzędzie pracy?

Rejestracji jako osoby bezrobotnej można dokonać w powiatowym urzędzie pracy właściwym, ze względu na miejsce zamieszkania.

Rejestracja w urzędzie pracy następuje na wniosek poprzez:

- 🏠 osobiste zgłoszenie osoby we właściwym powiatowym urzędzie pracy z wymaganymi dokumentami - status bezrobotnego nabywa się



z dniem stawienia w urzędzie pracy po dostarczeniu wymaganych dokumentów oraz złożeniu wymaganych oświadczeń, za pośrednictwem Internetu – osoba wypełnia wniosek o dokonanie rejestracji za pośrednictwem formularza elektronicznego dostępnego na stronie internetowej praca.gov.pl lub za pośrednictwem elektronicznej platformy usług administracji publicznej epuap.gov.pl. Do wniosku osoba dołącza odwzorowanie cyfrowe wymaganych dokumentów. Status osoby bezrobotnej nabywa się z dniem złożenia kompletnego wniosku o dokonanie rejestracji. Z tego sposobu rejestracji mogą skorzystać osoby, które posiadają bezpieczny podpis elektroniczny weryfikowany za pomocą ważnego certyfikatu lub podpis potwierdzony profilem zaufanym e-puap (elektronicznej platformy usług administracji publicznej).

Wniosek o rejestrację jako bezrobotny zawiera następujące dane:

- 1) imię (imiona) i nazwisko,
- 2) obywatelstwo albo obywatelstwa,
- 3) numer PESEL, a w przypadku jego braku – datę i miejsce urodzenia, płeć, rodzaj, serię i numer dokumentu potwierdzającego tożsamość,
- 4) stan cywilny oraz informację o posiadaniu przez małżonka statusu bezrobotnego albo poszukującego pracy,
- 5) liczbę dzieci na utrzymaniu, daty ich urodzenia oraz informację o samotnym wychowywaniu dzieci,
- 6) informację o posiadaniu Karty Dużej Rodziny, o której mowa w art. 1 ust 1 ustawy z dnia 5 grudnia 2014r. o Karcie Dużej Rodziny,
- 7) informację o byciu opiekunem osoby niepełnosprawnej,
- 8) adres zamieszkania oraz adres do doręczeń, a także adres elektroniczny lub numer telefonu lub inne dane kontaktowe, jeżeli posiada,
- 9) wykształcenie,
- 10) ukończone szkoły,
- 11) zawody wyuczone oraz zawody wykonywane lub kwalifikacje cząstkowe w rozumieniu art. 2 pkt 9 ustawy z dnia 22 grudnia 2015r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji,
- 12) zawód, w którym osoba ubiegająca się o zarejestrowanie jako bezrobotny chciałaby pracować i ma ku temu odpowiednie

- kompetencje i kwalifikacje potwierdzone stosownymi dokumentami lub udokumentowaną ciągłość pracy w okresie minimum 3 miesięcy,
- 13) znajomość języków obcych wraz z poziomem znajomości tych języków;
 - 14) posiadane uprawnienia i ukończone szkolenia zwiększające szanse na podjęcie i utrzymanie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej,
 - 15) rodzaj i stopień niepełnosprawności, jeżeli dotyczy,
 - 16) okresy zatrudnienia z podaniem nazwy pracodawcy, zajmowanego stanowiska pracy, wymiaru czasu pracy i podstawy wykonywania pracy,
 - 17) okresy wykonywania innej pracy zarobkowej i opłacania składek na ubezpieczenia społeczne z tytułu prowadzenia pozarolniczej działalności,
 - 18) inne okresy zaliczane do okresu uprawniającego do zasiłku, o których mowa w ustawie,
 - 19) sposób rozwiązania ostatniego stosunku pracy albo stosunku służbowego w zakresie koniecznym do ustalenia uprawnień do zasiłku,
 - 20) kierunki szkoleń, którymi osoba ubiegająca się o zarejestrowanie jako bezrobotny jest zainteresowana,
 - 21) fakty niezbędne do ustalenia możliwości przyznania statusu bezrobotnego, o których mowa w art. 2 pkt 1 ustawy z dnia 20 marca 2025r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia (przepisy określające warunki uzyskania statusu bezrobotnego),
 - 22) numer rachunku płatniczego, w celu przekazywania przyznanych świadczeń,
 - 23) informacje niezbędne do zgłoszenia bezrobotnego lub członka jego rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego,
 - 24) informację o posiadanym statusie w przypadku cudzoziemca.

Osoba ubiegająca się o zarejestrowanie przedkłada następujące dokumenty:

-  dowód osobisty, a w przypadku jego braku inny dokument tożsamości,
-  świadectwa ukończenia szkoły, dyplomy lub inne dokumenty potwierdzające kwalifikacje lub zaświadczenia o ukończeniu szkolenia,

- ❏ świadectwa pracy z całego okresu zatrudnienia, zaświadczenia o okresach wykonywania innej pracy zarobkowej (umowa agencyjna, umowa zlecenie, umowa o dzieło),
- ❏ dokument stwierdzający przeciwwskazania do wykonywania określonych prac, jeżeli osoba rejestrująca się taki dokument posiada,
- ❏ osoba niepełnosprawna oprócz ww. dokumentów przedstawia również orzeczenie o niepełnosprawności wydane przez uprawniony organ,
- ❏ inne dokumenty niezbędne do ustalenia uprawnień:
 - osoba, która pobiera rentę rodzinną - aktualną decyzję o wysokości renty,
 - osoba, która pracowała w niepełnym wymiarze czasu pracy - zaświadczenie o wynagrodzeniu brutto za poszczególne miesiące;
 - osoba, która wykonywała pracę lub świadczyła usługi na podstawie umów cywilnoprawnych - zaświadczenie potwierdzające okres wykonywania pracy oraz miesięczną podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy,
 - osoba, która prowadziła pozarolniczą działalność gospodarczą zaświadczenie z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych o okresie opłacania składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy,
 - osoba, która współpracowała z osobą prowadzącą działalność gospodarczą - zaświadczenie z ZUS o okresie opłacania składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy,
 - osoba, która po ustaniu zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej, pobierała zasiłek chorobowy, świadczenie rehabilitacyjne, zasiłek macierzyński lub zasiłek w wysokości zasiłku macierzyńskiego - zaświadczenie z ZUS o okresie pobierania tych świadczeń z podstawą ich wymiaru,
 - osoba, która pobierała rentę z tytułu niezdolności do pracy, rentę szkoleniową, rentę socjalną - zaświadczenie z ZUS o okresie jej pobierania,
 - osoba, która świadczyła usługi na podstawie umowy uaktywniającej - umowę uaktywniającą i zaświadczenie z ZUS o okresie podlegania ubezpieczeniom społecznym z tytułu tej umowy,
 - osoba, która pobierała zasiłek stały, świadczenie pielęgnacyjne, specjalny zasiłek opiekuńczy - zaświadczenie o okresie pobierania tych świadczeń,

- osoba, która sprawowała osobistą opiekę nad dzieckiem - zaświadczenie z ZUS,
- osoba zwolniona z zakładu karnego lub aresztu śledczego - świadectwo zwolnienia i w przypadku wykonywania pracy zaświadczenie o comiesięcznej podstawie wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy,
- książeczkę wojskową lub zaświadczenie z WKU w przypadku odbywania służby wojskowej,
- osoba pełniąca funkcję członka statutowych władz organizacji pożytku publicznego (m.in. fundacja, stowarzyszenie) - oświadczenie tej organizacji potwierdzające pełnioną funkcję i niepobieranie wynagrodzenia z tytułu jej pełnienia,
- cudzoziemiec - zezwolenie pobytowe lub wizę na podstawie, których przebywa na terytorium RP oraz decyzję Wojewody.

Osoba ubiegająca się o zarejestrowanie jako osoba bezrobotna składa oświadczenia o:

- 1) zdolności i gotowości do podjęcia zatrudnienia w pełnym wymiarze czasu pracy obowiązującym w danym zawodzie lub w danej służbie albo innej pracy zarobkowej albo jeżeli jest osobą niepełnosprawną, zdolną i gotową do podjęcia zatrudnienia co najmniej w połowie tego wymiaru czasu pracy,
- 2) braku stałego źródła dochodu.

Informacje i przedstawiane dane niezbędne do rejestracji w Powiatowym Urzędzie Pracy bezrobotny albo poszukujący pracy składa pod rygorem odpowiedzialności karnej za składanie fałszywych oświadczeń.

Rejestracja bezrobotnego w urzędzie pracy wyłącza możliwość rejestracji tej osoby jako:

- poszukującego pracy oraz posiadania takiego statusu przez okres posiadania statusu bezrobotnego,
- bezrobotnego w innym urzędzie pracy.

Status bezrobotnego przysługuje przez okres 3 lat od dnia rejestracji, z wyjątkiem sytuacji, w których zgodnie z ustawą następuje utrata statusu bezrobotnego.

Bezrobotny jest informowany o:

- warunkach zachowania statusu bezrobotnego oraz warunkach nabycia prawa do zasiłku, w tym niezbędnych do tego dokumentach,
- przysługujących mu prawach i obowiązkach wynikających z ustawy oraz o formach pomocy.

OBOWIĄZKI OSOBY BEZROBOTNEJ

Uzyskanie statusu osoby bezrobotnej niesie ze sobą szereg obowiązków. Niedopełnienie niektórych skutkuje czasową utratą statusu a co za tym idzie, prawa do świadczeń i innych form wsparcia.

Do obowiązków bezrobotnego należy:

-  poddanie się badaniom lekarskim lub psychologicznym mającym na celu ustalenie zdolności do pracy lub udziału w innej formie pomocy określonej w ustawie,
-  utrzymywanie kontaktu z Powiatowym Urzędem Pracy co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania pomocą określoną w ustawie,
-  przyjęcie propozycji prac społecznie użytecznych,
-  powiadomienie o wszelkich zmianach w danych przekazywanych w trakcie rejestracji oraz w złożonych oświadczeniach, w terminie 7 dni od dnia ich wystąpienia,
-  zawiadomienie PUP o okolicznościach powodujących utratę statusu bezrobotnego w terminie 7 dni od daty ich wystąpienia,
-  zawiadomienie w ciągu 7 dni o podjęciu zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub dokonaniu wpisu do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej oraz o zaistnieniu innych okoliczności powodujących utratę prawa do zasiłku,
-  przesłanie do PUP oświadczenia o przychodach lub innych dokumentów niezbędnych do ustalenia uprawnień do świadczeń przewidzianych w ustawie w terminie 7 dni od dnia uzyskania tych przychodów,
-  zawiadomienie o zamiarze pobytu za granicą,
-  zawiadomienie powiatowego urzędu pracy, w którym jest zarejestrowany, o zamiarze zmiany miejsca zamieszkania skutkującej zmianą właściwości PUP i wskazanie PUP właściwego ze względu na planowane miejsca zamieszkania,

- 🚧 przedstawianie zaświadczeń o niezdolności do pracy wskutek choroby lub opieki nad chorym członkiem rodziny. Bezrobotny z prawem do zasiłku ma obowiązek przedstawić zaświadczenie na druku ZUS ZLA za wyjątkiem bezrobotnych odbywających leczenie w zakładzie leczenia odwykowego,
- 🚧 powiadomienie o udziale w szkoleniach finansowanych na podstawie umów z innym podmiotem niż PUP w terminie 7 dni przed ich rozpoczęciem,
- 🚧 zwrot, w terminie 30 dni od dnia doręczenia decyzji w przedmiocie obowiązku zwrotu nienależnie pobranego świadczenia pieniężnego,
- 🚧 powiadomienie urzędu pracy o odbywaniu wolontariatu lub praktyki absolwenckiej i przedstawienie zawartego porozumienia lub umowy.

PRAWA OSOBY BEZROBOTNEJ

Osoba zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotna ma prawo do:

- 🚧 korzystania z informacji o wolnych miejscach pracy i innych formach pomocy, które posiada urząd pracy,
- 🚧 korzystania z profesjonalnej pomocy w uzyskaniu propozycji pracy,
- 🚧 korzystania z fachowego i profesjonalnie prowadzonego poradnictwa zawodowego,
- 🚧 uzyskania pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy,
- 🚧 uczestnictwa w szkoleniach w celu podniesienia kwalifikacji zawodowych,
- 🚧 przebywania za granicą w okresie nie dłuższym niż 30 dni,
- 🚧 ubezpieczenia zdrowotnego dla siebie i członków rodziny o ile nie podlega ubezpieczeniu zdrowotnemu z innego tytułu np. ubezpieczenie rolników w KRUS, pobieranie renty rodzinnej,
- 🚧 zachowania statusu osoby bezrobotnej przez okres niezdolności do pracy powstałej wskutek choroby lub przebywania w zakładzie leczenia odwykowego przez nieprzerwany okres 180 dni,
- 🚧 złożenia wniosku o pozbawienie statusu osoby bezrobotnej.

Osoba bezrobotna, po spełnieniu ustawowych przesłanek, może skorzystać z takich form wsparcia jak:

- skierowanie do odbycia stażu i uzyskanie z tego tytułu stypendium stażowego w wysokości 160% zasiłku,
- skierowanie na szkolenie i uzyskanie z tego tytułu stypendium szkoleniowego w wysokości 120% zasiłku,
- skierowanie do wykonywania prac interwencyjnych, robót publicznych,
- skierowanie do wykonywania pracy w ramach dofinansowania wynagrodzenia dla osób, które ukończyły 50 rok życia, a nie ukończyły 60 lat – w przypadku kobiety, lub 65 lat – w przypadku mężczyzny,
- zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenie społeczne za zatrudnionych skierowanych bezrobotnych w Domach Pomocy Społecznej lub jednostkach organizacyjnych wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej,
- skierowanie do wykonywania prac społecznie użytecznych, jeżeli nie posiada prawa do zasiłku i korzysta ze świadczeń pomocy społecznej,
- jednorazowe środki finansowe na podjęcie działalności gospodarczej,
- jednorazowe środki na założenie lub przystąpienie do spółdzielni socjalnej,
- pożyczka na podjęcie działalności gospodarczej,
- zwrot kosztów przejazdu w związku z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub udziału w formie pomocy,
- zwrot kosztów zakwaterowania w związku z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub udziału w formie pomocy,
- bon na kształcenie ustawiczne,
- pożyczka edukacyjna,
- sfinansowanie kosztów potwierdzenia nabycia wiedzy i umiejętności lub uzyskania dokumentu potwierdzającego nabycie wiedzy i umiejętności,



- sfinansowanie opłaty za przeprowadzenie postępowania i wydanie decyzji w sprawie uznania kwalifikacji zawodowych do wykonywania zawodu regulowanego,
- sfinansowanie opłat za postępowanie nostryfikacyjne,
- refundacja kosztów opieki nad osobą zależną lub nad dzieckiem/dziećmi do 7 roku życia, a w przypadku dziecka z niepełnosprawnością do 18 roku życia;
- bon na zasiedlenie,
- dodatek aktywizacyjny w sytuacji, gdy pobiera zasiłek dla bezrobotnych i z własnej inicjatywy podejmuje zatrudnienie, inną pracę zarobkową lub rozpocznie działalność gospodarczą.

REJESTRACJA OSÓB POSZUKUJĄCYCH PRACY

Poszukujący pracy – to osoba, o której mowa w art. 1 ust. 3 ustawy z dnia 20 marca 2025 r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia, która ukończyła 18 lat i poszukuje zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub innej formy pomocy, zarejestrowana w PUP. Osobą poszukującą pracy może być zarówno obywatel polski jak i cudzoziemiec.

Wniosek o rejestrację jako poszukujący pracy zawiera następujące dane:

- 1) imię (imiona) i nazwisko
- 2) obywatelstwo albo obywatelstwa;
- 3) numer PESEL, a w przypadku jego braku – datę i miejsce urodzenia, płeć, rodzaj, serię i numer dokumentu potwierdzającego tożsamość;
- 4) stan cywilny oraz informację o posiadaniu przez małżonka statusu bezrobotnego albo poszukującego pracy;
- 5) liczbę dzieci na utrzymaniu, daty ich urodzenia oraz informację o samotnym wychowywaniu dzieci;
- 6) informację o byciu opiekunem osoby niepełnosprawnej;
- 7) adres zamieszkania oraz adres do doręczeń, a także adres elektroniczny lub numer telefonu lub inne dane kontaktowe, jeżeli posiada;
- 8) wykształcenie;
- 9) ukończone szkoły;
- 10) zawody wyuczone oraz zawody wykonywane lub kwalifikacje cząstkowe w rozumieniu art. 2 pkt 9 ustawy z dnia 22 grudnia 2015r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji;

- 11) zawód, w którym osoba ubiegająca się o zarejestrowanie jako poszukujący chciałby pracować i ma ku temu odpowiednie kompetencje i kwalifikacje potwierdzone stosownymi dokumentami lub udokumentowaną ciągłość pracy w okresie minimum 3 miesięcy;
- 12) znajomość języków obcych wraz z poziomem znajomości tych języków;
- 13) posiadane uprawnienia i ukończone szkolenia zwiększające szanse na podjęcie i utrzymanie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej;
- 14) rodzaj i stopień niepełnosprawności, jeżeli dotyczy;
- 15) okresy zatrudnienia z podaniem nazwy pracodawcy, zajmowanego stanowiska pracy, wymiaru czasu pracy i podstawy wykonywania pracy;
- 16) okresy wykonywania innej pracy zarobkowej i opłacania składek na ubezpieczenia społeczne z tytułu prowadzenia pozarolniczej działalności;
- 17) kierunki szkoleń, którymi osoba jest zainteresowana;
- 18) numer rachunku płatniczego, w celu przekazywania przyznanych świadczeń.

Rejestracja poszukującego pracy w urzędzie pracy wyłącza możliwość rejestracji tej osoby jako poszukującego pracy w innym urzędzie pracy.

Poszukujący pracy jest informowany o:

- ✓ warunkach zachowania statusu poszukującego,
- ✓ przysługujących mu prawach i obowiązkach wynikających z ustawy oraz o formach pomocy.

OBOWIĄZKI OSOBY POSZUKUJĄCEJ PRACY

Obowiązkiem osoby poszukującej pracy jest utrzymywanie kontaktu z PUP co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania pomocą określoną w ustawie.

PRAWA OSOBY POSZUKUJĄCEJ PRACY

Osoba poszukująca pracy po spełnieniu ustawowych przesłanek może skorzystać z takich form wsparcia jak:

- ✚ pośrednictwo pracy,
- ✚ poradnictwo zawodowe, w tym szkolenie z zakresu umiejętności poszukiwania pracy,

- ✚ skierowanie na szkolenie (a w przypadku osoby niepełnosprawnej niepozostającej w zatrudnieniu także uzyskanie z tego tytułu stypendium szkoleniowego w wysokości 120% zasiłku przez okres uczestnictwa),
- ✚ zwrot kosztów przejazdu i zakwaterowania,
- ✚ bon na kształcenie ustawiczne,
- ✚ pożyczka edukacyjna,
- ✚ skierowanie do wykonywania pracy w ramach dofinansowania wynagrodzenia dla osób, które ukończyły 60 lat – w przypadku kobiety, lub 65 lat – w przypadku mężczyzny – o ile nie był zatrudniony lub nie wykonywał innej pracy zarobkowej u tego pracodawcy, bezpośrednio przed zarejestrowaniem jako poszukujący pracy,
- ✚ skierowanie na staż w przypadku, gdy jest osobą niepełnosprawną niepozostającą w zatrudnieniu, gdy staż jest finansowany ze środków z PFRON – przysługuje stypendium stażowe w wysokości 160% zasiłku,
- ✚ sfinansowanie kosztów potwierdzenia nabycia wiedzy i umiejętności lub uzyskania dokumentu potwierdzającego nabycie wiedzy i umiejętności,
- ✚ sfinansowanie opłaty za przeprowadzenie postępowania i wydanie decyzji w sprawie uznania kwalifikacji zawodowych do wykonywania zawodu regulowanego.

Ponadto poszukujący pracy niezatrudniony i niewykonujący innej pracy zarobkowej opiekun osoby niepełnosprawnej może korzystać na zasadach takich jak bezrobotny z form pomocy.

Poszukujący pracy ma również prawo złożyć wniosek o pozbawienie statusu poszukującego pracy.

ZASIŁEK DLA BEZROBOTNYCH

Zgodnie z obowiązującymi aktualnie przepisami zasiłek dla bezrobotnych przysługuje bezrobotnemu, jeżeli udokumentuje, że w okresie 18 miesięcy bezpośrednio poprzedzających dzień zarejestrowania łącznie przez okres, co najmniej 365 dni:

- ☛ był zatrudniony i osiągał wynagrodzenie w kwocie co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę, od którego istnieje obowiązek opłacania składki na Fundusz Pracy,
- ☛ wykonywał pracę na podstawie umowy o pracę nakładczą i osiągał z tego tytułu dochód w wysokości co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,

- ❁ świadczył usługi na podstawie umów cywilnoprawnych, w tym umowy agencyjnej, umowy zlecenia, umowy o dzieło lub umowy o świadczenie usług, do której stosuje się odpowiednio przepisy o zleceniu, za które powinny być opłacone składki na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy, przy czym podstawę wymiaru tych składek stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę w przeliczeniu na okres pełnego miesiąca,
- ❁ opłacał składki na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy z tytułu prowadzenia pozarolniczej działalności, których podstawę wymiaru stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- ❁ wykonywał pracę w okresie tymczasowego aresztowania lub odbywania kary pozbawienia wolności, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- ❁ wykonywał pracę w rolniczej spółdzielni produkcyjnej, spółdzielni kółek rolniczych lub spółdzielni usług rolniczych, będąc członkiem tej spółdzielni, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- ❁ opłacał składkę na Fundusz Pracy w związku z pracą za granicą u pracodawcy zagranicznego w wysokości 9,75 % przeciętnego wynagrodzenia za każdy miesiąc zatrudnienia (z wyłączeniem zatrudnienia w państwach UE, EOG, Szwajcarii, Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii, Irlandii Północnej),
- ❁ był zatrudniony za granicą i przybył do Rzeczypospolitej Polskiej jako repatriant,
- ❁ był zatrudniony, pełnił służbę lub wykonywał inną pracę zarobkową i osiągał wynagrodzenie lub dochód, od którego istnieje obowiązek opłacania składki na Fundusz Pracy.

Na poczet 365 dni uprawniających do zasiłku dla bezrobotnych zalicza się również okresy:

- ❁ zawodowej służby wojskowej, zasadniczej służby wojskowej, terytorialnej służby wojskowej pełnionej rotacyjnie, służby w aktywnej rezerwie w dniach tej służby, odbywania ćwiczeń wojskowych w ramach pasywnej rezerwy, służby wojskowej pełnionej w razie ogłoszenia mobilizacji i w czasie wojny lub służby zastępczej oraz służby w charakterze personelu obrony cywilnej, skierowanej przez

właściwy organ obrony cywilnej do wykonania zadań w czasie stanu wojennego i w czasie wojny, a także służby w charakterze funkcjonariusza Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Służby Ochrony Państwa, Państwowej Straży Pożarnej, Służby Celno-Skarbowej i Służby Więziennej oraz ich rodzin,

- urlopu wychowawczego udzielonego na podstawie odrębnych przepisów,
- pobierania renty z tytułu niezdolności do pracy, renty inwalidzkiej, renty szkoleniowej oraz przypadające po ustaniu zatrudnienia, wykonywania innej pracy zarobkowej albo zaprzestaniu prowadzenia pozarolniczej działalności okresy pobierania zasiłku chorobowego, zasiłku macierzyńskiego, zasiłku w wysokości zasiłku macierzyńskiego lub świadczenia rehabilitacyjnego, jeżeli podstawę wymiaru tych zasiłków i świadczenia z uwzględnieniem kwoty składek na ubezpieczenia społeczne, stanowiła kwota wynosząca co najmniej minimalne wynagrodzenie za pracę,
- za które były opłacane składki na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy, jeżeli podstawę wymiaru składek stanowiła kwota wynosząca co najmniej minimalne wynagrodzenie za pracę,
- za które przyznano odszkodowanie z tytułu niezgodnego z przepisami rozwiązania przez pracodawcę stosunku pracy lub stosunku służbowego,
- za które wypłacono pracownikowi odszkodowanie z tytułu skrócenia okresu wypowiedzenia umowy o pracę,
- świadczenia usług na podstawie umowy uaktywniającej, o której mowa w art. 50 ustawy z dnia 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3,
- pobierania renty rodzinnej, w przypadku, gdy nastąpił zbieg prawa do tej renty z prawem do renty z tytułu niezdolności do pracy i wybrano pobieranie renty rodzinnej,
- pobierania świadczenia pieniężnego przysługującego członkom rodziny funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych w przypadku, gdy nastąpił zbieg prawa do tego świadczenia z prawem do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy, o których mowa w ustawie z dnia

17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych,

- sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem przez osoby, o których mowa w art. 6a ust. 1 ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych,
- pobierania świadczenia pielęgnacyjnego lub specjalnego zasiłku opiekuńczego na podstawie ustawy z dnia 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych, lub zasiłku dla opiekuna na podstawie ustawy z dnia 4 kwietnia 2014 r. o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów,
- zatrudnienia z wynagrodzeniem poniżej minimalnego wynagrodzenia za pracę miesięcznie w przypadku osób, którym na podstawie art. 15g ustawy z dnia 2 marca 2020 r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz. U. z 2024 r. poz. 340, 1089, 1222, 1473 i 1717 oraz z 2025 r. poz. 179), obniżono wymiar czasu pracy, co skutkowało obniżeniem wysokości wynagrodzenia poniżej minimalnego wynagrodzenia za pracę, jeżeli przed wskazanym obniżeniem wymiaru czasu pracy osiągały miesięcznie wynagrodzenie w kwocie co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- podlegania obowiązkowo ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym, zgodnie z art. 6c ust. 1 ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych,
- finansowania składek za ubezpieczonego ze środków, o których mowa w art. 16 ust. 4a ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę.

Jeżeli ww. okresy stanowiły już raz podstawę do nabycia prawa do zasiłku, nie mogą być ponownie uwzględnione do 365 dni, z wyjątkiem nabycia prawa do zasiłku na okres uzupełniający.

Ponadto prawo do zasiłku przysługuje:

- bezrobotnym zwalnianym z zakładów karnych i aresztów śledczych, zarejestrowanym w okresie 30 dni od dnia zwolnienia, jeżeli suma okresów uprawniających do zasiłku, o których mowa

wyżej, przypadających w okresie 18 miesięcy przed ostatnim pozbawieniem wolności oraz wykonywania pracy w okresie pozbawienia wolności wynosiła co najmniej 365 dni, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota w wysokości co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę. W przypadku pozbawienia wolności w okresie pobierania zasiłku, po zwolnieniu z zakładu karnego lub aresztu śledczego przysługuje prawo do zasiłku na okres skrócony o okres pobierania zasiłku przed pozbawieniem wolności i w trakcie przerw w odbywaniu kary,

- bezrobotnym zwolnionym z zasadniczej służby wojskowej lub okresowej służby wojskowej, jeżeli okres jej odbywania wynosił co najmniej 240 dni i przypadał w okresie 18 miesięcy poprzedzających dzień zarejestrowania się w PUP.

Prawo do zasiłku od dnia zarejestrowania w PUP lub z karencją

Prawo do zasiłku przysługuje bezrobotnemu za każdy dzień kalendarzowy od dnia zarejestrowania się w powiatowym urzędzie pracy po udokumentowaniu okresów uprawniających do jego uzyskania.

Jeśli bezrobotny udokumentuje okres uprawniający do zasiłku po dniu zarejestrowania się w PUP, jednak w okresie posiadania statusu bezrobotnego, zasiłek przysługuje wówczas od dnia udokumentowania.

Występują również sytuacje, w których przyznanie prawa do zasiłku nastąpi dopiero, gdy bezrobotny odczeka określony przepisami okres karencji.

Po upływie 90 dni od dnia rejestracji zasiłek przysługuje bezrobotnemu, który:

- zawiesił wykonywanie pozarolniczej działalności gospodarczej i okres jej prowadzenia uwzględniany jest do nabycia prawa do zasiłku,
- rozwiązał ostatni stosunek pracy (służbowy) na mocy porozumienia stron (sankcja ta nie ma zastosowania, jeżeli porozumienie stron nastąpiło z powodu zmiany miejsca zamieszkania lub upadłości, likwidacji pracodawcy lub zmniejszenia zatrudnienia z przyczyn dotyczących zakładu pracy),
- z własnej winy po skierowaniu przez PUP lub zawarciu umowy nie podjął albo przerwał realizację formy pomocy, chyba że powodem

- niepodjęcia albo przerwania realizacji było podjęcie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej,
- odmówił bez uzasadnionej przyczyny propozycji prac społecznie użytecznych,
- odmówił udziału w przygotowaniu IPD.

Po upływie okresu:

- za który otrzymał odszkodowanie za skrócenie okresu wypowiedzenia umowy o pracę,
- za który otrzymał świadczenie w postaci jednorazowego ekwiwalentu pieniężnego za urlop górniczy, jednorazową odprawę socjalną, zasiłkową, pieniężną po zasiłku socjalnym, jednorazową odprawę warunkową lub odprawę pieniężną bezwarunkową,
- po zakończeniu odbywania praktyki absolwenckiej i otrzymywania z tego tytułu miesięcznie świadczenia pieniężnego w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę.

Prawo do zasiłku nie przysługuje bezrobotnemu, który przed rejestracją w PUP:

- rozwiązał ostatni stosunek pracy lub stosunek służbowy za wypowiedzeniem, chyba że rozwiązanie stosunku pracy lub stosunku służbowego za wypowiedzeniem nastąpiło z powodu zmiany miejsca zamieszkania lub pracownik rozwiązał umowę o pracę w trybie art. 55 § 1 i 1¹ ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. – Kodeks pracy,
- spowodował rozwiązanie z własnej winy ostatniego stosunku pracy lub stosunku służbowego bez wypowiedzenia,
- rozwiązał ostatni stosunek pracy zawarty na podstawie skierowania przez starostę do pracodawcy otrzymującego w związku z tym skierowaniem środki z Funduszu Pracy.

Przepis ten nie ma zastosowania, gdy ostatni stosunek pracy lub stosunek służbowy nie stanowi podstawy nabycia prawa do zasiłku.

Powrót na kontynuację zasiłku dla bezrobotnych

Jeżeli bezrobotny utracił status bezrobotnego na okres krótszy niż 365 dni z powodu: podjęcia zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, pozarolniczej działalności, lub uzyskiwania przychodu w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę miesięcznie to uzyska prawo

do zasiłku na kontynuację jeśli zarejestruje się w PUP jako bezrobotny w okresie 14 dni od dnia ustania zatrudnienia, zaprzestania wykonywania innej pracy zarobkowej, prowadzenia pozarolniczej działalności, pobierania zasiłku chorobowego, macierzyńskiego lub zasiłku w wysokości zasiłku macierzyńskiego po ustaniu zatrudnienia, zaprzestaniu wykonywania innej pracy zarobkowej, prowadzenia pozarolniczej działalności, lub uzyskiwania przychodu przekraczającego połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę miesięcznie.

Okres przysługiwania zasiłku zostanie skrócony o okres pobierania zasiłku przed utratą statusu bezrobotnego oraz o okresy jego nieprzysługiwania.

Przepis ten ma zastosowanie również w przypadku:

- 📄 powołania do i zwolnienia z zawodowej służby wojskowej, zasadniczej służby wojskowej, służby w aktywnej rezerwie w dniach tej służby, odbywania ćwiczeń wojskowych w ramach pasywnej rezerwy lub służby wojskowej pełnionej w razie ogłoszenia mobilizacji i w czasie wojny oraz służby zastępczej, a także stawienia się do i zwolnienia z terytorialnej służby wojskowej pełnionej rotacyjnie,
- 📄 odbywania szkolenia lub stażu organizowanego przez inny podmiot niż PUP,
- 📄 personelu obrony cywilnej, o którym mowa w ustawie z dnia 5 grudnia 2024 r. o ochronie ludności i obronie cywilnej, w czasie wykonywania zadań obrony cywilnej.

W przypadku gdy osoba utraci status bezrobotnego na okres krótszy niż 365 dni z innych przyczyn niż wymienione wyżej lub nie dokona rejestracji w PUP w okresie 14 dni to może uzyskać prawo do zasiłku na kontynuację, jeżeli w dniu kolejnej rejestracji udokumentuje 365 dni uprawniających do zasiłku.

Okres przysługiwania zasiłku zostanie skrócony o okres pobierania zasiłku przed utratą statusu bezrobotnego oraz o okresy nieprzysługiwania.

Okres pobierania zasiłku

Zasiłek dla bezrobotnych to forma wsparcia przysługująca bezrobotnemu przez określony ustawowo czas, który wynosi:

- ✓ 180 dni albo
- ✓ 365 dni – w przypadku bezrobotnych:
 - niepełnosprawnych,

- będących członkami rodzin wielodzietnych posiadających Kartę Dużej Rodziny,
- powyżej 50 roku życia oraz posiadających jednocześnie co najmniej łącznie 20 lat stażu pracy,
- którzy mają na utrzymaniu co najmniej jedno dziecko w wieku do 18. roku życia, a w przypadku dziecka niepełnosprawnego do 24. roku życia, jeżeli kontynuuje naukę w szkole lub uczelni i legitymuje się orzeczeniem o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności, 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,
- samotnie wychowujących co najmniej jedno dziecko w wieku do 18 roku życia, a w przypadku dziecka niepełnosprawnego do 24. roku życia, jeżeli kontynuuje naukę w szkole lub uczelni i legitymuje się orzeczeniem o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności.

W przypadku urodzenia dziecka przez kobietę w okresie pobierania zasiłku lub w ciągu 30 dni po jego zakończeniu, okres pobierania zasiłku ulega przedłużeniu o czas, przez który przysługiwałby jej, zgodnie z odrębnymi przepisami, zasiłek macierzyński.

Okres pobierania zasiłku, ulega skróceniu o okres zatrudnienia w ramach prac interwencyjnych, robót publicznych, odbywania szkolenia oraz stażu, przypadających na okres, w którym przysługiwałby zasiłek, oraz o okresy nieprzysługiwania zasiłku.

Wysokość zasiłku

Wysokość zasiłku dla bezrobotnych wynosi:

- ✓ 1662,00 zł w okresie pierwszych 90 dni posiadania prawa do zasiłku,
- ✓ 1305,20 zł w okresie kolejnych dni posiadania prawa do zasiłku.

Bezrobotnemu który udokumentował staż pracy wynoszący co najmniej 20 lat przysługuje zasiłek w wysokości 120% kwoty zasiłku.

Wysokość zasiłku podlega waloryzacji z dniem 1 czerwca o średnioroczny wskaźnik cen towarów i usług konsumpcyjnych ogółem w poprzednim roku. Nie dokonuje się waloryzacji zasiłków, w przypadku, gdy średnioroczny poziom cen towarów i usług konsumpcyjnych ogółem nie zmienił się lub uległ zmniejszeniu.

Sposób naliczania zasiłku dla bezrobotnych

Zasiłek dla bezrobotnych wypłacany jest w terminach ustalonych przez PUP, nie później niż w ciągu 14 dni od dnia upływu okresu, za który świadczenie jest wypłacane.

Zasiłek wypłaca się w okresach miesięcznych z dołu na rachunek płatniczy.

Zasiłek za niepełny miesiąc ustala się, dzieląc kwotę przysługującego zasiłku przez 30 i mnożąc przez liczbę dni kalendarzowych przypadających w okresie, za który przysługuje zasiłek.

Prawo do zasiłku po pracy za granicą

Bezrobotny, który utracił pracę w państwie Unii Europejskiej, Islandii, Liechtensteinie, Norwegii, Szwajcarii, Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej ma możliwość uzyskania zasiłku dla bezrobotnych w państwie ostatniego zatrudnienia na warunkach i w wysokości zasiłku wypłacanego w danym państwie.

Jeżeli po zakończeniu pracy za granicą osoba nie uzyskała zasiłku w kraju ostatniego zatrudnienia i powróciła do Polski lub gdy w przeszłości była zatrudniona na terenie państw UE, EOG i Szwajcarii lub w Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej i ostatnio pracowała w Polsce, może nabyć prawo do zasiłku dla bezrobotnych, przy zaliczeniu okresów pracy spełnionych w tych państwach na podstawie polskiego ustawodawstwa, w przypadku, gdy:

- ostatni okres zatrudnienia nie był spełniony na terenie Polski, ale według kryteriów określonych w art. 11 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 987/2009 pracownik jest osobą powracającą do swojego stałego miejsca zamieszkania (nie dotyczy osób zatrudnionych na terenie Wielkiej Brytanii po raz pierwszy po 1 stycznia 2021 r.),

- ostatni okres zatrudnienia był spełniony na terenie Polski, a okres zatrudnienia przebyty za granicą ma wpływ na nabycie, wysokość bądź okres pobierania zasiłku,
- suma okresów zatrudnienia (okresy pracy w Polsce i okresy pracy/działalności gospodarczej wykonywanej za granicą podlegają zsumowaniu) wynosi łącznie co najmniej 365 dni w okresie 18 miesięcy bezpośrednio poprzedzających rejestrację w powiatowym urzędzie pracy.

Decyzję w sprawie uprawnień do zasiłku dla bezrobotnych wydaje Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego w imieniu, którego działa Dyrektor Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu.

Osoba ubiegająca się w Polsce o przyznanie prawa do zasiłku dla osób bezrobotnych z uwzględnieniem okresów zatrudnienia/pracy na własny rachunek przebytych za granicą powinna:

- dokonać rejestracji jako bezrobotny w Powiatowym Urzędzie Pracy we Włocławku (właściwym, ze względu na miejsce zamieszkania),
- po dokonaniu rejestracji złożyć wniosek o przyznanie prawa do zasiłku zgodnie z przepisami koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego do Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu,
- do wniosku należy dołączyć dokumenty:
 - oświadczenie o okresach pracy-zamieszkania,
 - decyzję z powiatowego urzędu pracy o statusie osoby bezrobotnej,
 - wszystkie świadectwa pracy z Polski, umowy zlecenia, zaświadczenia z ZUS dot. prowadzenia działalności gospodarczej,
 - książeczkę wojskową w przypadku mężczyzn,
 - dokument PD U1 (dawniej E 301) poświadczający pracę za granicą. W przypadku braku formularza PD U1 niezbędne są kserokopie dokumentów dotyczących zatrudnienia za granicą (np. umowa o pracę, świadectwo pracy, referencje, odcinki wypłat, dokumenty podatkowe) oraz wniosek zagraniczny, jeśli istnieje dla danego państwa, o wydanie dokumentu PD U1, aby Wojewódzki Urząd Pracy w Toruniu wystąpił do zagranicznej instytucji właściwej o wydanie elektronicznego dokumentu SED U002.

Wniosek należy dostarczyć do WUP osobiście, pocztą tradycyjną lub poprzez platformę ePUAP (z użyciem podpisu elektronicznego/profilu zaufanego).

Okres oczekiwania na wydanie dokumentu PD U1 jest uzależniony od zagranicznej instytucji właściwej i może wynosić nawet do kilku miesięcy.

Jeżeli w okresie oczekiwania na decyzję marszałka województwa bezrobotny utraci status w związku z podjęciem krótkotrwałego zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, dokonaniem wpisu do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej, rozpoczęciem szkolenia lub stażu z innej instytucji niż powiatowy urząd pracy bezrobotny powinien zgłosić się do ponownej rejestracji w okresie 14 dni od dnia ustania ww. okoliczności aby nabyć prawo do zasiłku uzupełniającego w przypadku pozytywnego rozpatrzenia pierwotnego wniosku o przyznanie prawa do zasiłku.

W przypadku utraty statusu osoby bezrobotnej na wniosek osoby, aby nabyć prawo do zasiłku uzupełniającego przy ponownej rejestracji osoba musi udokumentować 365 dni uprawniających do zasiłku w okresie 18 miesięcy poprzedzających dzień ponownej rejestracji.

W związku z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub rozpoczęciem działalności gospodarczej w okresie oczekiwania na decyzję marszałka województwa istnieje możliwość złożenia wniosku o dodatek aktywizacyjny. Wniosek o dodatek aktywizacyjny zostanie rozpatrzony niezwłocznie po wydaniu decyzji w sprawie uprawnień do zasiłku dla bezrobotnych. Dodatek aktywizacyjny przyznawany jest na wniosek i przysługuje od dnia złożenia wniosku.

Zasiłek dla bezrobotnych obywateli Ukrainy, Macedonii, Białorusi, Turcji, Mongolii

Bezrobotny, który pracował zarówno na terenie Polski, jak i Macedonii, Ukrainy, Turcji, Mongolii lub Białorusi może starać się o przyznanie prawa do zasiłku dla bezrobotnych na zasadach sumowania okresów ubezpieczenia, zatrudnienia lub pracy na własny rachunek w niezbędnym zakresie (ostatni okres ubezpieczenia musi być spełniony w kraju, w którym bezrobotny ubiega się o zasiłek).

Jeżeli ostatni okres ubezpieczenia w Polsce jest niewystarczający do uzyskania prawa do zasiłku dla bezrobotnych w Polsce, a poprzedni okres

zatrudnienia był spełniony na terenie Macedonii, Ukrainy, Turcji, Mongolii lub Białorusi osoba ubiegająca się w Polsce o przyznanie prawa do zasiłku powinna:

- 🚧 dokonać rejestracji jako bezrobotny w Powiatowym Urzędzie Pracy we Włocławku (właściwym, ze względu na miejsce zamieszkania),
- 🚧 po dokonaniu rejestracji złożyć wniosek o przyznanie prawa do zasiłku zgodnie z przepisami koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego do Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu,
- 🚧 do wniosku należy dołączyć dokumenty (kserokopie poświadczone za zgodność z oryginałem w powiatowym/wojewódzkim urzędzie pracy):
 - zaświadczenie lub decyzję z powiatowego urzędu pracy o posiadaniu statusu osoby bezrobotnej,
 - świadectwa pracy z Polski, umowy zlecenia z rachunkami,
 - zaświadczenie potwierdzające okresy ubezpieczenia przebyte na terytorium danego państwa, tj.:
 - w przypadku Macedonii* – dokumenty potwierdzające zatrudnienie/działalność gospodarczą,
 - w przypadku Ukrainy* – dokument UA/PL wydany na wniosek bezrobotnego przez zagraniczną instytucję właściwą,
 - w przypadku Turcji* – dokument TR/PL wydany na wniosek bezrobotnego przez zagraniczną instytucję właściwą,
 - w przypadku Mongolii* – zaświadczenie, na uzgodnionym formularzu, wydane na wniosek bezrobotnego przez zagraniczną instytucję właściwą,
 - w przypadku Białorusi* – dokument BY/PL, wydany na wniosek bezrobotnego przez zagraniczną instytucję właściwą,
 - a w przypadku jego braku - dokumenty potwierdzające ubezpieczenie, zatrudnienie/działalność gospodarczą.

Potwierdzanie okresów ubezpieczenia, zatrudnienia lub prowadzenia działalności gospodarczej.

Bezrobotny, który na terenie Polski ubiega się o przyznanie prawa do zasiłku dla bezrobotnych z zaliczeniem okresów ubezpieczenia i pracy w Ukrainie, w Turcji lub w Mongolii sam musi dostarczyć do wojewódzkiego urzędu pracy odpowiedni dokument uzyskany z instytucji

właściwej (w przypadku Ukrainy jest to formularz UA/PL, zaś Turcji – formularz TR/PL).

Dla osoby, która pracowała na terenie Macedonii, o formularz potwierdzający okresy zaliczane przy przyznawaniu świadczeń dla bezrobotnych może wystąpić jedynie wojewódzki urząd pracy.

W przypadku Białorusi wnioskodawca sam może dostarczyć formularz z instytucji właściwej lub w przypadku jego braku, wojewódzki urząd pracy wystąpi do białoruskiej instytucji właściwej, o wydanie odpowiedniego dokumentu wraz z dokumentami dotyczącymi ubezpieczenia, zatrudnienia, działalności na własny rachunek.

Osoba bezrobotna, która na terenie Ukrainy, Turcji, Mongolii lub Białorusi ubiega się o zasiłek dla bezrobotnych, a pracowała w Polsce, powinna wystąpić do WUP z wnioskiem o potwierdzenie tego okresu, w celu zaliczenia go w państwie, w którym ubiega się o świadczenie. Jeżeli natomiast o takie świadczenie wnioskuje na terenie Macedonii, instytucja właściwa w tym państwie wystąpi do WUP o wydanie odpowiedniego zaświadczenia.

W przypadku Białorusi, instytucja zagraniczna może także wystąpić do WUP o wydanie powyższego dokumentu.

Instytucje właściwe w zakresie zasiłków dla bezrobotnych:

- w Macedonii - Агенција за Вработување на Република Северна Македонија Скопје - Централa во Скопје (Urząd Pracy Republiki Macedonii - Centrala w Skopje).
- w Ukrainie - Państwowa Służba Zatrudnienia - Державний центр зайнятості м.Київ, 01601, вул.Еспланадна, 8/10.
- w Turcji - Generalna Dyrekcja Tureckiej Agencji ds. Zatrudnienia (ISKUR) w Ankarze.
- w Mongolii – Rządowa Agencja Wykonawcza – Główny Urząd do Spraw Zdrowia i Ubezpieczenia Społecznego.
- w Białorusi – organy do spraw pracy, zatrudnienia i opieki społecznej (Ministerstwo Pracy i Opieki Społecznej Republiki Białorusi, Aleja Zwycięzców 23, 220004 Mińsk, Białoruś).

Wniosek należy dostarczyć do WUP osobiście, pocztą tradycyjną lub poprzez platformę ePUAP (z użyciem podpisu elektronicznego/profilu zaufanego).

Transfer zasiłku dla bezrobotnych z Polski za granicę

Bezrobotny posiadający prawo do zasiłku w Polsce może wyjechać do państwa UE, EOG (Islandia, Norwegia, Lichtenstein), Szwajcarii, Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej w celu poszukiwania pracy i pobierania zasiłku na okres do 3 miesięcy (możliwość przedłużenia do 6 miesięcy na wniosek osoby i za zgodą wojewódzkiego urzędu pracy). W okresie tym zasiłek będzie wypłacany przez PUP, w który bezrobotny jest zarejestrowany.

Przed wyjazdem z Polski bezrobotny powinien złożyć wniosek o wydanie dokumentu PD U2 do Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu wraz z decyzją z powiatowego urzędu pracy o przyznaniu prawa do zasiłku.

W ciągu 7 dni od dnia wyjazdu bezrobotny powinien zgłosić się (zarejestrować) we właściwej instytucji (urzędzie pracy) państwa, w którym zamierza poszukiwać pracy. Od tego momentu musi pozostawać w dyspozycji lokalnych służb zatrudnienia w kraju poszukiwania pracy i podlegać tamtejszym procedurom kontrolnym. Ponadto jest zobowiązany do informowania tamtejszych służb o każdej okoliczności powodującej zmianę w zakresie prawa do zasiłku.

PUP rozpocznie wypłatę zasiłku po uzyskaniu przez WUP w Toruniu informacji o zarejestrowaniu się osoby w instytucji zagranicznej.

Jeśli bezrobotny w okresie transferu nie znajdzie zatrudnienia, aby kontynuować pobieranie zasiłku po transferze powinien powrócić do Polski najpóźniej w ostatnim dniu transferu.

Transfer zasiłku dla bezrobotnych z zagranicy do Polski

Bezrobotny, który nabył prawo do zasiłku w innym niż Polska kraju UE, EOG (Islandia, Norwegia, Lichtenstein) lub w Szwajcarii, Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii lub Irlandii Północnej ma prawo przyjechać do Polski w celu poszukiwania pracy i pobierać zasiłek w Polsce przez okres do 3 miesięcy (z możliwością wydłużenia o kolejne 3 miesiące w okresie posiadania prawa) w wysokości przyznanej przez zagraniczną instytucję właściwą.

Przed przyjazdem do Polski bezrobotny powinien złożyć w zagranicznej instytucji ds. zatrudnienia wniosek o wydanie dokumentu PD U2.

Po przyjeździe do Polski w celu poszukiwania pracy osoba powinna zgłosić się do PUP w terminie 7 dni od dnia wyjazdu, złożyć oświadczenie, że

zachowuje na terytorium RP prawo do zasiłku nabyte w państwie rejestracji jako bezrobotny i dokonać rejestracji jako poszukujący pracy.

PUP przekazuje niezwłocznie do WUP w Toruniu oświadczenie osoby i złożone przez nią dokumenty.

Zasiłek jest wypłacany bezpośrednio przez zagraniczną instytucję ds. zatrudnienia, która przyznała zasiłek na wskazane konto w walucie tego państwa.

Osoba poszukująca pracy w Polsce z prawem do transferu zasiłku, musi pozostawać w dyspozycji powiatowego urzędu pracy i podlegać procedurom kontrolnym tak jak osoba bezrobotna na terytorium RP. Ponadto jest obowiązana informować PUP o każdej okoliczności powodującej zmianę w zakresie jej uprawnień do zasiłku oraz o niezdolności do pracy.

Jeżeli osoba w okresie transferu zasiłku nie podjęła zatrudnienia i chce kontynuować jego pobieranie za granicą, musi powrócić do kraju, który przyznał jej zasiłek najpóźniej w ostatnim dniu transferu.

POWODY UTRATY STATUSU OSOBY BEZROBOTNEJ

Utrata statusu bezrobotnego nastąpi, gdy osoba przestanie spełniać niezbędne warunki określone w ustawie o rynku pracy i służbach zatrudnienia do bycia bezrobotnym tj.:

-  utraci zdolność i gotowość do podjęcia zatrudnienia w pełnym wymiarze czasu pracy obowiązującym w danym zawodzie lub danej służbie albo innej pracy zarobkowej a w przypadku osoby niepełnosprawnej do podjęcia zatrudnienia w połowie wymiaru czasu pracy,
-  ukończy 60 lat – kobieta, 65 lat – mężczyzna,
-  podejmie naukę w szkole dla młodzieży, w szkole wyższej w systemie stacjonarnym lub w szkole artystycznej, która nie realizuje wyłącznie kształcenia artystycznego,
-  podejmie zatrudnienie (zatrudnienie oznacza wykonywanie pracy na podstawie stosunku pracy, stosunku służbowego lub umowy o pracę nakładczą),
-  podejmie inną pracę zarobkową (inna praca zarobkowa to wykonywanie pracy lub świadczenie usług na podstawie umów cywilnoprawnych, w tym umowy agencyjnej, umowy zlecenia, umowy o dzieło lub umowy o świadczenie usług, do której stosuje się

odpowiednio przepisy o zleceniu, albo umowy o pomocy przy zbiorach lub w okresie członkostwa w rolniczej spółdzielni produkcyjnej, spółdzielni kółek rolniczych lub spółdzielni usług rolniczych),



uzyska stałe źródło dochodu tj.:

- nabędzie prawo do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy, renty szkoleniowej, renty socjalnej, renty rodzinnej w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę lub świadczenia pieniężnego, o którym mowa w ustawie z dnia 8 lutego 2023 r. o świadczeniu pieniężnym przysługującym członkom rodziny funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych, których śmierć nastąpiła w związku ze służbą albo podjęciem poza służbą czynności ratowania życia lub zdrowia ludzkiego albo mienia, lub renty inwalidzkiej przyznawanej na podstawie ustawy z dnia 18 lutego 1994 r. o zaopatrzeniu emerytalnym funkcjonariuszy Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Służby Ochrony Państwa, Państwowej Straży Pożarnej, Służby Celno-Skarbowej i Służby Więziennej oraz ich rodzin lub ustawy z dnia 10 grudnia 1993 r. o zaopatrzeniu emerytalnym żołnierzy zawodowych oraz ich rodzin,
- nabędzie po ustaniu zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, zaprzestaniu prowadzenia pozarolniczej działalności, prawo do nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego, świadczenia rehabilitacyjnego, zasiłku chorobowego, zasiłku macierzyńskiego lub zasiłku w wysokości zasiłku macierzyńskiego,
- nabędzie prawo do emerytury albo renty z tytułu niezdolności do pracy, przyznanej przez zagraniczny organ emerytalny lub rentowy, w wysokości co najmniej najniższej emerytury albo renty z tytułu niezdolności do pracy, o których mowa w ustawie z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych,
- uzyska miesięcznie przychód w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę z wyłączeniem przychodów uzyskanych z tytułu odsetek lub innych przychodów od środków pieniężnych zgromadzonych na rachunkach

- bankowych lub rachunkach członka spółdzielczej kasy oszczędnościowo-kredytowej,
- nabędzie na podstawie ustawy z dnia 28 listopada 2003 r. o świadczeniach rodzinnych prawo do świadczenia pielęgnacyjnego lub specjalnego zasiłku opiekuńczego,
 - nabędzie na podstawie ustawy z dnia 4 kwietnia 2014 r. o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów prawo do zasiłku dla opiekuna,
 - będzie pobierać po ustaniu zatrudnienia świadczenie szkoleniowe,
- zostanie wpisana do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej jako prowadząca działalność gospodarczą,
- zgłosi do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej wniosek o zawieszenie wykonywania działalności gospodarczej i okres zawieszenia upłynął,
- określi we wniosku o wpis do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej dzień podjęcia działalności gospodarczej i dzień ten upłynął,
- zostanie tymczasowo aresztowana lub będzie odbywać karę pozbawienia wolności,
- nabędzie prawo do zasiłku stałego na podstawie przepisów o pomocy społecznej,
- zostanie członkiem zarządu, prokurentem, członkiem rady nadzorczej lub likwidatorem spółki kapitałowej w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 15 września 2000 r. – Kodeks spółek handlowych,
- zostanie prokurentem lub pełnomocnikiem przedsiębiorcy będącego osobą fizyczną, prowadzącego działalność gospodarczą w rozumieniu ustawy z dnia 6 marca 2018 r. – Prawo przedsiębiorców,
- zostanie wspólnikiem spółki jawnej, partnerem lub członkiem zarządu w spółce partnerskiej, komplementariuszem w spółce komandytowej, komplementariuszem lub członkiem rady nadzorczej w spółce komandytowo-akcyjnej, prokurentem lub likwidatorem spółki osobowej w rozumieniu ustawy z dnia 15 września 2000 r. – Kodeks spółek handlowych,
- zostanie dyrektorem w radzie dyrektorów, o której mowa w ustawie z dnia 15 września 2000 r. – Kodeks spółek handlowych,
- będzie podlegać, na podstawie odrębnych przepisów, obowiązkowi ubezpieczeń społecznych, z wyjątkiem ubezpieczenia społecznego rolników,

- będzie podlegać obowiązkowemu ubezpieczeniu na wypadek bezrobocia lub obowiązkowym ubezpieczeniom społecznym w państwach członkowskich Unii Europejskiej, w państwach Europejskiego Obszaru Gospodarczego nienależących do Unii Europejskiej (Islandia, Liechtenstein, Norwegia), w państwach niebędącymi stronami umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym (Szwajcaria) a także w Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej,
- rozpocznie prowadzenie działalności gospodarczej w innym niż Rzeczpospolita Polska państwie na podstawie zgłoszenia do rejestru lub bez takiego zgłoszenia, jeżeli prawo danego państwa takiego zgłoszenia nie wymaga.

Bezrobotny zostanie pozbawiony posiadanego statusu również, gdy:

- ▲ będzie zarejestrowany w powiatowym urzędzie pracy przez okres 3 lat (utrata następuje z dniem, w którym upłynął ten okres, ulega natomiast przedłużeniu o czas niezbędny do zakończenia przez bezrobotnego formy pomocy),
- ▲ z własnej winy po skierowaniu przez PUP lub zawarciu umowy nie podejmie lub przerwie realizację formy pomocy, chyba że powodem niepodjęcia lub przerwania realizacji było podjęcie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje od następnego dnia po dniu skierowania lub zawarciu umowy, albo od dnia przerwania realizacji, na okres 90 dni,
- ▲ odmówi bez uzasadnionej przyczyny propozycji prac społecznie użytecznych; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje od dnia odmowy na okres 90 dni,
- ▲ otrzyma środki z Funduszu Pracy, Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych lub inne środki publiczne na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej lub na założenie lub przystąpienie do spółdzielni socjalnej; pozbawienie statusu następuje od następnego dnia po dniu otrzymania środków,
- ▲ otrzyma pożyczkę ze środków publicznych na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje od następnego dnia po dniu otrzymania pożyczki,
- ▲ rozpocznie realizację indywidualnego programu zatrudnienia socjalnego, lub podpisze kontrakt socjalny; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje na okres 90 dni od dnia rozpoczęcia realizacji

- indywidualnego programu zatrudnienia socjalnego lub podpisania kontraktu socjalnego,
- ▲ będzie niezdolny do pracy wskutek choroby lub przebywania w zakładzie leczenia odwykowego przez nieprzerwany okres 180 dni, (za okres nieprzerwany uważa się również okresy niezdolności do pracy wskutek choroby oraz przebywania w zakładzie leczenia odwykowego w sytuacji, gdy każda kolejna przerwa między okresami niezdolności do pracy wynosi mniej niż 30 dni kalendarzowych); pozbawienie statusu bezrobotnego następuje z upływem ostatniego dnia wskazanego okresu 180-dniowego,
 - ▲ nie przedstawi zaświadczenia o niezdolności do pracy wskutek choroby na druku ZUS ZLA; utrata statusu bezrobotnego następuje z pierwszym dniem niezdolności do pracy (dotyczy bezrobotnych posiadających prawo do zasiłku),
 - ▲ złoży wniosek o pozbawienie statusu bezrobotnego; pozbawienie statusu następuje od dnia złożenia wniosku,
 - ▲ nie zawiadomi o zamierzonym pobycie za granicą lub pobyt ten przekroczy okres 30 dni; pozbawienie statusu następuje odpowiednio z dniem pierwszego dnia pobytu za granicą lub z upływem ostatniego dnia wskazanego okresu 30-dniowego na okres 90 dni,
 - ▲ odmówi udziału w przygotowaniu indywidualnego planu działania lub z własnej winy przerwie jego realizację; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje od dnia odmowy albo od dnia przerywania jego realizacji, na okres 90 dni,
 - ▲ nie będzie utrzymywał kontaktu z PUP co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania pomocą określoną w ustawie; pozbawienie statusu bezrobotnego następuje po upływie 90 dni od dnia ostatniego kontaktu z PUP na okres 90 dni.

KOGO NIE MOŻNA POZBAWIĆ STATUSU OSOBY BEZROBOTNEJ?

Nie można pozbawić statusu bezrobotnego kobiety w ciąży z powodu niezdolności do pracy związanej z ciążą trwającej przez nieprzerwany okres 180 dni, chyba, że złoży ona wniosek o pozbawienie tego statusu.

Starosta nie może również pozbawić statusu osoby bezrobotnej:

- ✚ matki dziecka, ojca dziecka, bezrobotnego po przysposobieniu dziecka, bezrobotnego po przyjęciu przez niego dziecka na wychowanie i wystąpieniu do sądu opiekuńczego z wnioskiem o wszczęcie postępowania w sprawie przysposobienia dziecka lub po przyjęciu

przez niego dziecka na wychowanie jako rodzina zastępcza, z wyjątkiem rodziny zastępczej zawodowej – z uwagi na brak zdolności i gotowości do podjęcia zatrudnienia spowodowany opieką nad tym dzieckiem przez okres, przez który przysługiwałyby im, zgodnie z odrębnymi przepisami, zasiłek macierzyński w okresie urlopu macierzyńskiego, uzupełniającego urlopu macierzyńskiego, urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego oraz urlopu rodzicielskiego, urlopu ojcowskiego, z wyłączeniem przypadku złożenia wniosku o pozbawienie tego statusu przez samego bezrobotnego,

- ✚ bezrobotnego będącego członkiem założycielem spółdzielni, która została wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego po dniu zarejestrowania bezrobotnego w PUP, w związku z uwzględnieniem przez starostę jego wniosku o przyznanie środków na założenie spółdzielni socjalnej, do dnia następnego po dniu otrzymania tych środków,
- ✚ wolontariusza, który wykonuje świadczenia odpowiadające świadczeniu pracy na zasadach określonych w ustawie z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, jeżeli wolontariusz przedstawi PUP porozumienie z korzystającym,
- ✚ bezrobotnego odbywającego praktykę absolwencką na zasadach określonych w ustawie z dnia 17 lipca 2009 r. o praktykach absolwenckich, jeżeli praktykant przedstawi umowę o praktykę absolwencką;
- ✚ bezrobotnego pełniącego bez wynagrodzenia funkcję członka statutowych władz organizacji pozarządowej, o której mowa w ustawie z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, jeżeli członek przedstawi oświadczenie organizacji, w której władzach zasiada, potwierdzające pełnioną przez niego funkcję i niepobieranie wynagrodzenia z tytułu jej pełnienia.

POWODY UTRATY STATUSU OSOBY POSZUKUJĄCEJ PRACY

Utrata statusu poszukującego pracy nastąpi, gdy osoba:

- ✚ nie będzie utrzymywać kontaktu z PUP co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania pomocą określoną w ustawie; pozbawienie statusu następuje na okres 90 dni, po upływie 90 dni od ostatniego kontaktu z PUP,
- ✚ z własnej winy po skierowaniu przez PUP lub zawarciu umowy nie podejmie albo przerwie realizację formy pomocy, chyba, że powodem

- niepodjęcia albo przerwania realizacji było podjęcie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej; pozbawienie statusu następuje na okres 90 dni, od dnia następującego po dniu skierowania lub zawarcia umowy albo od dnia przerwania realizacji form pomocy,
-  będzie pobierać w Rzeczypospolitej Polskiej na zasadach określonych w oparciu o przepisy koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego zasiłek nabyty w państwach członkowskich Unii Europejskiej, w państwach Europejskiego Obszaru Gospodarczego nienależących do Unii Europejskiej (Islandia, Liechtenstein, Norwegia), w państwach niebędącymi stronami umowy o Europejskim Obszarze Gospodarczym (Szwajcaria) a także w Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej oraz opuści terytorium Rzeczypospolitej Polskiej lub zostanie pozbawiona tego zasiłku przez właściwą instytucję tego państwa; pozbawienie statusu następuje od dnia zaistnienia takiego zdarzenia,
 -  złoży wniosek o pozbawienie statusu poszukującego pracy; pozbawienie statusu następuje od dnia złożenia wniosku.

DODATEK AKTYWIZACYJNY

Dodatek aktywizacyjny jest finansową formą wsparcia, mającą na celu motywowanie osób bezrobotnych do podjęcia i kontynuacji pracy.

Świadczenie to przysługuje od dnia złożenia wniosku osobie bezrobotnej zarejestrowanej w powiatowym urzędzie pracy i posiadającej prawo do zasiłku, jeżeli:

- ✓ z własnej inicjatywy podjęła zatrudnienie lub inną pracę zarobkową,
- ✓ z własnej inicjatywy rozpoczęła działalność gospodarczą, zgodnie z warunkami dopuszczalności pomocy *de minimis*.

Dodatek ten przysługuje w wysokości 50 % zasiłku, przez połowę okresu w jakim przysługiwałyby osobie bezrobotnej zasiłek, po udokumentowaniu podjęcia zatrudnienia lub wykonywania innej pracy zarobkowej albo prowadzenia działalności gospodarczej.

Dodatek aktywizacyjny nie przysługuje, gdy bezrobotny:

-  podjął z własnej inicjatywy zatrudnienie lub inną pracę zarobkową u pracodawcy, który był jego ostatnim pracodawcą, lub dla którego ostatnio wykonywał inną pracę zarobkową przed zarejestrowaniem jako bezrobotny,

- ▲ podjął z własnej inicjatywy pracę za granicą Rzeczypospolitej Polskiej u pracodawcy zagranicznego,
- ▲ przebywa na urlopie bezpłatnym,
- ▲ posiada nieusprawiedliwioną nieobecność,
- ▲ podjęcie działalność gospodarczą w wyniku otrzymania środków na dofinansowanie podjęcia działalności gospodarczej lub innych środków publicznych,
- ▲ podjęcie pracę w spółdzielni socjalnej w wyniku otrzymania jednorazowych środków na założenie lub przystąpienie do spółdzielni socjalnej,
- ▲ zgłosi do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej zawieszenie wykonywania działalności gospodarczej.



The background is a vibrant, abstract composition of geometric shapes in shades of orange, yellow, teal, and dark green. Two hands are depicted: one in orange on the left and one in yellow on the bottom left, both reaching towards the center. The text is centered within a large, light-yellow circle.

CZĘŚĆ II.
FORMY
POMOCY
W URZĘDZIE
PRACY

CZEŚĆ II. WSPARCIE DLA OSÓB SZUKAJĄCYCH PRACY



Powiatowe urzędy pracy (PUP) realizują zadania w zakresie zatrudniania i przeciwdziałania bezrobociu. Oznacza to, że instytucje te udzielają pomocy zarówno pracodawcom (m.in. w doborze odpowiednich kandydatów do pracy i w ich zatrudnianiu), jak też bezrobotnym (w dostosowaniu się do wymogów rynku pracy i w poszukiwaniu właściwego zatrudnienia).

Główne grupy klientów urzędów pracy to:

- ✓ osoby bezrobotne i poszukujące pracy do 30. roku życia,
- ✓ osoby bezrobotne powyżej 50. roku życia,
- ✓ osoby bezrobotne długotrwale pozostające bez zatrudnienia,
- ✓ osoby bezrobotne bez kwalifikacji zawodowych,
- ✓ osoby bezrobotne posiadające Kartę Dużej Rodziny,
- ✓ osoby bezrobotne samotnie wychowujące co najmniej jedno dziecko,
- ✓ osoby niepełnosprawne,
- ✓ osoby poszukujące pracy, tzn. nieposiadające statusu bezrobotnego,
- ✓ pracodawcy.

Podstawowe formy pomocy świadczone przez powiatowe urzędy pracy to:

- pośrednictwo pracy, w tym usługi EURES,
- poradnictwo zawodowe,
- organizacja i finansowanie szkoleń oraz staży,
- udzielanie bonów, pożyczek i dotacji,
- refundowanie kosztów tworzenia i doposażenia miejsc pracy oraz kosztów zatrudniania osób bezrobotnych.

INDYWIDUALNY PLAN DZIAŁANIA (IPD)

Zgodnie z ustawą o rynku pracy i służbach zatrudnienia, dla wskazanych grup osób zarejestrowanych w urzędzie pracy należy opracować indywidualny plan działania. Przygotowanie IPD jest obowiązkowe dla:

1. bezrobotnego zarejestrowanego łącznie przez okres ponad 90 dni w okresie ostatnich 180 dni,
2. osoby do 30 roku życia (w tym bezrobotnej i poszukującej pracy).

Przygotowanie IPD dla pozostałych osób jest możliwe, na wniosek klienta. IPD powstaje podczas rozmowy z bezrobotnym lub poszukującym

pracy, na podstawie analizy jego sytuacji oraz po wzięciu pod uwagę jego oddalenia od rynku pracy i gotowości do wejścia lub powrotu na rynek pracy. Głównym celem IPD jest doprowadzenie do podjęcia przez osobę szukającą pracy zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej (np. umowy zlecenia). Jeśli klient odmówił udziału w przygotowaniu IPD lub z własnej winy przerwał jego realizację zostanie pozbawiony statusu bezrobotnego na okres 90 dni.

IPD obejmuje w szczególności:

1. formy pomocy dostosowane do sytuacji i potrzeb klienta,
2. działania, które klient może zrealizować samodzielnie,
3. terminy realizacji form pomocy i działań podejmowanych przez klienta samodzielnie,
4. preferowaną przez klienta częstotliwość i formę kontaktu,
5. termin zakończenia realizacji IPD.

IPD może być zmieniany przy udziale bezrobotnego lub poszukującego pracy.

Jeżeli w wyniku realizacji IPD klient nie podjął zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub nie rozpoczął działalności gospodarczej, następuje analiza poszczególnych etapów i działań podjętych w ramach IPD. Ustala się przyczyny niepowodzenia i przygotowuje przy udziale klienta nowy IPD.

W sytuacji podjęcia przez osobę długotrwale bezrobotną lub do 30. roku życia pracy, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej w wyniku realizacji IPD, doradca może, za zgodą osoby, utrzymywać z nią kontakt w celu **wspierania jej w utrzymaniu aktywności zawodowej** przez okres 60 dni od dnia wyrejestrowania. Wsparcie może obejmować przede wszystkim: rozmowy na temat sytuacji zawodowej, pomoc w utrzymaniu motywacji do pracy oraz udzielanie informacji o możliwościach pomocy innych instytucji publicznych. Wymiana informacji może być prowadzona w formie kontaktu elektronicznego.

Realizacja IPD będzie obejmowała także współpracę poszczególnych pracowników: doradcy do spraw zatrudnienia z doradcą zawodowym czy specjalistą ds. rozwoju zawodowego, w celu wymiany informacji i doboru odpowiedniej formy wsparcia dla klienta. Istotne jest określenie, w jakim terminie i w jaki sposób należy podjąć działania wobec konkretnej osoby. Dalej plan działania powinien obejmować kroki, jakie podejmie sama osoba szukająca pracy, aby poprawić swoją sytuację. Elementami IPD mogą być określone w ustawie o rynku pracy i służbach zatrudnienia rozmaite formy wsparcia ułatwiające poprawę sytuacji na rynku pracy, jak i zwiększające

aktywność w zakresie poruszania się po rynku pracy. Można więc dopasowywać przewidziane ustawą działania, po spełnieniu przez osobę warunków wymaganych w przepisach. Jednocześnie należy brać pod uwagę proponowane i realizowane do tej pory działania urzędu pracy wobec każdej osoby i ocenić ich skuteczność.

Założeniem stosowania indywidualnego planu działania jest precyzyjne i systematyczne zaplanowanie konkretnych kroków, tak, aby skutecznie pomóc wybranej osobie w poprawie jej sytuacji na rynku pracy. Sukcesem w realizacji tak ułożonych i podjętych działań powinno być wyrejestrowanie osoby z urzędu pracy ze względu na podjęcie zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej (w tym umowy o dzieło, umowy zlecenia). Oddzielnym efektem byłoby rozpoczęcie własnej działalności gospodarczej. Dodatkowym założeniem, w trakcie wykonywania poszczególnych działań, jest poprawa samodzielności osoby, pobudzenie jej do aktywności.

Oczywiście należy brać pod uwagę także sytuację na lokalnym rynku pracy. Nawet świetnie i trafnie opracowany indywidualny plan działania nie będzie skuteczny, jeśli na danym rynku pracy nie pojawią się odpowiednie oferty pracy.

Doradca klienta ma za zadanie zebranie podstawowych informacji o osobie i określenie zakresu niezbędnej pomocy. Następnie w zależności od ustaleń, w zaplanowanych działaniach zostaną uwzględnieni inni specjaliści, np. specjalista ds. rozwoju zawodowego, doradca zawodowy. Częstotliwość kontaktów z poszczególnymi pracownikami urzędu powinna być dopasowywana indywidualnie. PUP w okresie realizacji IPD kontaktuje się co najmniej raz na 30 dni w celu monitorowania sytuacji i postępów w realizacji działań przewidzianych w IPD. Kontakt ten może być realizowany w formie spotkania, rozmowy telefonicznej albo wymiany informacji drogą elektroniczną lub pocztową. Z kolei osoba bezrobotna zobowiązana jest do utrzymania kontaktu z urzędem pracy co najmniej raz na 90 dni, aby potwierdzić zainteresowanie dostępnymi formami pomocy. Forma kontaktu obejmuje zarówno wizyty osobiste, jak i kontakt zdalny, za pomocą np. telefonu, SMS, e-maila oraz listowny. Jeśli nawiązanie kontaktu z klientem będzie niemożliwe, a on sam również nie będzie utrzymywał kontaktu z urzędem pracy, może to skutkować wyrejestrowaniem na 90 dni po upływie 90 dni od dnia ostatniego kontaktu.

Etapy IPD mogą składać się z wielu rozmaitych ofert wsparcia, począwszy od wyznaczonych rozmów indywidualnych z doradcą zawodowym, poprzez udział w zajęciach warsztatowych z zakresu

grupowego poradnictwa zawodowego lub udział w szkoleniu z zakresu aktywnego poszukiwania pracy. Kolejnym etapem może być skierowanie na szkolenie umożliwiające zdobycie lub zmianę posiadanych kwalifikacji, korzystanie z ofert stażu. Następnie można uwzględnić dobór odpowiednich ofert pracy, włącznie z rozpatrzeniem możliwości ewentualnych refundacji dla pracodawcy, np. związanych z wyposażeniem stanowiska pracy zatrudnianej osoby bezrobotnej czy refundacji kosztów zatrudnienia pracownika. Oddzielną propozycją będzie wsparcie osoby w podjęciu własnej działalności przez ocenę jej predyspozycji i poziomu zaangażowania w przygotowanie do prowadzenia własnej firmy. Pod uwagę może być wzięta konieczność pomocy w ocenie planowanego profilu działalności, także ewentualne pokrycie kosztów szkolenia niezbędnego do prowadzenia działalności. Ostatecznym wskazaniem może być ustalenie możliwości ubiegania się o dotację na otwarcie własnej firmy. Dodatkowymi propozycjami zawartymi w IPD mogą być np.: ubieganie się o bon na kształcenie ustawiczne, refundacja kosztów opieki nad dzieckiem, zwrot kosztów przejazdu na szkolenie, staż, czy do pracy. W wybranych przypadkach w IPD będzie uwzględniona pomoc związana z usługami EURES, czyli doradztwo dla osób planujących poszukiwanie pracy za granicą.

FORMY POMOCY POWIATOWEGO URZĘDU PRACY

Poniżej zostały opisane możliwe do zastosowania formy pomocy przewidziane ustawą. Korzystanie z poszczególnych możliwości zależy od wielu warunków szczegółowo określonych w przepisach. Warto indywidualnie sprawdzić szanse na dostępność wybranej propozycji dla siebie w określonym momencie roku, ponieważ zależy to także od środków finansowych przyznanych dla danego urzędu pracy.

1. POŚREDNICTWO PRACY – OFERTY PRACY

Pośrednictwo pracy – polega na udzielaniu pomocy osobom bezrobotnym i poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników spełniających ich wymagania (tzn. mających np. odpowiednie wykształcenie, kwalifikacje, uprawnienia, doświadczenie zawodowe).

Propozycje pracy adresowane do wszystkich zarejestrowanych osób, spełniających wymagania pracodawców to tak zwane **oferty „zwykłe”**.

Organizowane są także **stanowiska refundowane** – to propozycje pracy, w przypadku których pracodawca korzysta z refundacji ze strony urzędu pracy (refundacja dotyczyć może części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenia społeczne skierowanych bezrobotnych). Typowym przykładem refundowanych miejsc pracy są:

- roboty publiczne,
- prace interwencyjne,
- dofinansowanie wynagrodzenia za zatrudnienie skierowanego bezrobotnego, który ukończył 50 rok życia, a nie ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny,
- dofinansowanie wynagrodzenia za zatrudnienie skierowanego poszukującego pracy, który ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny (emeryci),
- zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenie społeczne za zatrudnionych skierowanych bezrobotnych w Domach Pomocy Społecznej lub jednostkach organizacyjnych wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej.

Roboty publiczne

Forma wsparcia polegająca na zatrudnieniu skierowanej osoby bezrobotnej przez okres do 6 miesięcy przy pracach organizowanych przez powiaty, gminy, organizacje pozarządowe statutowo zajmujące się problematyką ochrony środowiska, kultury, oświaty, kultury fizycznej i turystyki, opieki zdrowotnej, bezrobocia oraz pomocy społecznej, przedsiębiorstwa społeczne, spółdzielnie socjalne a także spółki wodne i ich związki. Stawki refundacji znajdziesz w części VII niniejszego informatora.

Prace interwencyjne

Wsparcie z urzędu w ramach prac interwencyjnych to comiesięczna refundacja przez okres od 3 do 12 miesięcy części kosztów poniesionych na wynagrodzenia w wysokości uprzednio uzgodnionej nieprzekraczającej jednak kwoty minimalnego wynagrodzenia za pracę. Każdego roku PUP określa wysokość i okres refundacji, aby umożliwić skorzystanie z tej formy jak największej liczbie bezrobotnych i pracodawców oraz wywiązać się z założeń projektów, z których jest finansowane to wsparcie. Po zakończeniu okresu refundacji pracodawca jest zobowiązany do

utrzymania w zatrudnieniu skierowanego bezrobotnego przez okres 3 miesięcy.

Mogą być organizowane na różnorodne stanowiska pracy, zarówno na tzw. stanowiska „fizyczne”, jak i „umysłowe”. Pracodawca organizując prace interwencyjne podpisuje z urzędem pracy stosowną umowę i otrzymuje zwrot określonych kosztów, dotyczących wynagrodzenia pracownika oraz składek na ubezpieczenie społeczne. Stawki refundacji znajdziesz w części VII niniejszego informatora.

Dofinansowanie wynagrodzenia za zatrudnienie skierowanego bezrobotnego, który ukończył 50 rok życia, a nie ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny

Dofinansowanie wynagrodzenia przysługuje przez okres do 12 miesięcy. Wysokość dofinansowania nie może być wyższa niż połowa minimalnego wynagrodzenia za pracę miesięcznie obowiązującego w dniu zawarcia umowy.

Pracodawca ma obowiązek utrzymania w zatrudnieniu bezrobotnego przez okres kolejnych 6 miesięcy.

Bezrobotny nie może być zatrudniony u pracodawcy, u którego był zatrudniony lub wykonywał inną pracę zarobkową bezpośrednio przed zarejestrowaniem się jako bezrobotny.

Dofinansowanie wynagrodzenia za zatrudnienie skierowanego poszukującego pracy, który ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny (emeryci).

Dofinansowanie wynagrodzenia przysługuje przez okres 1 miesiąca i może być przyznawane wielokrotnie, maksymalnie do 12 miesięcy przy czym dofinansowanie przysługuje co drugi miesiąc. Wysokość dofinansowania nie może być wyższa niż połowa minimalnego wynagrodzenia za pracę miesięcznie obowiązującego w dniu zawarcia umowy.

Pracodawca ma obowiązek utrzymania w zatrudnieniu bezrobotnego po każdym miesiącu dofinansowania przez kolejny miesiąc.

Poszukujący pracy nie może być zatrudniony u pracodawcy, u którego był zatrudniony lub wykonywał inną pracę zarobkową bezpośrednio przed zarejestrowaniem się jako poszukujący pracy.

Zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenie społeczne za zatrudnionych skierowanych bezrobotnych w Domach Pomocy Społecznej lub jednostkach organizacyjnych wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej.

Okres refundowanego zatrudnienia wynosi do 12 miesięcy na podstawie umowy zawartej ze starostą. Refundacja to kwota nie większa niż minimalne wynagrodzenie za pracę w dniu zawarcia umowy. Podmiot nie może ubiegać się o refundację na pracownika, który był zatrudniony w tym podmiocie w okresie ostatnich 6 miesięcy.

2. USŁUGI EURES

EURES – European Employment Services (Europejskie Służby Zatrudnienia) to sieć współpracy publicznych służb zatrudnienia krajów należących do EOG i Szwajcarii z innymi organizacjami regionalnymi, krajowymi i międzynarodowymi. Działalność EURES koordynuje Komisja Europejska. EURES to międzynarodowa sieć pośrednictwa pracy, powstała by ułatwić wolny przepływ pracowników i wspierać mobilność na poziomie międzynarodowym. EURES świadczy swoje usługi dla osób poszukujących pracy oraz pracodawców bezpłatnie poprzez:

-  bazę ofert pracy pracodawców, zainteresowanych rekrutacją pracowników z zagranicy,
-  bazę CV osób poszukujących pracy, zainteresowanych pracą za granicą,
-  sieć doradców EURES.

Sposoby poszukiwania pracy poprzez EURES obejmują:

-  przeglądanie bazy ofert pracy EURES,
-  umieszczenie CV w bazie CV EURES – Search,
-  przeglądanie ofert na stronie WUP.

Ofert pracy poprzez EURES można szukać w:

-  Internecie (strona EURES i WUP),
-  Wojewódzkim Urzędzie Pracy,
-  Powiatowym Urzędzie Pracy.

Według danych sieci EURES najbardziej poszukiwani pracownicy w krajach UE to:

-  lekarze i pielęgniarki,

- 🏠 inżynierowie (budownictwa, mechanicy, chemicy),
- 🏠 wykwalifikowani robotnicy budowlani (hydraulicy, murarze, spawacze, monterzy),
- 🏠 opiekunowie osób starszych i niepełnosprawnych,
- 🏠 informatycy, programiści, elektrycy,
- 🏠 kierowcy, mechanicy, elektrycy,
- 🏠 operatorzy i programiści maszyn do obróbki metalu,
- 🏠 pracownicy sezonowi w rolnictwie, hotelarstwie i gastronomii.

3. PORADNICTWO ZAWODOWE

Poradnictwo zawodowe - każda zainteresowana osoba może skorzystać z usług doradcy zawodowego pracującego w urzędzie pracy, który może pomóc m.in. w wyborze lub zmianie zawodu, miejsca pracy, kierunku kształcenia i szkolenia zawodowego, w planowaniu rozwoju zawodowego. Doradca analizuje możliwości psychofizyczne i sytuację życiową klienta, a także potrzeby rynku pracy. Pomoc jest także adresowana do przedsiębiorców w planowaniu działań w zakresie adaptacji do wymogów rynku pracy, także w podnoszeniu kompetencji zawodowych.

Doradcy zawodowi świadczą następujące usługi:

- 🏠 udzielają informacji o zawodach, rynku pracy, kwalifikacjach oraz możliwościach szkolenia i kształcenia,
- 🏠 udzielają porad zawodowych w formie indywidualnej i grupowej w zakresie możliwego rozwoju zawodowego, pomagają w określeniu kompetencji, umiejętności, także niezbędnych podczas aktywnego poszukiwania pracy lub zakładania własnej działalności gospodarczej, w oparciu m. in. o metody i programy oraz wyniki badania zainteresowań i uzdolnień zawodowych,
- 🏠 organizują i prowadzą szkolenie z zakresu umiejętności poszukiwania pracy,
- 🏠 udzielają pomocy przedsiębiorcom w doborze kandydatów do pracy spośród klientów urzędu pracy oraz wspierają w rozwoju zawodowym przedsiębiorcę i jego pracowników poprzez udzielanie porad zawodowych.

Poradnictwo zawodowe może być prowadzone także na odległość z wykorzystaniem np. telefonu, e-maila czy aplikacji on-line.

4. SZKOLENIA ZAWODOWE

Szkolenie oznacza pozaszkolne zajęcia mające na celu uzyskanie, uzupełnienie lub doskonalenie wiedzy, umiejętności i kwalifikacji zawodowych, potrzebnych do podjęcia lub wykonywania pracy lub działalności gospodarczej. Usługa ta jest kierowana do osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Szkolenia mogą więc służyć uzyskaniu zawodu, przekwalifikowaniu zawodowemu, bądź podwyższeniu posiadanych kwalifikacji.

Osoba, która zostanie zakwalifikowana na kurs nie ponosi jego kosztów. Urząd wypłaca uprawnionemu uczestnikowi kursu stypendium szkoleniowe w maksymalnej wysokości 120% zasiłku dla bezrobotnych:

- ✓ pełne stypendium przysługuje za kurs obejmujący 150 godzin zajęć w miesiącu (jeśli godzin jest mniej, to stypendium jest niższe),
- ✓ po ukończeniu szkolenia osoba otrzyma odpowiednie zaświadczenie lub certyfikat wystawiony przez instytucję szkoleniową.

Osoby mieszkające w innej miejscowości, niż miejsce odbywania szkolenia, mogą otrzymać po kursie **zwrot kosztów przejazdu** do miejscowości, w której odbywają się zajęcia.

Wyróżniamy dwa podstawowe rodzaje kursów:

-  **kursy grupowe:** są to propozycje szkoleniowe urzędu pracy, które ogłaszane są w planie szkoleń dostępnym na stronie urzędu pracy,
-  **kursy indywidualne:** są to kursy dla osób, które mają możliwość zatrudnienia lub podjęcia działalności gospodarczej, ale nieodzownym tego warunkiem jest zdobycie odpowiednich kwalifikacji w trakcie szkolenia.

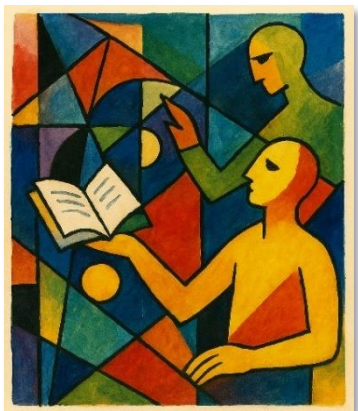
Chęć udziału w szkoleniu można zgłosić wypełniając stosowny wniosek, dostępny na stronie urzędu lub w siedzibie PUP i jego filiach.

Uwaga!

Przerwanie szkolenia z własnej winy, wiąże się zarówno z utratą statusu osoby bezrobotnej, jak i z koniecznością zwrotu kosztów poniesionych przez urząd.

5. BON NA KSZTAŁCENIE USTAWICZNE

Jest przyznawany na wniosek bezrobotnego lub poszukującego pracy, w oparciu o diagnozę zapotrzebowania na zawody, umiejętności czy też kwalifikacje na rynku pracy bądź na zgłoszenie pracodawcy. Bon stanowi gwarancję sfinansowania bezrobotnemu lub poszukującemu pracy wskazanego przez niego kształcenia ustawicznego w postaci opłacenia kosztów. Rozpoczęcie kształcenia ustawicznego następuje w terminie 6 miesięcy od dnia przyznania bonu. Zakończenie kształcenia powinno nastąpić nie później niż w terminie 30 miesięcy od dnia przyznania bonu. W uzasadnionych przypadkach termin realizacji bonu może zostać zmieniony.



W ramach bonu mogą być finansowane takie koszty jak:

- 1) koszt należny instytucji szkoleniowej za realizację jednego lub kilku szkoleń,
- 2) koszt należny organizatorowi studiów podyplomowych,
- 3) koszty potwierdzenia nabycia wiedzy i umiejętności lub koszty uzyskania dokumentów potwierdzających nabycie wiedzy i umiejętności.

Koszty są finansowane do wysokości **przeciętnego wynagrodzenia** obowiązującego w dniu przyznania bonu. Cena usług finansowanych w ramach bonu nie może być rażąco wyższa od cen podobnych usług oferowanych na rynku. W ramach bonu nie finansuje się kosztów dojazdu. Bezrobotnemu odbywającemu szkolenie realizowane w ramach bonu przysługuje stypendium.

6. POŻYCZKA EDUKACYJNA

Pożyczka powinna służyć sfinansowaniu kosztów należnych instytucji prowadzącej kształcenie lub instytucji szkoleniowej, instytucji potwierdzającej nabycie wiedzy i umiejętności lub instytucji wydającej dokumenty potwierdzające nabycie wiedzy i umiejętności w celu poprawy

sytuacji klienta na rynku pracy. W ramach pożyczki **nie** finansuje się studiów I i II stopnia oraz jednolitych studiów magisterskich, a także kształcenia w szkole doktorskiej.

PUP może udzielić bezrobotnemu lub poszukującemu pracy pożyczki edukacyjnej w wysokości **4-krotności przeciętnego wynagrodzenia**. Okres spłaty rozpoczyna się nie później niż 3 miesiące od ukończenia działań objętych pożyczką. Spłata pożyczki następuje według planu spłaty rat określonych w umowie pożyczki, przy czym okres spłaty nie może przekroczyć 18 miesięcy.

Starosta umarza 20% pożyczki, jeśli pożyczkobiorca ukończył kształcenie, szkolenie, proces potwierdzenia wiedzy i umiejętności lub uzyskał dokument potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności oraz spłacił w terminie 80% pożyczki.

7. FINANSOWANIE POTWIERDZENIA NABYCIA WIEDZY LUB UMIEJĘTNOŚCI

■ **koszty procesu walidacji**, np. egzaminów umożliwiających uzyskanie świadectw, dyplomów, zaświadczeń, określonych uprawnień zawodowych lub tytułów zawodowych, certyfikatu kwalifikacji wolnorynkowej wpisanej do Zintegrowanego Rejestru Kwalifikacji; świadectwa czeladniczego i innych dokumentów potwierdzających nabycie wiedzy i umiejętności,

■ **koszty uzyskania dokumentu** potwierdzającego nabycie wiedzy i umiejętności – to koszty samego wydania dokumentu.

Wysokość finansowania kosztów nie może przekraczać 100% przeciętnego wynagrodzenia dla jednej osoby.

8. FINANSOWANIE OPŁATY POBIERANEJ ZA POSTĘPOWANIE NOSTRYFIKACYJNE

Dotyczy bezrobotnego lub poszukującego pracy. Maksymalna wysokość opłaty wynosi 50% wynagrodzenia profesora (stan na 10.04.2025 r. to kwota 4 685 zł).

9. FINANSOWANIE POSTĘPOWANIA UZNANIA KWALIFIKACJI ZAWODOWYCH DO WYKONYWANIA ZAWODU REGULOWANEGO

Dotyczy bezrobotnego lub poszukującego pracy. Opłata wynosi 35% minimalnego wynagrodzenia za pracę, ustalonego na podstawie przepisów ustawy z dnia 10 października 2002 r. o minimalnym wynagrodzeniu za

pracę, obowiązującego w roku wszczęcia postępowania. Aktualnie opłata ta wynosi 1 633,10 zł.

Uwaga!

W przypadku niezrealizowania danej formy pomocy z własnej winy, bezrobotny lub poszukujący pracy zwraca do PUP koszty należne instytucji szkoleniowej, instytucji potwierdzającej nabycie wiedzy i umiejętności, instytucji wydającej dokumenty potwierdzające nabycie wiedzy i umiejętności, instytucji pobierającej opłaty lub organizatorowi studiów podyplomowych.

Zwrot dotyczy również kosztów:

- 1) badań lekarskich lub psychologicznych,
- 2) ubezpieczenia,
- 3) przejazdu,
- 4) zakwaterowania

– o ile zostały poniesione.

Przepisów nie stosuje się w przypadku, gdy przyczyną niezrealizowania działań było podjęcie zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub prowadzenie działalności gospodarczej, trwające co najmniej miesiąc.

10. ŚRODKI NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ

Starosta (dyrektor PUP) może przyznać bezrobotnemu dofinansowanie na podjęcie działalności gospodarczej. Jest to forma bezzwrotnej pomocy bezrobotnym pod warunkiem utrzymania działalności gospodarczej przez co najmniej 12 miesięcy, niezawieszania jej na okres dłuższy niż 6 miesięcy, niepodjęcia zatrudnienia w okresie jej wykonywania.

Maksymalna wysokość wsparcia nie może przekraczać sześciokrotności przeciętnego wynagrodzenia. Każdego roku PUP określa wysokość dotacji, kierując się tym, aby umożliwić skorzystanie z tej formy jak największej liczbie bezrobotnych i wywiązać się z założeń projektów, z których jest finansowane to wsparcie.

Ważny jest pomysł na działalność, przygotowanie merytoryczne osoby oraz spełnienie wymogów formalnych, w tym przedstawienie zabezpieczenia dofinansowania. Istotne jest także wydanie otrzymanych środków zgodnie z zawartą umową (np. na zakup niezbędnego sprzętu, towaru, wyposażenia, pozyskanie lokalu, usług i materiałów reklamowych itp.). Umowa przez

okres jej trwania jest zabezpieczona w celu odzyskania środków w przypadku naruszenia jej warunków.

11. STAŻ

Jest to rodzaj „praktyki” u pracodawcy, której celem jest uzyskanie umiejętności i wiedzy, koniecznych do wykonywania pracy w określonym zawodzie, czy też na określonym stanowisku. Staż służy uzyskaniu doświadczenia zawodowego. Koszty wstępnych badań lekarskich poprzedzających podjęcie stażu ponosi Organizator stażu.

Organizatorem stażu może być:

- pracodawca,
- przedsiębiorca niezatrudniający pracowników,
- podmiot ekonomii społecznej,
- rolnicza spółdzielnia produkcyjna,
- gospodarstwo rolne.

Czas i forma trwania stażu:

- od 3 do 6 miesięcy,
- łączny okres odbywania stażu nie może przekraczać 24 miesięcy w okresie kolejnych 10 lat, w tym u tego samego Organizatora stażu 12 miesięcy,
- staż może odbywać się w formie stacjonarnej, zdalnej lub hybrydowej.

Osoba skierowana na staż:

- odbywa staż przez 8 godzin na dobę, czas realizacji programu staży stażu nie może być krótszy niż 20 godzin w przeciętnym pięciodniowym tygodniu pracy,
- otrzymuje z urzędu pracy stypendium w wysokości 160 % zasiłku dla bezrobotnych miesięcznie,
- staż jest realizowany zgodnie z ustalonym programem.

Stażyskie przysługuje:

- stypendium stażowe w wysokości 160% zasiłku dla bezrobotnych (stawki znajdują się w VII części niniejszego informatora),
- realizowanie zadań zawodowych według programu ustalonego z urzędem pracy,

- opiekun wyznaczony przez pracodawcę,
- 2 dni wolne za każde 30 dni odbywania stażu,
- przeszkolenie bhp, posiłki regeneracyjne i ubranie robocze należne pracownikom,
- ubezpieczenie emerytalne, rentowe i wypadkowe.

Osoba odbywająca staż może ubiegać się o:

- zwrot kosztów przejazdu z miejsca zamieszkania do miejsca odbywania stażu, zorganizowanego poza miejscem zamieszkania,
- zwrot kosztów zakwaterowania jeżeli czas dojazdu i powrotu do miejsca stałego zamieszkania wynosi łącznie ponad 3 godziny dziennie.

Po odbyciu stażu osoba otrzyma z urzędu pracy dokumenty:

- kopię programu stażu,
- sprawozdanie i opinię pracodawcy z informacją o wykonywanych zadaniach i zdobytych umiejętnościach,
- zaświadczenie o uczestnictwie w stażu, wystawione przez starostę.

Staż nie jest umową o pracę, jednak zgodnie ze strategią oraz procedurami obowiązującymi w PUP, pracodawcy powinni zatrudnić absolwentów stażu. Dzięki takiej deklaracji ta forma wsparcia staje się atrakcyjna nawet na takim rynku pracy, na którym notujemy znaczną ilość propozycji zatrudnienia. Osoba skierowana na staż ma motywację do nauki czynności zawodowych, aby potem uzyskać umowę i stały dochód.

12. STAŻ ZAKOŃCZONY POTWIERDZENIEM PRZEZ UPRAWNIONĄ INSTYTUCJĘ NABYCIA WIEDZY ORAZ UMIEJĘTNOŚCI

- 👤 trwa od 3 do 12 miesięcy,
- 👤 umożliwia zdobycie wybranych kwalifikacji zawodowych lub umiejętności i przystąpienie do egzaminu potwierdzającego kwalifikacje w zawodzie lub egzaminu czeladniczego,
- 👤 kończy się egzaminem kwalifikacyjnym na tytuł zawodowy, przeprowadzanym przez komisję egzaminacyjną powołaną przez kuratora oświaty lub egzaminem czeladniczym przeprowadzanym przez komisję egzaminacyjną izby rzemieślniczej.

Celem tego działania jest uzyskanie przez bezrobotnego nowych kwalifikacji lub umiejętności, poprzez praktyczne wykonywanie zadań zawodowych na stanowisku pracy, u konkretnego pracodawcy.

Uczestnikowi stażu przysługuje:

- ✓ praktyka i nauka teorii, realizowana według programu stażu ustalonego z urzędem pracy,
- ✓ opiekun wyznaczony przez pracodawcę,
- ✓ przeszkolenie bhp, posiłki regeneracyjne i ubranie robocze należne pracownikom,
- ✓ 2 dni wolne za każde 30 dni odbywania stażu,
- ✓ ubezpieczenie emerytalne, rentowe i wypadkowe,
- ✓ co miesiąc stypendium równe 160% zasiłku dla bezrobotnych.

Uczestnik może ubiegać się o:

- 🏠 zwrot kosztów przejazdu z miejsca zamieszkania do miejsca odbywania stażu (gdy jest realizowane poza miejscem zamieszkania),
- 🏠 zwrot kosztów zakwaterowania jeżeli czas dojazdu i powrotu do miejsca stałego zamieszkania wynosi łącznie ponad 3 godziny dziennie,
- 🏠 dodatek do stypendium w wysokości 20% zasiłku dla bezrobotnych za każdy miesiąc realizowanego stażu po uzyskaniu dokumentu potwierdzającego nabycie wiedzy i umiejętności.

Na zakończenie programu osoba powinna:

- 🏠 przystąpić do egzaminu i poinformować urząd pracy o wyniku potwierdzenia wiedzy i umiejętności w terminie 14 dni od dnia powzięcia tej informacji.

Dokumenty, które osoba otrzyma po zakończeniu takiego stażu:

- 📄 świadectwo lub zaświadczenie z wynikiem egzaminu.

13. FINANSOWANIE KOSZTÓW PRZEJAZDU

PUP może sfinansować koszty przejazdu:

- 🚗 do pracodawcy, który zgłosił ofertę pracy, jeżeli siedziba tego pracodawcy znajduje się poza miejscem zamieszkania bezrobotnego lub poszukującego pracy,
- 🚗 na badania lekarskie lub psychologiczne, jeżeli badania te odbywają się poza miejscem zamieszkania bezrobotnego lub poszukującego pracy, jeżeli na badania został skierowany przez starostę,

- do pracy, do wykonywania innej pracy zarobkowej lub udziału w formie pomocy, jeśli osoba bezrobotna lub poszukująca pracy dojeżdżała poza miejsce zamieszkania i uzyskała skierowanie lub informację z PUP.

Warunki: jeśli wnioskodawca uzyskuje wynagrodzenie lub inny przychód, kwota ta nie może przekraczać 200% minimalnego wynagrodzenia za pracę. Zwrot kosztów przejazdu nie może przekroczyć kwoty 500 zł (nie dotyczy szkoleń). Zwrot odbywa się na podstawie umowy max. przez 12 miesięcy.

Analogicznie – refundacja kosztów przejazdu na szkolenia i poradnictwo zawodowe dotyczy sytuacji, gdy uczestnik dojeżdża na zajęcia do miejscowości innej niż jego miejsce zamieszkania. Refundacja dotyczy faktycznie poniesionych kosztów przejazdu, do ceny najtańszego biletu komunikacji publicznej.

14. ZWROT KOSZTÓW ZAKWATEROWANIA

Dotyczy osoby, która na podstawie skierowania lub informacji PUP podjęła zatrudnienie, inną pracę zarobkową, staż lub inną formę pomocy poza miejscem zamieszkania, w miejscowości, do której czas dojazdu i powrotu wynosi łącznie ponad 3 godziny dziennie. Zwrot kosztów zakwaterowania nie może przekroczyć kwoty 500 zł.

15. PRACE SPOŁECZNIE UŻYTECZNE

PUP może skierować bezrobotnego bez prawa do zasiłku jednocześnie korzystającego ze świadczeń pomocy społecznej na prace organizowane przez gminę w jednostkach organizacyjnych pomocy społecznej, podmiotach ekonomii społecznej, instytucjach lub organizacjach zajmujących się pomocą charytatywną na rzecz społeczności lokalnej, podmiotach systemu oświaty do 10 godzin tygodniowo.

Uczestnikowi przysługuje świadczenie w wysokości nie niższej niż 30,50 zł za każdą godzinę wykonywania prac społecznie użytecznych tj. wysokość minimalnej stawki godzinowej ogłaszanej na podstawie ustawy z dnia 10 października 2002r. o minimalnym wynagrodzeniu za pracę.

Osoba skierowana do wykonywania prac społecznie użytecznych nie może odbywać ich dłużej niż 180 dni w roku kalendarzowym.

16. REFUNDACJA KOSZTÓW OPIEKI

Refundacja kosztów opieki nad dzieckiem lub osobą zależną

Osoba bezrobotna opiekująca się osobą zależną lub posiadająca co najmniej jedno dziecko do 7 roku życia (dziecko niepełnosprawne do 18 roku życia) może wnioskować o refundację kosztów opieki nad dzieckiem lub dziećmi jeżeli:

- ✓ podjęła zatrudnienie lub inną pracę zarobkową i z tego tytułu uzyskuje miesięcznie przychody nieprzekraczające minimalnego wynagrodzenia za pracę,
- ✓ została skierowana na formę pomocy.

Refundacja w przypadku podjęcia zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej przysługuje na okres do 6 miesięcy. W przypadku uczestnictwa w innej formie pomocy refundacja następuje na okres ich odbywania.

Refundacja odbywa się w wysokości poniesionych kosztów opieki na każde dziecko nie wyższej jednak niż 50% zasiłku.

Na powyższych zasadach może nastąpić również refundacja kosztów opieki nad osobą zależną (osoba zależna – osoba wymagająca ze względu na stan zdrowia lub wiek stałej opieki, połączona więzami rodzinnymi lub powinowactwem z osobą bezrobotną lub pozostająca z nią we wspólnym gospodarstwie domowym).

17. REFUNDACJA KOSZTÓW WYPOSAŻENIA LUB DOPOSAŻENIA STANOWISKA PRACY

Dotyczy podmiotu prowadzącego działalność gospodarczą, w ramach stanowiska pracy dla skierowanego bezrobotnego, w kwocie do 4-krotności przeciętnego wynagrodzenia z obowiązkiem utrzymania zatrudnienia i stanowiska pracy przez okres 12 miesięcy lub do 6-krotności przeciętnego wynagrodzenia z obowiązkiem utrzymania zatrudnienia i stanowiska pracy przez okres 18 miesięcy. Podobnie jak przy dofinansowaniu własnej działalności gospodarczej, maksymalna kwota wsparcia jest corocznie ustalana. Zobowiązaniem pracodawcy jest zatrudnienie osoby skierowanej przez urząd na utworzonym miejscu pracy przez wymagany umową okres (12 lub 18 miesięcy). Wywiązaniem się z umowy zawartej z urzędem jest utrzymanie stanowiska przez okres wymagany umową – osoby zatrudnione na stanowisku mogą się zmieniać. Umowa przez okres jej trwania jest zabezpieczona w celu odzyskania środków w przypadku naruszenia jej warunków. Preferowane formy zabezpieczenia to poręczenie

osób fizycznych, weksel z poręczeniem wekslowym (aval), blokada środków na rachunku bankowym lub gwarancja bankowa.

18. BON NA ZASIEDLENIE

Bon jest przyznawany na wniosek bezrobotnego składany tylko elektronicznie.

Warunkiem podstawowym jest podjęcie pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej poza miejscem dotychczasowego zamieszkania. Niezbędne jest spełnienie również warunków szczegółowych:

- ✚ osiągnięcie wynagrodzenia lub przychodu w wysokości co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę brutto miesięcznie,
- ✚ odległość od miejsca dotychczasowego zamieszkania do miejscowości, w której bezrobotny zamieszka w związku z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej wynosi co najmniej 80 km lub łączny najkrótszy czas dotarcia do tej miejscowości i powrotu do dotychczasowego miejsca zamieszkania środkami transportu zbiorowego przekracza 3 godziny dziennie,
- ✚ w okresie 240 dni pozostawanie w zatrudnieniu, wykonywaniu innej pracy zarobkowej lub prowadzeniu działalności gospodarczej przez okres co najmniej 180 dni.

Bon w wysokości nie wyższej niż 200% przeciętnego wynagrodzenia za pracę przeznacza się na pokrycie kosztów zamieszkania związanych z podjęciem zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub działalności gospodarczej. Obecnie jest to kwota 8 tys. zł.

19. ZWROT OPŁACONYCH SKŁADEK DLA SPÓŁDZIELNI SOCJALNYCH LUB PRZEDSIĘBIORSTW SPOŁECZNYCH

Przyznawany tylko jednej kategorii podmiotów - spółdzielniom socjalnym na ich wnioski. Zwrot obejmuje opłacone składki należne od zatrudnionego na ubezpieczenie emerytalne, rentowe i chorobowe oraz część kosztów osobowych pracodawcy odpowiadającej składce na ubezpieczenie społeczne, rentowe i wypadkowe za zatrudnionego.

- zwrot składek przyznawany maksymalnie od kwoty minimalnego wynagrodzenia,
- w pełnej wysokości przez okres 24 miesięcy od dnia zatrudnienia,
- w połowie wysokości przez okres kolejnych 12 miesięcy.

20. TWORZENIE STANOWISK PRACY W PRZEDSIĘBIORSTWACH SPOŁECZNYCH

Przedsiębiorstwo społeczne może wystąpić z wnioskiem o przyznanie jednorazowo środków na utworzenie stanowiska pracy dla osoby bezrobotnej lub poszukującej pracy. Maksymalna kwota wsparcia na utworzenie jednego stanowiska pracy to 30 tys. zł.

Po utworzeniu takiego stanowiska urząd pracy skieruje do zatrudnienia osoby bezrobotnej lub poszukującej pracy na okres 24 miesięcy.

Osoby zatrudnione w ramach tej formy wsparcia mogą ubiegać się również o zwrot kosztów przejazdu.



CZĘŚĆ III.
WŁASNA
DZIAŁALNOŚĆ
GOSPODARCZA
JAKO FORMA
AKTYWIZACJI

CZĘŚĆ III. WŁASNA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA



Coraz więcej osób próbuje rozpocząć własną działalność gospodarczą. Jeśli rozważasz taką możliwość, zastanów się co powinieneś uczynić, aby twoja firma funkcjonowała prawidłowo.

1. UMIEJĘTNOŚCI I KROKI DO ZAŁOŻENIA I PROWADZENIA FIRMY

Poniżej przedstawiono umiejętności i kroki, które należy wziąć pod uwagę zakładając własną działalność gospodarczą:

- przygotowanie biznes-planu
- umiejętność szukania pomocy
- wybór formy prawnej
- planowanie strategii rynkowej
- lokalizacja firmy
- finansowanie przedsięwzięcia
- rozwiązywanie problemów prawnych
- znajomość przepisów
- zarządzanie firmą
- kierowanie ludźmi
- promocja firmy
- zarządzanie sprzedażą
- prowadzenie dokumentacji
- zarządzanie finansami
- radzenie sobie z dłużnikami
- radzenie sobie z wierzycielami
- ochrona firmy.

Przed założeniem firmy powinieneś zastanowić się, czy nadajesz się na przedsiębiorcę. Odpowiedz sobie na następujące pytania:

- 🔧 Czy jesteś konsekwentny?
- 🔧 Czy jesteś człowiekiem z inicjatywą?
- 🔧 Czy nie boisz się odpowiedzialności i ryzyka?
- 🔧 Czy lubisz współpracować z ludźmi?
- 🔧 Czy umiesz tak oddziaływać na innych, aby zachęcić ich do współdziałania?
- 🔧 Czy ludzie mają do ciebie zaufanie?
- 🔧 Czy jesteś dobrym organizatorem i przywódcą?

- 🏠 Czy umiesz podejmować decyzje?
- 🏠 Czy nie boisz się długotrwałej i wyczerpującej pracy?
- 🏠 Czy jesteś nastawiony na ciągłe doskonalenie się, zdobywanie wiedzy?
- 🏠 Czy masz wystarczająco dużo sił i energii?
- 🏠 Czy jesteś optymistą, wierzącym w sukces?
- 🏠 Czy nie załamujesz się w przypadku niepowodzeń?

2. JAK ZAŁOŻYĆ SWOJĄ FIRMĘ

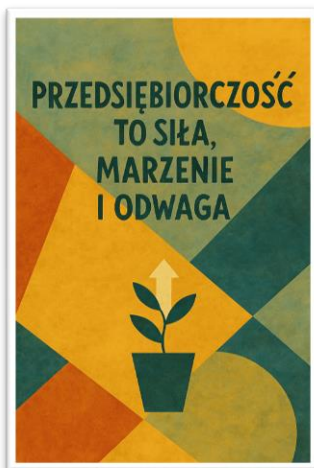
- 🏠 Możesz zarejestrować swoją firmę jako:
 - ✓ przedsiębiorstwo osoby fizycznej – działalność gospodarczą na własny rachunek (jest to najpowszechniejsza forma dla drobnego biznesu), tylko taka forma jest wspierana dofinansowaniem przez urząd pracy,
 - ✓ spółkę prawa handlowego, wśród których można wyróżnić:
 - * spółki osobowe, tj.: spółkę jawną, spółkę partnerską, spółkę komandytową lub spółkę komandytowo-akcyjną,
 - * spółki kapitałowe, tj.: spółkę z ograniczoną odpowiedzialnością, spółkę akcyjną.
- 🏠 Pierwszy krok do założenia własnej firmy to zgłoszenie działalności gospodarczej do organu ewidencyjnego samorządu terytorialnego (urząd miasta, gminy). W Wydziale Ewidencji Działalności Gospodarczej otrzymasz wniosek o wpis do ewidencji. Można również wypełnić elektronicznie wniosek o wpis do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej (na stronie <https://www.biznes.gov.pl>). Rejestracja w CEIDG jest wolna od opłat, a rejestr prowadzony jest przez Ministra Rozwoju i Technologii. Jeżeli nie masz Profilu Zaufanego lub kwalifikowanego podpisu elektronicznego możesz wypełnić wniosek elektronicznie i podpisać go w ciągu 7 dni w każdym urzędzie gminy lub miasta.
- 🏠 Rejestrując firmę w CEIDG zostaniesz automatycznie zarejestrowany w ZUS (jako płatnik składek) i w urzędzie skarbowym. W przypadku ZUS, w ciągu siedmiu dni od terminu rozpoczęcia działalności powinieneś zgłosić się do ubezpieczeń w ZUS (jako ubezpieczony).
- 🏠 Jeśli będziesz płacił VAT, najpóźniej w dniu poprzedzającym dzień rozpoczęcia sprzedaży towarów lub świadczenia usług objętych

VAT powinienś we właściwym Urzędzie Skarbowym złożyć druk zgłoszeniowy VAT-R. Możesz go także dołączyć do wniosku o rejestrację w CEIDG.

- 📌 Kolejny krok to wyrobienie pieczętki firmowej i założenie konta bankowego do prowadzenia działalności gospodarczej.

Ponadto należy pamiętać, że:

- 📌 Jeśli zakładasz własną działalność gospodarczą, a równocześnie jesteś zarejestrowany w PUP jako bezrobotny, to oczywiście musisz zgłosić się do urzędu, aby się wyrejestrować.
- 📌 Działalność produkcyjna i usługowa, związana np. z branżą spożywczą powinna uzyskać pozytywną opinię Państwowej Inspekcji Sanitarnej, natomiast działalność której towarzyszy np. emisja zanieczyszczeń – opinię Wydziału Ochrony Środowiska.
- 📌 Jeśli przewidujesz, że prowadzona działalność będzie wymagała dużej ilości energii elektrycznej (np. eksploatacja maszyn elektrycznych) niezbędnym warunkiem jest uzyskanie przydziału mocy z zakładu energetycznego.
- 📌 Uzgodnień założeń techniczno-ekonomicznych działalności gospodarczej pod względem ochrony przeciwpożarowej dokonuje się z Komendantami Straży Pożarnej.
- 📌 Niektóre formy działalności gospodarczej wymagają dodatkowego zezwolenia (np. działalność wydawnicza czasopism i gazet, działalność oświatowo-wychowawcza). Z kolei w innych przypadkach konieczne jest uzyskanie koncesji (np. na usługi ochrony mienia i osób, prowadzenie aptek, wytwarzanie wyrobów tytoniowych, produkcję i pozyskiwanie spirytusu i wódek).
- 📌 Skorzystaj z pomocy odpowiednich instytucji: Inkubatora Przedsiębiorczości, Kujawskiej Izby Rozwoju Biznesu, Agencji Rozwoju Regionalnego, Powiatowego Urzędu Pracy. Zorientuj się



czy firmy, o takim samym profilu jak twoja, są w jakiś sposób zorganizowane, czy współpracują ze sobą (np. jako zrzeszenia).

3. ANALIZA RYNKU

Zastanów się:

- 🏠 Kto będzie stanowił grupę twoich klientów (płeć, wiek, miejsce zamieszkania etc.)?
- 🏠 Jakie są ich potrzeby w porównaniu z twoją ofertą?
- 🏠 Co sądzą o twoich produktach?
- 🏠 Ile byliby skłonni za nie zapłacić?
- 🏠 Gdzie spodziewają się je kupić?
- 🏠 Jaką mają alternatywę (konkurencja)?
- 🏠 Jakimi kryteriami kierują się klienci wybierając towar?

Najbardziej pożyteczne pomysły polegają na:

- **Wprowadzeniu całkowicie nowego produktu**
- **Zrobieniu czegoś lepiej (ulepszeniu produktu lub usługi już istniejących), można np.:**
 - * uczynić produkt lub usługę atrakcyjniejszymi, sprawniejszymi, wygodniejszymi, estetycznymi etc.,
 - * uczynić produkt tańszym,
 - * konkurować bardziej efektywnie (koszty, cena, marketing),
 - * połączyć z innymi produktami lub usługami,
 - * uwzględnić czynniki ekologiczne,
 - * uprościć produkt w używaniu,
 - * uczynić go bardziej dostępnym.
- **Znalezieniu luki rynkowej. Charakter luki rynkowej:**
 - * ilościowy (mało produktów lub usług na rynku),
 - * jakościowy (produkty lub usługi o niskiej jakości),
 - * asortymentowy (brak zróżnicowania, jeden typ produktu lub usługi w danej dziedzinie),
 - * czasowy (na produkt lub usługę trzeba długo czekać),
 - * dystrybucyjny (niewłaściwy sposób dystrybucji towaru),
 - * cenowy (zbyt wygórowane ceny),

- * zwyczajowy (np. ze względów kulturowych dotychczas nie było zwyczaju korzystania z usługi czy towaru),
- * formalno-prawny (np. brak jasnych przepisów regulujących daną produkcję lub świadczenie usług).

4. MARKETING

Powodzenia nie zapewnia sprzedawanie tego, co potrafimy wyprodukować, zapewnia je natomiast produkowanie tego co potrafimy sprzedać – tego co ludzie chętnie kupią.

Z powyższego względu jednym z najistotniejszych zadań, stojących przed przedsiębiorcą jest promocja swoich usług. Musisz trafić do potencjalnych klientów i przekonać ich, że twoja usługa, czy też twój produkt są najlepsze. Klient musi mieć poczucie korzyści płynących z zakupu danego towaru. Choć życie niesie przykłady, że ludzie kupują coś, co nie ma żadnej wartości praktycznej i estetycznej (i tak naprawdę nie jest im potrzebne).

Elementy kompozycji marketingowej:

- ✓ produkt (nowy produkt lub usługa),
- ✓ dystrybucja (oznacza dostarczanie produktu we właściwe miejsce) – kanał dystrybucji: łańcuch firm lub osób pośredniczących od producenta do konsumenta,
- ✓ promocja (dotarcie do wybranych konsumentów z informacjami o produkcie),
- ✓ cena (zapewnia zwrot kosztów na produkt, dystrybucję i promocję; zapewnia zysk) – jej poziom kształtuje się z uwzględnieniem: konkurencji, kosztów, reakcji konsumentów, praktyk podwyższania i zniżania cen, a także przepisów cenowych,
- ✓ kadry (zapewniają realizację wszystkich działań marketingowych, poziom realizowanych funkcji zależy od ilości i jakości kadr).

Przykłady promocji produktu:

-  ogłoszenia w mass mediach (radio, TV, prasa, Internet, w tym media społecznościowe),
-  roznoszenie ulotek, wywieszanie plakatów (na tablicach informacyjnych, w środkach masowej komunikacji etc.),
-  prezentacje uliczne,
-  bezpośrednie wizyty w domach lub firmach klientów,
-  wysyłanie reklam,

- zlecenie akcji promocyjnej firmom reklamowym.

5. BIZNES PLAN

Dobry biznes plan pozwala uniknąć błędów w przyszłej działalności. Jest integralnym elementem wniosku o środki finansowe na rozpoczęcie działalności gospodarczej (np. z Funduszu Pracy w PUP). Dzięki planowi można dostosować pomysły do rzeczywistości. Pozwoli on opisać twój pomysł i sprawdzić jego realność.

Biznes plan powinien zawierać:

- opis celów przedsiębiorstwa – określenie czyje potrzeby będą zaspokajane, jaki produkt bądź usługa zaspokaja te potrzeby, jakie możliwości istnieją na rynku,
- opis produktu lub usługi – prosty opis produktu, określenie czy produkt znajduje się na rynku, porównanie produktu z podobnymi produktami konkurencji,
- ocenę rynku – jaki jest poziom nasycenia rynku danymi produktami, czy jest miejsce na rynku na produkt, który chcesz wprowadzić,
- prognozę efektów finansowych – rachunek zysków i kosztów,
- kontrolę działalności – sposób sprawdzania skuteczności działania firmy,
- kontrolę finansową (sposób prowadzenia księgowości),
- kontrolę sprzedaży – sposób dystrybucji, sprzedaży towaru.

Zadania biznes planu:

- ✓ ocena mocnych i słabych stron przedsięwzięcia,
- ✓ określenie kosztów,
- ✓ określenie koncepcji rozwoju,
- ✓ ocena branży,
- ✓ ocena rynku i konkurencji,
- ✓ oszacowanie ryzyka,
- ✓ poszukiwanie partnerów do współpracy,
- ✓ poszukiwanie środków finansowych.

6. DOFINANSOWANIE NA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ

Powiatowy urząd pracy może przyznać zarejestrowanej osobie bezrobotnej, środki na rozpoczęcie działalności gospodarczej. Wysokość takiego dofinansowania nie może przekroczyć sześciokrotności przeciętnego wynagrodzenia. Jeśli działalność gospodarcza utrzyma się

minimum 12 miesięcy, nie zostanie zawieszona na okres dłuższy niż 6 miesięcy, nie zostanie podjęte zatrudnienia w okresie jej wykonywania kwota dofinansowania nie podlega zwrotowi.

Bezrobotny ubiegający się o dofinansowanie powinien złożyć w PUP wniosek o przyznanie jednorazowych środków na podjęcie działalności gospodarczej, który zawiera m.in.:

- + kwotę wnioskowanej dotacji,
- + rodzaj zamierzonej działalności ze wskazaniem kodu zgodnie z Polską Klasyfikacją Działalności (PKD),
- + kalkulację wydatków na uruchomienie działalności gospodarczej, źródła ich finansowania oraz wskazanie działań podjętych na rzecz uruchomienia działalności (dotyczących np. pozyskania lokalu, czy uzyskania niezbędnych pozwoleń),
- + szczegółową specyfikację i harmonogram zakupów w ramach wnioskowanej dotacji,
- + przewidywane efekty ekonomiczne prowadzenia działalności,

Zgodnie z przepisami ta forma wsparcia bezrobotnych wymaga zabezpieczenia ewentualnego zwrotu otrzymanych środków. Preferowanymi formami zabezpieczenia jest poręczenie osób fizycznych, weksel z poręczeniem wekslowym (aval), blokada środków na rachunku bankowym wnioskodawcy lub osoby trzeciej

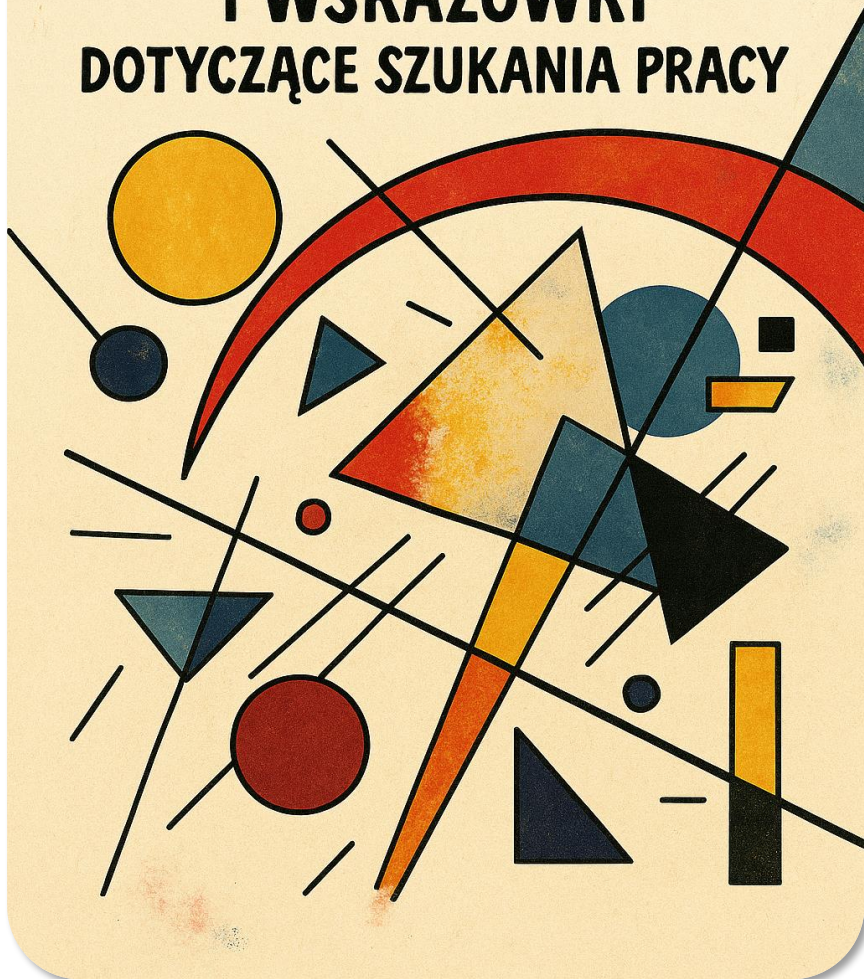
7. DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA NIEREJESTROWANA

W przypadku, gdy nie ma pewności, iż pomysł na działalność gospodarczą powiedzie się, ustawa z dnia 30 marca 2018r. Prawo przedsiębiorców daje możliwość (w art. 5) prowadzenia działalności nierejestrowanej, a przy tym pozostawania nadal w rejestrze bezrobotnych.

Działalność nierejestrowana to drobna działalność osób fizycznych, która nie wymaga rejestracji firmy.

Działalność nierejestrowaną możesz prowadzić, pozostając w rejestrze osób bezrobotnych, gdy Twój miesięczny przychód z owej działalności nie przekroczy 50% minimalnego wynagrodzenia i w okresie ostatnich 60 miesięcy nie wykonywałeś działalności gospodarczej. Działalność tego rodzaju może prowadzić tylko osoba fizyczna. Nie jest dopuszczalna żadna inna forma prowadzenia działalności, np.: spółka cywilna, spółka z o.o. itp.

CZĘŚĆ IV.
PRAKTYCZNE PORADY
I WSKAZÓWKI
DOTYCZĄCE SZUKANIA PRACY



CZĘŚĆ IV. PRAKTYCZNE PORADY DOTYCZĄCE SZUKANIA PRACY

1. KONTAKT Z PUP

Możliwie często kontaktuj się z PUP. Osoba zarejestrowana w urzędzie pracy, jako bezrobotna ma obowiązek utrzymywania kontaktu w wyznaczonych terminach w ramach realizowanego indywidualnego planu działania w celu aktualizacji danych i przedstawienia aktywnych form pomocy.

Jeśli chcesz zwiększyć swoją szansę na znalezienie pracy, bądź aktywny – odwiedzaj urząd jak najczęściej, także niezależnie od ustalonego terminu kontaktu z PUP. Kontakt możesz także utrzymywać zdalnie (telefonicznie, mailowo, przez komunikator internetowy). Chodzi o to, abyś wiedział, jakie propozycje kieruje urząd do swoich klientów. Jeśli będziesz zgłaszał się rzadko, możesz przeoczyć ciekawą propozycję, np. jakąś ofertę pracy, która będzie, w większym lub mniejszym stopniu, zgodna z twoimi kwalifikacjami.

Kontaktuj się z urzędem pracy nawet kilka razy w tygodniu. Na bieżąco śledź aktualne ogłoszenia o pracy czy stażu, zamieszczone na portalach informacyjnych. Zorientuj się, jakie szkolenia organizuje urząd (jeśli nie będziesz mógł w krótkim czasie znaleźć pracy, skorzystaj z darmowego kursu, który poszerzy twoje kwalifikacje, a tym samym zwiększy szansę na pracę). Jeśli planujesz uruchomienie własnej działalności gospodarczej, spytaj o możliwości i warunki uzyskania dotacji dla bezrobotnych. Skontaktuj się (np. telefonicznie, on-line) z doradcą zawodowym, który poinformuje cię o aktualnej sytuacji na rynku pracy, o sposobach poszukiwania pracy, a także o możliwościach zwiększenia twoich szans na znalezienie zatrudnienia.

Reasumując: nie korzystaj z pomocy okazjonalnie, bądź stałym odbiorcą!

2. UKRYTY RYNEK PRACY

Według szacunków, zaledwie połowa informacji o wolnych miejscach pracy trafia do urzędów pracy! Wielu pracodawców szuka pracowników na własną rękę, w ogóle nie kontaktując się z urzędem (jest to tzw. ukryty rynek pracy). Dlatego, jeśli chcesz znaleźć pracę, powinieneś nie tylko zarejestrować się w PUP, ale także stosować inne metody poszukiwania pracy, zwłaszcza kontaktować się bezpośrednio z pracodawcami.

Podsumowując: stosuj wszelkie metody poszukiwania zatrudnienia, zgodne z prawem i normami etycznymi.

3. MEDIA

Korzystanie z ogłoszeń w mediach, to z pewnością jedna z najczęstszych metod poszukiwania pracy. Niemal każdy bezrobotny uważnie śledzi informacje o rynku pracy, publikowane przez, prasę, radio, czy telewizję. Najwięcej osób korzysta w tym celu z Internetu, który jest ogromnym źródłem ważnych informacji o rynku pracy.

Mimo, że korzystanie z mediów to powszechna metoda poszukiwania pracy, wiele osób nie zdaje sobie sprawy, że aby być skutecznym, należy pamiętać o kilku istotnych zasadach. Poniżej przedstawiono najważniejsze z tych zasad.

 **Skorzystaj z Internetu.** Wiele stron internetowych zawiera ogłoszenia o pracy. Istnieją specjalne **portale poświęcone rynkowi pracy** i ofertom zatrudnienia (przykłady podajemy w części V niniejszej publikacji). Możesz także zajrzeć na **internetowe strony dużych gazet, prywatnych agencji doradztwa personalnego** czy też bezpośrednio na **strony firm**, w których starasz się o pracę. Jeśli posiadasz **profil na Facebooku** sprawdź lokalne lub branżowe **grupy związane z poszukiwaniem pracy**. Załóż konto na platformie **LinkedIn** i przygotuj ważne informacje o swojej karierze zawodowej. Umożliwi Ci to stworzenie dodatkowej sieci kontaktów zawodowych. Korzystają z niej profesjonalni rekruterzy. Przeglądaj codziennie ogłoszenia o pracy na stronach internetowych. Nawyk systematyczności pozwoli na zdobycie większej wiedzy na temat propozycji zatrudnienia i wymagań stawianych przez firmy. Na stronie **www. urzędu pracy** znajdziesz aktualne oferty pracy zawarte w **bazie ePraca** oraz wszelkie informacje na temat obecnie realizowanych form pomocy dla klientów, w tym pracodawców, a także projektów czy programów specjalnych. Przeglądaj również **konto powiatowego urzędu pracy na Facebooku**, gdzie zapoznasz się z formami aktywizacji zawodowej i aktualnymi działaniami urzędu oraz innych instytucji.

 Zainstaluj na swoim telefonie bezpłatną **aplikację ePraca** – nowoczesne narzędzie, dla tych którzy szukają pracy. Dzięki nowoczesnej aplikacji ePraca uzyskasz bezpłatny dostęp do informacji o tysiącach ofert z całej Polski, targach i giełdach pracy oraz o innych

wydarzeniach organizowanych przez urzędy pracy. Aplikacja umożliwia przegląd ofert pracy z Powiatowych Urzędów Pracy, Wojewódzkich Urzędów Pracy oraz Ochotniczych Hufców Pracy. Aplikację można pobrać bezpłatnie w sklepie Google Play na urządzenia mobilne.

- 

Jeśli zetkniesz się z kilkoma ofertami pracy, które cię zainteresują, wyślij odpowiedź na każdą z nich. Być może przynajmniej na jedno twoje zgłoszenie pracodawca odpowie. Jeśli szczęśliwie dostaniesz zaproszenie na rozmowy kwalifikacyjne do wszystkich lub do kilku pracodawców, idź na każdą rozmowę. Będziesz miał większy wybór miejsca pracy, może wybierzesz najwłaściwsze dla siebie;
- 

Formułując ogłoszenie o pracy pracodawcy najczęściej wskazują, jakie wymagania powinien spełniać kandydat. Jeśli spełniasz choćby 60% tych wymagań, wyślij swoje zgłoszenie do pracodawcy. Wiele osób nie próbuje starać się o pracę np. dlatego, że wśród listy wymagań stawianych przez pracodawcę znalazło się jedno czy dwa, którego nie spełniają (Przecież wszystkie wymagania postawione przez pracodawcę może spełnić tylko kandydat idealny. Być może taka osoba w ogóle się nie zgłosi!). Poza tym pracodawcy często używają sformułowania „mile widziany”, np. „mile widziana znajomość języka angielskiego” – oznacza to, że dobrze jeśli znasz angielski, ale nie jest to warunek konieczny;
- 

Zwróć uwagę na to, co zawiera ogłoszenie. Jeśli w ogłoszeniu nie ma adresu firmy lub jej nazwy, charakteru pracy, wymagań, a za to jest numer telefonu komórkowego czy tylko adres mailowy, to z dużym prawdopodobieństwem można powiedzieć, że jest to ogłoszenie niewiarygodne. Zachowaj szczególną ostrożność, jeśli zdecydujesz się na takie ogłoszenie odpowiedzieć. Udostępnij jak najmniej własnych danych osobowych;
- 

Możesz zamieścić swoje ogłoszenie w Internecie. Należy określić w ogłoszeniu, o jaką pracę się starasz. Nie musi to być dokładnie wskazane stanowisko, wystarczy, jeśli podasz branżę lub charakter pracy. Jeśli nie potrafisz określić o jaką pracę dokładnie ci chodzi, to koniecznie podaj swoje wykształcenie, kwalifikacje, uprawnienia.

4. KONTAKTY

Poszukuj pracy przez kontakty własne. Wskazówki:

- kontaktuj się systematycznie w sprawie pracy z wszystkimi twoimi znajomymi, zwłaszcza z tymi, którzy są zatrudnieni. Weź pod uwagę: rodzinę, przyjaciół, kolegów, sąsiadów, a nawet „znajomych znajomych”. Wykorzystaj w tym celu również profile na Facebooku i LinkedIn,
- poproś znajomych, aby pamiętali, że starasz się o pracę. Jeśli twoi znajomi pracują, to będą zwracać uwagę czy w firmie będzie zapotrzebowanie na nowych pracowników. Pamiętaj, że bardzo wielu pracodawców poszukuje nowych pracowników poprzez sieć prywatnych i zawodowych kontaktów. Często firmy, nim zamieszczą ogłoszenie o wolnym naborze do pracy, informację o wakatach propagują wśród pracowników,
- nawet nasi niepracujący znajomi mogą nam pomóc. Do każdego z nas dociera tylko pewien wycinek informacji o świecie, także informacji o rynku pracy. Może się zdarzyć, że nie zetkniesz się z jakąś interesującą ofertą pracy, a ktoś z twoich znajomych akurat na taką informację natrafi. Jeśli będzie wiedział, że jesteś zainteresowany pracą natychmiast da ci znać,
- powiedz znajomym, jaka praca cię interesuje oraz jakie masz kwalifikacje i umiejętności. Dzięki temu unikniesz sytuacji, gdy twój znajomy nie poinformuje cię o wolnym miejscu pracy, ponieważ nie będzie wiedział, czy się do niej nadajesz. Poza tym znajomi nie będą cię powiadamiać o pracach, które cię nie interesują,
- ważne jest to, aby twoi wszyscy znajomi mieli wyrobiony nawyk śledzenia ofert pracy i informowania cię o nich. Trudność polega na tym, aby wyrobić u znajomych taki nawyk, jednocześnie nie zrażając ich do siebie. Uważaj więc, aby być z nimi w stałym kontakcie, ale bez natarczywości z Twojej strony,
- niejedna osoba szukająca pracy twierdzi, że nie może prosić znajomych o pomoc, ponieważ odczuwa wstyd z powodu braku pracy. Nasuwają się tutaj dwie uwagi: *po pierwsze przestań myśleć o swojej sytuacji, jak o życiowej klęsce*. Rynek pracy jest bardzo trudny i każdemu może się zdarzyć pozostawanie bez pracy. Ważne jest to, aby działać, być aktywnym i mieć pozytywne nastawienie. Planowe i rzetelne poszukiwanie pracy może przynieść efekty. Po drugie prośba skierowana do znajomych o pomoc w poszukiwaniu pracy może być

okazją do wypróbowania waszej przyjaźni. Bądź jednak ostrożny i wyrozumiały w ocenach. To, że znajomi nie informują Cię o wolnych miejscach pracy, nie musi wynikać z tego, że nie interesuje ich Twoja sytuacja. Pochopna ocena intencji znajomych i brak informacji od nich może doprowadzić do utraty ważnych relacji i przyjaciół.

5. PRZYGOTOWANIE DO ROZMOWY Z PRACODAWCĄ

WERYFIKACJA PRACODAWCÓW

Zastanów się, do których zakładów chcesz się zgłosić. Aby zdobyć adresy firm, skorzystaj z:

- ✓ Internetu,
- ✓ informacji w urzędzie pracy,
- ✓ katalogów firm (np. Panoramy Firm <https://panoramafirm.pl>),
- ✓ informacji uzyskanych od znajomych.

PRZYGOTOWANIE DOKUMENTÓW DLA PRACODAWCY

Prawidłowo przygotowane dokumenty, stanowią istotny element w poszukiwaniu pracy. Są one przepustką do rozmowy kwalifikacyjnej. Przygotowanie życiorysu nie powinno sprawiać większych trudności, ponieważ umieszczamy w nim faktyczne wydarzenia z naszego życia zawodowego i związanych z nim posiadanych kwalifikacji, umiejętności, zainteresowań.

Natomiast pewne kłopoty może sprawić napisanie dobrego, intrygującego listu motywacyjnego. Dokument taki jest niczym innym, jak formą pisemnego zaprezentowania się pracodawcy. List motywacyjny powinien dać odpowiedź na następujące pytania:

- 🔥 Dlaczego nasza kandydatura jest godna rozważenia? Z jakich powodów jesteśmy dobrymi kandydatami na stanowisko, o które się ubiegamy? Dlaczego warto zaprosić nas na rozmowę kwalifikacyjną?
- 🔥 Jakie korzyści będzie miał pracodawca w przypadku, jeśli zdecyduje się nas zatrudnić? Co ważnego wniesiemy do firmy?

Przykłady curriculum vitae (czyli życiorysu zawodowego) oraz listu motywacyjnego znajdziesz w dalszej części niniejszej publikacji.

ROZMOWA Z PRACODAWCĄ

O ile to możliwe, kontaktuj się z szefem firmy. Znaczenie może mieć opinia wyznaczonych pracowników, ale o zatrudnieniu w firmie zawsze decyduje

szef, a nie sekretarka, czy pracownik kadr. Jeśli sekretarka odmówi ci możliwości spotkania z szefem, spróbuj umówić się na inny termin. Unikaj zachowań agresywnych i napastliwości. Zachowuj się asertywnie. Jeśli nie znasz zasad asertywności, zgłoś się do doradcy zawodowego i weź udział w zajęciach na ten temat.

 **WYGLĄD.** Zadbaj o swój wygląd, dostosuj go do wymagań stawianych pod tym względem w firmie, w której starasz się o pracę. Na Twój wizerunek składają się m. in.: ubiór, fryzura, zadbane zarost, makijaż, wygląd dłoni i paznokci, zapach (użyty dezodorant, delikatne perfumy). Ludzie bagatelizują sprawę odpowiedniego wyglądu, a przecież stare porzekadło mówi: „jak cię widzą, tak cię piszą”. Pracodawca wyrabia sobie opinię na twój temat również na podstawie pierwszego wrażenia, na które składa się to, jak wyglądasz, jak się zachowujesz oraz jaka jest twoja wiedza i kwalifikacje. Przykład: pewna absolwentka szkoły ekonomicznej szukała pracy w wielu bankach. Mimo dobrego świadectwa szkolnego i posiadanych kwalifikacji, wszędzie spotkała się z odmową zatrudnienia, przy czym żaden pracodawca nie podawał jej powodów odmowy. W końcu jeden z nich stwierdził, że nie może jej zatrudnić, ponieważ nie wzbudza zaufania. Dlaczego dziewczyna nie wzbudzała zaufania? Ponieważ ubierała się zgodnie z młodzieżową modą, a co gorsza... nosiła kolczyk w nosie. Praca w banku wymaga odpowiedniego wyglądu: garnituru lub żakietu, delikatnego makijażu, nie zanadto ekstrawaganckiej fryzury etc. Zapewne opisywana absolwentka, nauczona przykrym doświadczeniem, zmieniła swój image.

Są jednak zawody, w których sztampa, „wbicie się w garnitur”, nie jest wskazane. Przykładem może być praca w agencjach reklamowych, czy w mediach. Tam inwencja, pomysłowość, oryginalność, artystyczny nieład są w pewnym sensie pożądane.

Reasumując: dostosuj swój wygląd do charakteru pracy, o którą się starasz. Wybierz strój, w którym czujesz się wygodnie, a jednocześnie okazujesz szacunek rozmówcy swoim wyglądem. Zapytaj zaufaną osobę czy w odpowiedni sposób przygotowałeś swój wizerunek do spotkania z pracodawcą.

 **AKCESORIA.** Kiedy już zadbasz o odpowiedni wygląd, zastanów się, co zabierzesz na spotkanie. Ponieważ powinieneś zabrać dokumenty

(życiorys, list motywacyjny, a także świadectwo szkolne i inne dokumenty świadczące o twoich kwalifikacjach) zadбай, aby te dokumenty znalazły się w jakiejś ładnej, estetycznej teczce. Ważne, aby nie uległy zniszczeniu w drodze na spotkanie. Jeśli zabierasz ze sobą podręczną torbę, pamiętaj, żeby nie była „znoszona”, czy wręcz zniszczona. Twój odpowiedni wygląd i rzeczy, których używasz, świadczą o profesjonalizmie i wzbudzają zaufanie. Wielu pracodawców zwraca uwagę nawet na drobne szczegóły. Warto o tym pamiętać.



TREŚĆ ROZMOWY. Zastanów się, co chcesz powiedzieć pracodawcy. Pamiętaj, że rozmowa z pracodawcą to szansa, aby się zaprezentować. Ważne, abyś w odpowiedni i skuteczny sposób zareklamował swoje atuty i korzyści dla pracodawcy z zatrudnienia właśnie Ciebie. Mów o faktach i liczbach oraz efektach swoich działań. Podaj przykłady sytuacji, w których wykorzystałeś swoje umiejętności i doświadczenie. Wykaż zaangażowanie i określ swoje oczekiwania, co do przyszłej pracy.

Pamiętaj:



dowiedz się przed rozmową istotnych informacji o firmie, w której chcesz pracować – jaka jest jej branża, osiągnięcia, obszar działania, struktura;



podkreśl swoje zainteresowanie pracą w tej konkretnej firmie. Uzasadnij to (np. dobrą pozycją firmy na rynku);



zastanów się, o jakich swoich atutach chcesz powiedzieć pracodawcy – jakie twoje kwalifikacje, czy umiejętności czynią z Ciebie odpowiedniego kandydata do pracy. Pamiętaj, że pracodawca wybierając kandydata do pracy kieruje się kryterium zysku – rozważa co zyska zatrudniając cię. Jakie atuty mogą za tobą przemawiać? Z pewnością są to:

- kwalifikacje (wykształcenie, kursy, szkolenia, uprawnienia),
- znajomość języków obcych,
- umiejętności (np. komunikatywność, przedsiębiorczość, umiejętność obsługi klienta i inne),
- łatwość przyswajania wiedzy i wdrażania się w nowe obowiązki,
- samodzielność i inwencja.

Według specjalistów zajmujących się rekrutacją w dużych firmach, ważne jest, aby kandydat do pracy posiadał:

- odpowiednią osobowość,

- zdolność uczenia się,
- zdolności organizacyjne,
- umiejętność pracy w zespole,
- umiejętność analitycznego myślenia,
- umiejętność rozwiązywania problemów,
- inicjatywę, aktywność,
- chęci i zainteresowanie pracą;

-  uważaj na krytykowanie poprzedniego pracodawcy (to błąd!);
-  wrażliwą kwestią jest temat wynagrodzenia. Jeśli pracodawca zapyta Cię, jakie są twoje oczekiwania płacowe, spróbuj uniknąć podawania konkretnych kwot. Raczej powiedz, że oczekujesz takiego samego wynagrodzenia, jak nowo przyjęte osoby na stanowisku, o które ty się starasz. Uzasadnij przedział oczekiwanych kwot płacy swoimi potrzebami i planami życiowymi czy edukacyjnymi. Kwota wynagrodzenia będzie zależała od: branży, posiadanych kwalifikacji i możliwości finansowych firmy, a nawet miejsca wykonywania pracy. Warto także dodać, że masz nadzieję na podwyżkę płac, jeśli okaże się, że będziesz bardzo dobrze wypełniać swoje obowiązki. Innymi słowy podkreśl, że na początek oczekujesz stawki, która umożliwi pokazanie, co potrafisz. Jeśli się sprawdzisz, będziesz oczekiwał podwyżki płacy;
-  pod koniec rozmowy podziękuj pracodawcy za poświęcony czas i wyraż nadzieję na waszą rychłą współpracę. Zapytaj też, kiedy i w jaki sposób będziesz mógł skontaktować się, aby dowiedzieć się, czy zostałeś przyjęty do pracy;
-  starannie przygotuj się do rozmowy. Wypisz na kartce hasła i najistotniejsze słowa twojej wypowiedzi (nie rozpisuj się, wypisz tylko kilka kluczowych słów, które stanowią fundament twojej wypowiedzi – jednakże nie ucz się wypowiedzi na pamięć). Możesz na próbę nagrać swoją prezentację na dyktafon, aby sprawdzić, czy brzmi ona wiarygodnie i przekonująco. Ewentualnie poproś swojego znajomego o przećwiczenie takiej rozmowy. Najlepiej jednak skorzystaj z zajęć prowadzonych przez doradców zawodowych w urzędzie pracy. Będziesz mógł nie tylko zapoznać się z zasadami rozmów kwalifikacyjnych, ale także przećwiczyć taką rozmowę pod kierunkiem specjalistów. Podczas takich zajęć próbne rozmowy kwalifikacyjne mogą być (za zgodą uczestników zajęć) nagrywane na kamerze, a później analizowane, w celu wyeliminowania ewentualnych

błędów. W trakcie zajęć dowiesz się, jak pracodawcy oceniają autoprezentację kandydatów do pracy.

- ✚ JĘZYK CIAŁA. Jest to ważny element kontaktu z drugą osobą. Czasem podświadomie reagujemy na kogoś negatywnie, ponieważ język ciała tej osoby wysyła nam negatywne komunikaty.

Pamiętaj:

- ✚ o uśmiechu! Jest to podstawowa zasada pierwszego kontaktu z drugą osobą. Uśmiech wysyła komunikat: „bardzo się cieszę ze spotkania z tobą” (kontroluj uśmiech, uśmiechanie się non stop, wyglądałoby nienaturalnie);
- ✚ rozmawiając z drugą osobą, w tym wypadku z pracodawcą, utrzymuj kontakt wzrokowy. Przez ok. 60% czasu rozmowy powinieneś patrzeć w twarz rozmówcy. Unikanie kontaktu wzrokowego sugeruje, że masz coś do ukrycia, że jesteś nieszczerzy albo zbyt nieśmiały. Skup uwagę na rozmówcy, ale też nie przyglądaj się mu zbyt natłaczająco. Wzbudzi to z kolei niepokój lub niechęć rozmówcy;
- ✚ siedząc na krześle oprzyj się wygodnie, siedź swobodnie;
- ✚ uważaj aby nie krzyżować rąk, ponieważ, zdaniem psychologów, w ten sposób dystansujesz się do sytuacji i do rozmówcy, lub też pokazujesz swoją niepewność;
- ✚ unikaj gwałtownej gestykulacji i gwałtownych ruchów.

UWAGI:

- bądź punktualny na spotkanie z pracodawcą,
- myśl pozytywnie, uwierz, że masz szansę na zatrudnienie. Negatywne nastawienie tylko potęguje stres i zmniejsza twoją szansę na dobrą autoprezentację. Jeśli zostaniesz zatrudniony, to dobrze, jeśli nie, to nie koniec świata. Ważne, abyś z rozmowy z pracodawcą wyciągnął konstruktywne wnioski: może powinieneś popracować nad swoją autoprezentacją, może masz braki w kwalifikacjach i powinieneś podjąć szkolenie zawodowe, a może starasz się o niewłaściwą pracę. Przemyśl to, lecz nie traktuj nieudanej rozmowy kwalifikacyjnej jako klęski. Uważaj ją za kolejną lekcję i nowe doświadczenie. Wiele osób załamuje się po kilku bezowocnych rozmowach kwalifikacyjnych, zamiast przeanalizować powody tych niepowodzeń. Trzeba też pamiętać, że w poszukiwaniu pracy, tak jak w ogóle w życiu, pewną rolę odgrywa czynnik szczęścia, przypadku. Chodzi o to, abyś przez swoje

działania (doskonalenie zawodowe, autoprezentację, aktywność na rynku pracy, sumienne poszukiwanie zatrudnienia etc.) ograniczył czynnik przypadku do minimum.

ANALIZA PRZEBIEGU ROZMOWY

Potraktuj każdą rozmowę, jako okazję do nauki. Po jej zakończeniu zastanów się, jak ta rozmowa przebiegła. Zadaj sobie następujące pytania:

- ✓ O czym mówiłem, kiedy wydawało się, że wzbudziłem zainteresowanie pracodawcy?
- ✓ Czy dobrze zaprezentowałem swoje kwalifikacje? Czy nie przeoczyłem kwalifikacji istotnych dla wykonywania pracy, o którą się staram?
- ✓ Czy udało mi się zdobyć wszystkie istotne informacje o pracy?
- ✓ Czy zadałem pytania, które miałem zamiar zadać?
- ✓ Czy mówiłem zbyt dużo lub zbyt mało?
- ✓ Czy byłem spięty albo zbyt swobodny?
- ✓ Czy byłem zbyt agresywny albo nieśmiały?
- ✓ Czy udało mi się efektywnie zamknąć rozmowę?
- ✓ Czy byłem odpowiednio przygotowany?

Przeanalizuj powyższe problemy i zastanów się, jak możesz wyeliminować przeszkody i trudności. Nieudana rozmowa nie oznacza od razu klęski. Tylko praktyka, tzn. bezpośredni kontakt z pracodawcą, daje możliwość rozwijania umiejętności autoprezentacji. Dobrą okazją do ćwiczeń z zakresu autoprezentacji są oczywiście zajęcia z doradcą zawodowym.

6. BADANIA TESTOWE

TESTY W PUP

W celu określenia swoich predyspozycji, umiejętności i preferencji zawodowych, możesz skorzystać z badania testowego, które przeprowadza doradca zawodowy. Przykładami takich testów są:

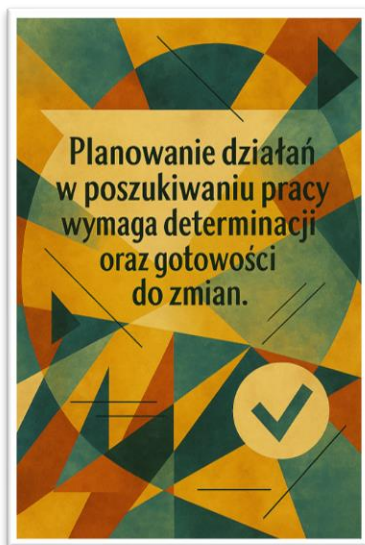
- ❖ Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych
- ❖ Narzędzie do Badania Kompetencji

Są to narzędzia diagnozy przydatności zawodowej, kompetencji i zainteresowań zawodowych, jak również potencjalnych możliwości rozwoju. Testy służą doradcom zawodowym do pracy z następującymi grupami osób: bezrobotnymi poszukującymi pracy, osobami zmieniającymi rodzaj aktywności zawodowej lub poszukującymi nowej pracy, osobami młodymi planującymi swoją ścieżkę kariery czy planującymi zdobywanie nowych kwalifikacji oraz osobom zainteresowanym rozwojem

zawodowym w ramach aktualnej pracy. Mają one pomóc osobom w podejmowaniu właściwych decyzji zawodowych i edukacyjnych, czyli wyboru odpowiedniego zawodu, kierunku kształcenia, szkolenia. Istotne jest, że testy te służą do określenia zainteresowań zawodowych, a nie predyspozycji zawodowych. Jednak w zestawieniu z innym narzędziem diagnozy indywidualnej – wywiadem, testy te w dużym stopniu zaspokajają potrzebę rozpoznania uwarunkowań psychologicznych i społecznych osoby, a także jej kompetencji w kontekście aktywności zawodowej. Testy umożliwiają doradcy zawodowemu przekazanie osobie badanej większej ilości informacji o niej, wskazówek, czy nawet ostrzeżeń przed nietrafnymi decyzjami zawodowymi,

- ❖ test asertywności, określa jak zachowuje się osoba badana w trudnych sytuacjach społecznych: czy jest agresywna, uległa, czy też asertywna,
- ❖ test temperamentu badający typowy dla osoby sposób zachowania i postępowania w określonych sytuacjach.

Wyniki można wykorzystać do lepszego poznania siebie, poprawy swoich relacji z ludźmi, planowania swojego rozwoju zawodowego, a tym samym lepszego przygotowania się do kontaktów z potencjalnym pracodawcą.

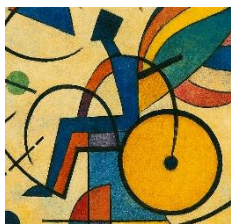


CZĘŚĆ V.
POSZUKIWANIE PRACY
PRZEZ OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ



CZĘŚĆ V.

POSZUKIWANIE PRACY PRZEZ OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ



Powiatowy urząd pracy realizuje zadania z zakresu rehabilitacji zawodowej osób z niepełnosprawnością. Jej celem jest ułatwienie osobie niepełnosprawnej uzyskania i utrzymania odpowiedniego zatrudnienia przez umożliwienie korzystania z poradnictwa zawodowego, szkolenia i pośrednictwa pracy. Osoba z niepełnosprawnością, zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy, jako bezrobotna, ma prawo korzystać z form pomocy na takich samych zasadach, jak inne osoby bezrobotne. Natomiast osoba z niepełnosprawnością posiadająca status osoby poszukującej pracy niepozostającej w zatrudnieniu może korzystać, na zasadach takich jak bezrobotni, z następujących form pomocy: szkoleń, a także sfinansowania potwierdzenia nabycia wiedzy i umiejętności oraz uzyskania dokumentów potwierdzających nabycie wiedzy i umiejętności, bonu na kształcenie ustawiczne, stażu, prac interwencyjnych, robót publicznych, badań lekarskich lub psychologicznych, zwrotu kosztów przejazdu (do pracy, na staż, na szkolenie, na zajęcia z zakresu poradnictwa zawodowego), bonu na zasiedlenie, które mogą być finansowane ze środków PFRON. Szczegółowy opis form pomocy można znaleźć w II części informatora.

Osoby z niepełnosprawnością powinny, w miarę swoich możliwości, stosować te same metody poszukiwania pracy, co inne osoby szukające zatrudnienia. Ze względu na niepełnosprawność, osoby te są pod pewnymi względami uprzywilejowane na rynku pracy. Poniżej przedstawiono najistotniejsze przepisy dotyczące zatrudniania osób z niepełnosprawnością. Są one regulowane przede wszystkim przez:

- ustawę z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz.U. z 2025 r. poz. 913),
- ustawę z dnia 20 marca 2025 r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia (Dz. U z 2025 r. poz. 620),
- ustawę z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 1631),
- ustawę z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (Dz.U. z 2025 r. poz. 277).

1. STOPNIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Ustawa z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych wprowadziła do celów pozarentowych trzy stopnie niepełnosprawności:

-  do **znacznego** stopnia niepełnosprawności zalicza się osobę z naruszoną sprawnością organizmu, niezdolną do pracy albo zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chronionej i 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.

Niezdolność do samodzielnej egzystencji oznacza naruszenie sprawności organizmu w stopniu uniemożliwiającym zaspokajanie bez pomocy innych osób podstawowych potrzeb życiowych, za które uważa się przede wszystkim samoobsługę, poruszanie się i komunikację.

Zaliczenie do znacznego albo umiarkowanego stopnia niepełnosprawności nie wyklucza możliwości zatrudnienia osoby u pracodawcy niezape-wniającego warunków pracy chronionej, w przypadku uzyskania pozytywnej opinii Państwowej Inspekcji Pracy o przystosowaniu przez pracodawcę stanowiska pracy do potrzeb osoby z niepełnosprawnością.

Orzeczenie lekarza orzecznika ZUS o:

- ✓ **całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji** oraz o **niezdolności do samodzielnej egzystencji** jest traktowane na równi z orzeczeniem o **znacznym** stopniu niepełnosprawności,
- ✓ **całkowitej niezdolności do pracy** jest traktowane na równi z orzeczeniem o **umiarkowanym** stopniu niepełnosprawności,

- ✓ **częściowej niezdolności do pracy** jest traktowane na równi z orzeczeniem o **lekkim** stopniu niepełnosprawności.

2. ZATRUDNIANIE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Osoby z niepełnosprawnością, w zależności od stopnia naruszenia sprawności organizmu i możliwości wykonywania pracy, mogą być zatrudniane w **zwykłych zakładach pracy** (czyli na tzw. otwartym rynku pracy) lub w **zakładach pracy chronionej**.

Czas pracy osoby z niepełnosprawnością nie może przekraczać 8 godzin na dobę i 40 godzin tygodniowo. Czas pracy osoby zaliczonej do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo. Osoba z niepełnosprawnością nie może być zatrudniona w porze nocnej i w godzinach nadliczbowych. Wymienionych zasad nie stosuje się:

- do osób zatrudnionych przy pilnowaniu oraz
- gdy, na wniosek osoby zatrudnionej, lekarz przeprowadzający badania profilaktyczne pracowników lub w razie jego braku lekarz sprawujący opiekę nad tą osobą wyrazi na to zgodę.

Osoba z niepełnosprawnością ma prawo do dodatkowej 15 minutowej przerwy w pracy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek. Osobie zaliczonej do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności przysługuje dodatkowy urlop wypoczynkowy w wymiarze 10 dni roboczych w roku kalendarzowym.



Praca osób z niepełnosprawnością w **zwykłych zakładach** może być organizowana:

- a. na **warunkach konkurencyjnych** – osoba z niepełnosprawnością jest przyjmowana i pracuje na takich samych warunkach, jak osoba pełnosprawna, z takim samym zakresem obowiązków, odpowiedzialności, uprawnień,
- b. na **stanowiskach specjalnie dobranych i przystosowanych** do psychofizycznych możliwości oraz potrzeb konkretnego pracownika niepełnosprawnego, wraz z prawem do korzystania ze specjalnych uprawnień przysługujących tylko pracownikom niepełnosprawnym,
- c. w formie **zatrudnienia wspomagane**, które polega na zatrudnieniu osoby z niepełnosprawnością na dobranym i przystosowanym stanowisku z pomocą drugiej osoby, tzw. asystenta lub instruktora wspomagającego, który pomaga opanować niezbędne umiejętności, pomaga w wykonaniu zadań zawodowych do momentu uzyskania przez osobę z niepełnosprawnością całkowitej samodzielności i odpowiedniej wydajności.

Osoby z niepełnosprawnością mogą podjąć zatrudnienie w **zakładach pracy chronionej**.

Zakład pracy, który zatrudnia minimum 25 osób w przeliczeniu na pełny wymiar czasu pracy, uzyskuje status zakładu pracy chronionej, jeżeli wskaźnik zatrudnienia osób z niepełnosprawnością przez okres minimum 6 miesięcy wynosi:

- a. co najmniej 50%, a w tym co najmniej 20% ogółu zatrudnionych stanowią osoby zaliczone do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności,
- b. co najmniej 30% niewidomych lub psychicznie chorych, albo upośledzonych umysłowo zaliczonych do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności.

Obiekty i pomieszczenia zakładu muszą uwzględniać potrzeby osób z niepełnosprawnością. Zakład zapewnia opiekę medyczną oraz poradnictwo i usługi rehabilitacyjne. Zakład, który ubiega się o przyznanie statusu, musi wystąpić z wnioskiem i przedłożyć m.in. opinię PIP. Status zakładu pracy chronionej przyznaje wojewoda.

Prowadzący zakład pracy chronionej tworzy zakładowy fundusz rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Środki funduszu przeznaczone są na finansowanie rehabilitacji zawodowej, leczniczej i społecznej,

ubezpieczenie osób z niepełnosprawnością oraz pomoc indywidualną dla niepełnosprawnych pracowników.

Osoby z niepełnosprawnością mogą być także zatrudniane w **pracy nakładczej**.

Umowa o pracę nakładczą przyjmuje kształt pomiędzy umową o pracę a umową o dzieło. Zatrudniany nabywa część uprawnień pracowniczych, przede wszystkim ubezpieczenie społeczne i zdrowotne. Wynagrodzenie jest wypłacane jedynie za wykonaną faktycznie pracę. Ten rodzaj pracy często określa się jako **pracę chałupniczą**. Głównie wykonuje się pracę w domu, w czasie dogodnym dla zatrudnionego. Przy pracy mogą pomagać członkowie rodziny. Zatrudniony powinien uzyskać co najmniej najniższe wynagrodzenie pracownicze miesięcznie, w przypadku, gdy praca nakładcza jest wyłącznym albo głównym źródłem jego utrzymania lub co najmniej 50% najniższego wynagrodzenia pracowniczego miesięcznie, jeśli praca nakładcza jest dodatkowym źródłem utrzymania.

Zatrudnianie nakładcze ma zwykle zastosowanie w przypadku osób, które:

- a. wymagają opieki ze strony innych osób,
- b. mają trudności w dojazdach do pracy (ze względu na niepełnosprawność).

Dobrym rozwiązaniem dla osób z niepełnosprawnością może być **zatrudnienie zdalne** (tzw. telepraca, czyli wykonywanie obowiązków przy wykorzystaniu komputera, Internetu, smartfonu). W takim wypadku praca może być realizowana regularnie poza zakładem pracy, z wykorzystaniem środków komunikacji elektronicznej. Telepracownikiem jest pracownik, który wykonuje pracę w warunkach domowych i przekazuje pracodawcy wyniki swoich działań, w szczególności za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej (np. za pomocą Internetu). Pracodawca jest obowiązany (o ile wynika to z umowy):

- a. dostarczyć telepracownikowi sprzęt niezbędny do wykonywania pracy w formie telepracy,
- b. ubezpieczyć sprzęt,
- c. pokryć koszty związane z instalacją, serwisem, eksploatacją oraz konserwacją sprzętu,
- d. zapewnić telepracownikowi pomoc techniczną i niezbędne szkolenia w zakresie obsługi sprzętu.

3. DOFINANSOWANIA DO WYNAGRODZEŃ I REFUNDACJE Z PFRON

Pracodawca zatrudniający osoby z niepełnosprawnością może uzyskać z PFRON **miesięczne dofinansowanie do wynagrodzeń** tych osób. Istotny warunek do spełnienia: wynagrodzenie pracownika niepełnosprawnego wypłacane jest ze środków innych niż środki publiczne. Pracodawcą uprawnionym do ubiegania się o dofinansowanie do wynagrodzeń może być:

- pracodawca zatrudniający co najmniej 25 pracowników (w przeliczeniu na pełny wymiar czasu pracy) i w tym zatrudniający minimum 6 % osób niepełnosprawnych,
- pracodawca zatrudniający w przeliczeniu na pełny wymiar czasu pracy mniej niż 25 pracowników,

Pracodawca, który zatrudni osoby niepełnosprawne bezrobotne lub poszukujące pracy niepozostające w zatrudnieniu, może otrzymać **zwrot kosztów** poniesionych w związku z **przystosowaniem tworzonych dla nich stanowisk pracy lub istniejących stanowisk pracy** dla niepełnosprawnych pracowników, zgodnie z potrzebami związanymi z ich niepełnosprawnością.

Może także uzyskać: **zwrot kosztów adaptacji lub nabycia urządzeń ułatwiających** osobie z niepełnosprawnością **wykonywanie pracy lub funkcjonowanie w zakładzie pracy; zakupu i autoryzacji oprogramowania** na użytek pracowników niepełnosprawnych oraz **urządzeń i technologii wspomagających lub przystosowanych do potrzeb** wynikających z ich niepełnosprawności. Pracodawca, który zatrudnia pracownika z niepełnosprawnością może otrzymać **zwrot miesięcznych kosztów zatrudnienia pracowników pomagających pracownikowi niepełnosprawnemu** w pracy. Pomoc ta dotyczy ułatwienia w komunikowaniu się z otoczeniem oraz wsparcie w czynnościach niemożliwych lub trudnych do samodzielnego wykonania przez pracownika niepełnosprawnego na stanowisku pracy.

Przedsiębiorstwo społeczne lub spółdzielnia socjalna mogą otrzymać **środki na utworzenie stanowiska pracy** dla osoby niepełnosprawnej zarejestrowanej w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotna albo poszukująca pracy niepozostająca w zatrudnieniu oraz **środki na finansowanie kosztów płacy** osoby z niepełnosprawnością.

4. ZMNIEJSZENIE LUB ZAWIESZENIE ŚWIADCZEŃ Z TYTUŁU NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Pobieranie przez osobę z niepełnosprawnością wynagrodzenia za pracę, wynagrodzenia z umowy o dzieło, umowy zlecenia, osiąganie przychodów z prowadzenia działalności gospodarczej i innych źródeł, może oznaczać zawieszenie, obniżenie lub utratę świadczenia pobieranego z tytułu niepełnosprawności. Zmiana w pobieraniu świadczenia zależy od kwoty przychodów.

Na zmniejszenie lub zawieszenie **renty z tytułu niezdolności do pracy, emerytury** oraz **renty socjalnej** nie wpływa osiąganie przychodów do wysokości 70% kwoty przeciętnego wynagrodzenia (przeciętne miesięczne wynagrodzenie w I kwartale 2025 r. - 8962,28 zł). Po przekroczeniu 70% przeciętnego wynagrodzenia, jednak nie więcej niż 130% przeciętnego wynagrodzenia pobierane świadczenie ulega zmniejszeniu. Zawieszenie wypłaty świadczenia następuje po przekroczeniu 130% przeciętnego wynagrodzenia. Wysokość przychodów jest obliczana w skali całego roku. W sytuacji osiągania dochodu zmniejszeniu lub zawieszeniu ulegnie również kwota **zasiłku stałego**, przyznawanego pełnoletnim osobom całkowicie niezdolnym do pracy z powodu wieku lub niepełnosprawności. Pod uwagę należy brać kryterium dochodowe. Zgodnie z ustawą o pomocy społecznej kryterium dochodowe osoby samotnie gospodarującej wynosi 1010,00 zł, a kryterium dochodowe na osobę w rodzinie wynosi 823,00 zł (dane za 2025 r.).

5. WŁASNA DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA

Jeżeli jesteś zainteresowany założeniem działalności gospodarczej, sprawdź czy masz odpowiednie umiejętności i wiedzę do jej rozpoczęcia i prowadzenia. Szczegółowe informacje na ten temat znajdziesz w rozdziale wcześniejszym. W tym miejscu przedstawione zostaną możliwości uzyskania finansowego wsparcia dla osób z niepełnosprawnością rozpoczynających i prowadzących własną działalność gospodarczą.

Osoba z niepełnosprawnością, zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotna lub poszukująca pracy niepozostająca w zatrudnieniu, może otrzymać ze środków PFRON jednorazowo **środki na podjęcie działalności gospodarczej**, rolniczej lub na wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej:

1) nie wyższej niż **sześciokrotność przeciętnego wynagrodzenia**, w przypadku zobowiązania do prowadzenia działalności gospodarczej,

rolniczej lub członkostwa w spółdzielni socjalnej nieprzerwanie przez okres **co najmniej 12 miesięcy**,

2) wynoszącej **od sześciokrotności do piętnastokrotności przeciętnego wynagrodzenia**, w przypadku zobowiązania do prowadzenia działalności gospodarczej, rolniczej lub członkostwa w spółdzielni socjalnej nieprzerwanie przez okres **co najmniej 24 miesięcy**, jeżeli nie otrzymała środków publicznych na ten cel. Dotacja dotyczy działalności gospodarczej rozpoczynanej po raz pierwszy lub ponownie, po co najmniej 12 miesiącach od zaprzestania prowadzenia poprzedniej działalności. Przy rozpatrywaniu wniosku pod uwagę brane są następujące kryteria:

- przewidywane efekty ekonomiczne prowadzenia działalności,
- popyt i podaż lokalnego rynku pracy na planowaną działalność,
- kalkulację wydatków,
- uprawnienia i kwalifikacje wnioskodawcy,
- wysokość środków własnych,
- wysokość środków PFRON na ten cel na dany rok.

Otrzymanych środków nie zwraca się, pod warunkiem wykorzystania ich zgodnie z umową.

Osoba z niepełnosprawnością, zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy jako bezrobotna, może otrzymać **środki** z Funduszu Pracy **na rozpoczęcie działalności gospodarczej** na zasadach takich jak inne osoby bezrobotne (opisanych szczegółowo w części II).

6. SZKOLENIA I PRZEKWALIFIKOWANIA

Osoba z niepełnosprawnością, która chce podjąć szkolenie, może skorzystać z oferty szkoleniowej powiatowego urzędu pracy. Szkoleniem może być objęta osoba, która jest zarejestrowana w PUP, jako bezrobotna lub poszukująca pracy niepozostająca w zatrudnieniu, w przypadku:

- braku kwalifikacji zawodowych,
- konieczności zmiany kwalifikacji w związku z brakiem propozycji odpowiedniego zatrudnienia,
- utrąty zdolności do pracy w dotychczas wykonywanym zawodzie.

Koszty szkolenia finansuje PUP ze środków Funduszu Pracy lub PFRON. Uprawnionym osobom z niepełnosprawnością przysługuje świadczenie



w okresie odbywania szkolenia. Można również uzyskać zwrot kosztów przejazdu na kurs, jeśli odbywa się on poza miejscem zamieszkania. Istnieją dwie podstawowe formy szkoleń organizowanych przez PUP: szkolenia indywidualne i grupowe.

Na szkolenie może zostać skierowana osoba, która spełnia wymagania kierunku kursu (tzn. nie ma przeciwwskazań medycznych do podjęcia kursu, kierunek kursu odpowiada poziomowi wykształcenia). Dodatkowo w przypadku szkoleń indywidualnych wymagane jest tzw. uzasadnienie celowości szkolenia (np. uprawdopodobnienie zatrudnienia czy planowanie rozpoczęcia działalności gospodarczej po ukończeniu szkolenia).

7. PORADNICTWO ZAWODOWE

Osoby z niepełnosprawnością mogą także skorzystać z poradnictwa zawodowego (indywidualnego lub grupowego).

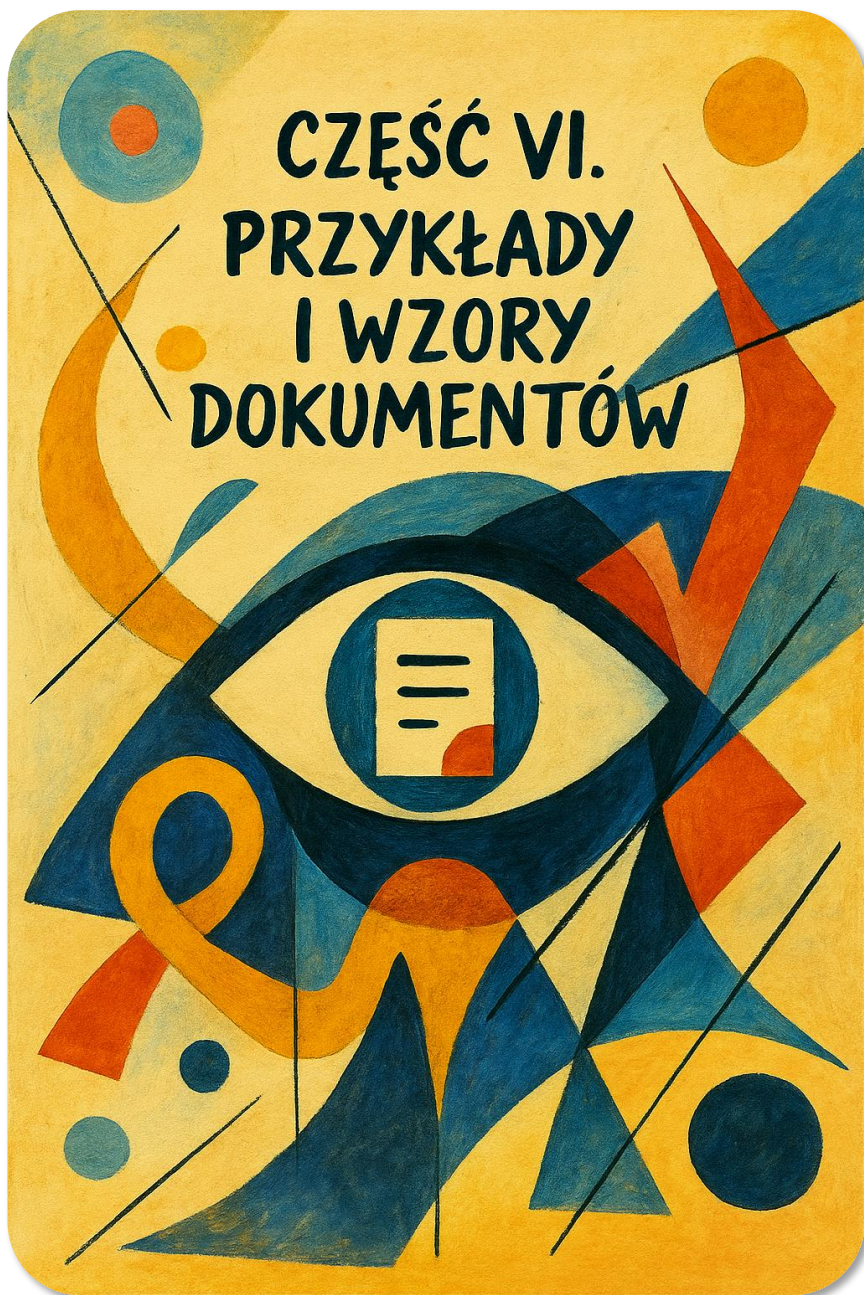
Poradnictwo indywidualne.

Poradnictwo indywidualne to przede wszystkim rozmowa z doradcą zawodowym, której celem jest pomoc osobie z niepełnosprawnością w dostosowaniu się do sytuacji na lokalnym rynku pracy. Doradca zawodowy może pomóc m.in. w określeniu możliwości zawodowych, wyborze kierunku szkolenia, bądź kształcenia zawodowego. Doradca może również udzielić informacji zawodowej, np. na temat pracodawców zatrudniających osoby niepełnosprawne, wymaganych kwalifikacji na danym stanowisku pracy oraz na temat instytucji zajmujących się pomocą osobom z niepełnosprawnością.

Poradnictwo grupowe.

Osoby, które chciałyby wziąć udział w zajęciach grupowych mogą skorzystać z oferty zajęć w formie warsztatów lub szkolenia z zakresu aktywnego poszukiwania pracy w powiatowym urzędzie pracy. Szkolenie odbywa się w cyklu trzytygodniowym. Tematyka zajęć obejmuje najczęściej następujące zagadnienia: radzenie sobie ze stresem, metody poszukiwania pracy, sytuacja na lokalnym rynku pracy, zasady autoprezentacji (przekonywania pracodawcy do siebie), zasady asertywności, indywidualny plan działania, przepisy dotyczące zatrudnienia.

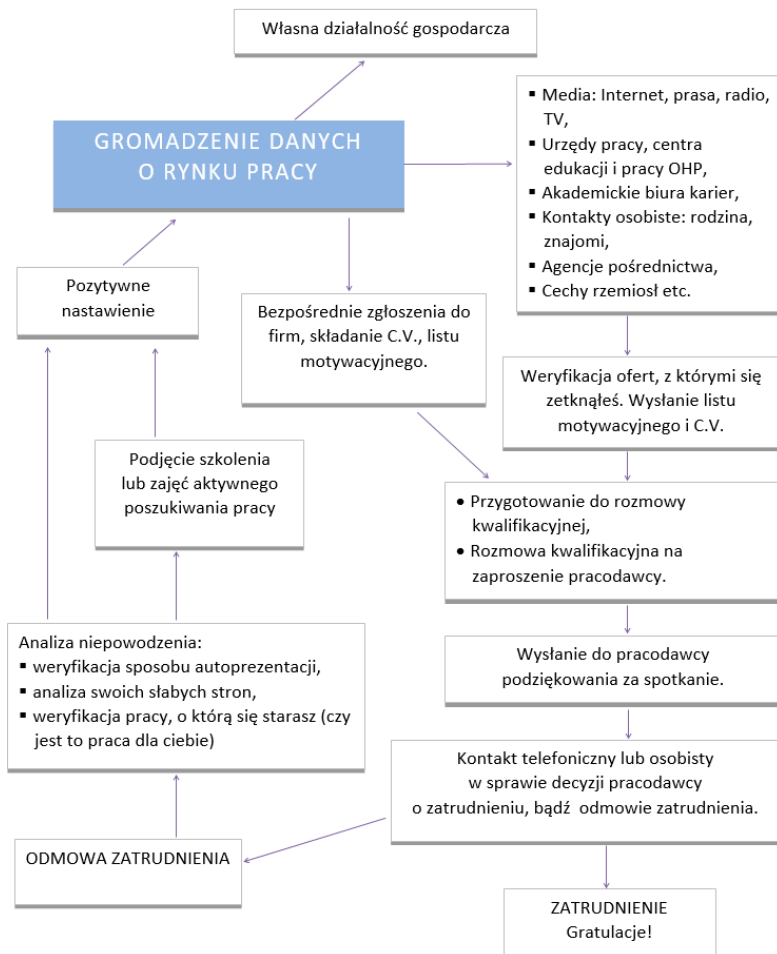
**CZĘŚĆ VI.
PRZYKŁADY
I WZORY
DOKUMENTÓW**



CZĘŚĆ VI. PRZYKŁADY I WZORY

PRZYKŁADOWY SCHEMAT AKTYWNEGO POSZUKIWANIA PRACY

Każdy kontakt z pracodawcą, bez względu na to, czy zostaniesz zatrudniony, czy też nie, jest nowym, cennym doświadczeniem, które może zaprocentować. Poniżej przedstawiamy nasz autorski schemat poszukiwania pracy.



Opis schematu aktywnego poszukiwania pracy

Zgodnie z zaprezentowanym schematem, aktywne poszukiwanie pracy rozpoczynamy od gromadzenia danych o rynku pracy. Chodzi tu przede wszystkim o zebranie informacji o zakładach pracy działających na lokalnym rynku (zwłaszcza na temat planów zatrudnienia w tych zakładach). Na ogół jednak trudno stwierdzić, czy dany zakład planuje zwiększenie kadry. Dlatego też po ustaleniu adresów różnych firm powinniśmy kontaktować się z tymi instytucjami, niezależnie od tego, czy mamy informację o planowanych zmianach personalnych w tych firmach. Gromadzenie danych o rynku pracy, to także określenie rodzajów działalności firm funkcjonujących na danym terenie. Jest to ważne dla osób chcących założyć własną działalność gospodarczą. Takie osoby powinny stwierdzić, jak duża jest konkurencja w tej dziedzinie, w której zamierzają rozpocząć działalność. Dzięki temu mogą podjąć pracę, zakładając własną firmę.

Jak wynika z przedstawionego schematu, gromadzenie danych o rynku pracy może odbywać się poprzez różne metody poszukiwania zatrudnienia tj. poprzez urząd pracy, kontakty ze znajomymi, czerpanie informacji z mediów (w tym także z Internetu), agencje pośrednictwa pracy. Powinniśmy stosować wszystkie te metody (łącznie z bezpośrednimi wizytami u pracodawców).

Kolejnym krokiem jest weryfikacja ofert, z którymi się zetknęliśmy, a także weryfikacja zakładów pracy, do których chcemy się udać (niezależnie od tego czy mamy informację o planowanym zatrudnieniu w tych zakładach). W ten sposób, stosując wszystkie wymienione metody, tworzymy listę firm, z którymi chcemy się skontaktować.

Następnym krokiem jest przygotowanie się do rozmowy kwalifikacyjnej. Powinniśmy przygotować dokumenty, które złożymy u pracodawcy: list motywacyjny, CV. Ponadto musimy solidnie zaplanować naszą autoprezentację u pracodawcy (zasady autoprezentacji znajdziesz w rozdziale poświęconym tej tematyce).

Ostatnim krokiem jest skontaktowanie się z pracodawcą w celu sprawdzenia czy zostaniesz zatrudniony. Trzeba to uczynić zgodnie z ustaleniami podjętymi podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Jeśli pracodawca poprosi o skontaktowanie się z nim w określonym terminie, to trzymaj się tych ustaleń i skontaktuj się we wskazanym dniu.

Może się okazać, że pracodawca nie zechce cię zatrudnić. Niektóre osoby w takich okolicznościach popadają w rozgoryczenie czy nawet

depresję. Powinieneś sobie uświadomić, że poszukiwanie pracy to często długi proces, a każda rozmowa kwalifikacyjna jest okazją do nauczenia się, jak skutecznie zareklamować się pracodawcy i przekonać go, aby cię zatrudnił. Tak więc nie załamuj rąk nad tym, że pracodawca wybrał kogoś innego. Raczej zastanów się, co możesz zrobić, aby być bardziej konkurencyjny. Przeanalizuj przyczyny niepowodzenia. Zastanów się, czy praca, o którą się starałeś, była rzeczywiście dla ciebie odpowiednia. Może pracodawca nie przyjął cię, ponieważ stwierdził, że nie nadajesz się do tej pracy lub nie masz wystarczających kwalifikacji. Przemyśl jeszcze raz: o jaką pracę powinieneś się starać. Zastanów się również nad ewentualnym szkoleniem zawodowym. Zdobycie dodatkowych umiejętności czy też rozszerzenie posiadanych kwalifikacji może znacznie zwiększyć twoją szansę na zatrudnienie. Pamiętaj także o pozytywnym nastawieniu. Badania udowadniają, że osoby, które wierzą w powodzenie skuteczniej poszukują pracy.

Po przeanalizowaniu przyczyn odmowy zatrudnienia i po ukończeniu ewentualnych szkoleń rozpocznij ponownie gromadzenie danych o rynku pracy – zdobywanie informacji o firmach, w których mógłbyś zostać zatrudniony.

Jak widać przedstawiony schemat można i powinno się powtarzać do skutku, czyli do momentu znalezienia pracy.

WZÓR CURRICULUM VITAE

ANNA NOWAK

Adres: 81-704 Sopot, ul. Ładna 6/3

Data urodzenia: 12 maja 1972, Sopot

tel. 605 555 222,

e-mail: annanowak@poczta.fm

CEL ZAWODOWY:

Praca w branży gastronomicznej na stanowisku kucharza.

WYKSZTAŁCENIE:

1996–1999

Zespół Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich
w Sopocie, zawód kucharz.

DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE:

2020–2024

Główne obowiązki:

Przedszkole nr 5 w Sopocie, stanowisko kucharz,
Przyrządzanie wysokiej jakości posiłków i
wydawanie ich o wyznaczonych porach, a także
zamawianie potrzebnych do przyrządzenia
potraw produktów spożywczych.

1999–2020

Główne obowiązki :

IX Liceum Ogólnokształcące im. Czesława Miłosza
w Gdyni, stanowisko pomoc kuchenna
Przygotowywanie potraw zgodnie z wytycznymi
kucharki, zastępowanie kucharki podczas jej
nieobecności, dbanie o wzorową czystość kuchni,
naczyni i sprzętu kuchennego.

DODATKOWE KWALIFIKACJE I UMIEJĘTNOŚCI:

- aktualna książeczka sanitarno-epidemiologiczna,
- znajomość kuchni polskiej, włoskiej i francuskiej,
- odpowiedzialność, rzetelność i sumienność,
- prawo jazdy kategorii B (od 2002 roku),
- znajomość języka angielskiego w stopniu komunikatywnym

ZAINTERESOWANIA:

kuchnie świata, artystyczne ozdabianie potraw

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dn. 10.05.2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2019 poz. 1781)

WZÓR LISTU MOTYWACYJNEGO

Joanna Woźniak
ul. Morowa 13
62-200 Gniezno
tel. 725 063 044

Gniezno, 30.05.2025 r.

Jan Nowak
Kierownik
Sklepu Spożywczo-Przemysłowego AS
ul. Jaśminowa 1
62-200 Gniezno

Szanowny Panie,

W związku z ogłoszeniem, które ukazało się na portalu internetowym: www.pracuj.pl dnia 29.05.2025 r. przedstawiam swoją kandydaturę na stanowisko sprzedawcy.

Posiadam wykształcenie średnie handlowe oraz trzyletnie doświadczenie w zawodzie na stanowisku sprzedawcy w branży spożywczej i odzieżowej. Dotychczasowe zatrudnienie pozwoliło mi na wykorzystanie w praktyce uzyskanej w szkole wiedzy oraz na zdobycie umiejętności związanych z profesjonalną obsługą klienta. Potrafię obsługiwać kasę fiskalną, znam podstawy obsługi komputera. Posiadam aktualną książeczkę zdrowia.

Mam nadzieję, że ta krótka charakterystyka mojej osoby zachęci Pana do bezpośredniej rozmowy ze mną, podczas której będę mogła pełniej zaprezentować swoją kandydaturę.

Z wyrazami szacunku

Joanna Woźniak

SŁOWA PRZYDATNE DO LISTU MOTYWACYJNEGO LUB ŻYCIORYSU

Użyteczne czasowniki	Użyteczne przymiotniki
1. zarządzać	1. ekonomiczny
2. dokonywać	2. skuteczny
3. analizować	3. sprawny
4. budować	4. komunikatywny
5. stać na czele	5. kompetentny
6. obserwować	6. zdolny, uzdolniony
7. organizować	7. pewny, stanowczy
8. uczestniczyć	8. osiągający dobre wyniki
9. określać	9. produktywny
10. kwalifikować	10. wydajny
11. upoważniać	11. biegły
12. naprawiać	12. sprawny
13. sprzedawać	13. pożyteczny
14. rozszerzać rynek	14. korzystny
15. specjalizować	15. pomysłowy
16. dozorować	16. zaradny
17. szkolić	17. stabilny
18. składać się	18. stały
19. polegać	19. uwieczniony powodzeniem
20. kontrolować	20. zwinny
21. koordynować	21. bystry
22. tworzyć	22. wszechstronny
23. projektować	23. bezkonfliktowy
24. udoskonalać	24. doświadczony
25. kierować	25. posiadający praktykę
26. zakładać	26. konsekwentny
27. wprowadzać	27. kontrolowany
28. ustalać	28. ulepszony
29. rozszerzać	29. wyspecjalizowany
30. rozpowszechniać	30. doskonały
31. prowadzić	31. naprawiony
32. wykonywać	32. oddany
33. zapoczątkować	33. terminowy
34. wtajemniczyć	34. współpracujący, kooperujący
35. osiągnąć	35. solidny

36.	36. rzetelny
37.	37. szybko uczący się
38.	38.

PYTANIA PRACODAWCÓW

Najczęściej zadawane podczas rozmów kwalifikacyjnych.

1. Skąd dowiedział się Pan o możliwości pracy w naszej firmie?
2. Dlaczego wybrał Pan naszą ofertę; dlaczego chce Pan u nas pracować?
3. Co Pan wie o naszej firmie?
4. Co Pan wie na temat pozycji naszej firmy na rynku?
5. Czy zna Pan profil naszych usług, produkcji?
6. Dlaczego uważa Pan, że jest właściwym kandydatem do pracy w naszej firmie?
7. Jakie są Pana kwalifikacje do wykonywania tej właśnie pracy?
8. Jakie umiejętności chce Pan wykorzystać w pracy w naszej firmie?
9. Co szczególnego może Pan wniesić do naszej firmy?
10. Czy zna Pan obsługę komputera; w jakim stopniu?
11. Jakie są Pana mocne, a jakie słabe strony?
12. Jakie są Pana osiągnięcia?
13. Jakie z dotychczas osiągniętych sukcesów uważa Pan za największe?
14. Czego nie udało się Panu dotychczas osiągnąć; dlaczego?
15. Jakie stanowisko chce Pan u nas objąć?
16. Proszę opowiedzieć coś o sobie.
17. Czy jest Pan dyspozycyjny?
18. Czy jest Pan odporny na stres?
19. Czy szybko się Pan uczy?
20. Jakie przedmioty w szkole najbardziej Pan lubił i dlaczego?
21. Jakie są Pana cele życiowe?
22. Gdzie widzi Pan siebie za pięć lat?
23. Jaka jest Pana wymarzona praca?
24. Gdzie Pan dotychczas pracował, co Pan tam robił?
25. Dlaczego zdecydował się Pan zmienić pracę?

26. Czy woli Pan pracę samodzielną, czy w grupie?
27. Dlaczego swoich celów zawodowych nie może Pan osiągnąć w obecnym miejscu pracy?
28. Co w pracy zawodowej wykonuje Pan chętnie, a czego nie?
29. Co Pan sądzi o swoich byłych lub aktualnych przełożonych?
30. Czy woli Pan łagodnych czy surowych szefów?
31. Czy woli Pan pracować w małej czy w dużej firmie?
32. Czy chętnie Pan podróżuje?
33. Jakie są Pana zainteresowania, hobby?
34. Co jest dla Pana ważniejsze, zadowolenie z pracy czy awans?
35. Jakie wynagrodzenie chciałby Pan otrzymywać?



JAKICH PRACOWNIKÓW POSZUKUJĄ PRACODAWCY?

Materiał opracowany na podstawie ankiet wypełnionych przez 2000 pracodawców
(na podst.: Nowe Horyzonty, Fundacja Tomaszowski Inkubator Przedsiębiorczości)

abstynentów ambitnych beziinteresownych bezpośrednich błyskotliwych byстрых chętnych do pracy cierpliwych czystych dbających o powierzone sprawy dbających o miejsce dbających o mienie dokładnych dynamicznych dyspozycyjnych efektywnych elastycznych eleganckich elokwentnych energicznych fachowych godnych zaufania gospodarnych grzecznych inteligentnych koleżeńskich kompetentnych komunikatywnych konsekwentnych kontaktowych kulturalnych lojalnych mających motywację do pracy mających poczucie humoru	mądrych miłych na których można polegać nastawionych na osiągnięcie celów nastawionych pozytywnie niekonfliktowych obiektywnych obowiązkowych oddanych odpowiedzialnych operatywnych spokojnych sprawiedliwych stanowczych sumiennych sympatycznych systematycznych pełnych energii pełnych entuzjazmu posiadających dobry charakter posiadających dużą wiedzę pracowitych prawych przedsiębiorczych przekonywujących przyjaznych punktualnych rozwaznych rzetelnych samodzielnych skromnych słownych solidnych szanujących mienie	szczerých szybkich terminowych uczciwych umiejących słuchać uprzejmých wiarygodnych wykazujących wierność swoim zasadom wykształconych wykwalifikowanych wytrwałych zaangażowanych zachowujących tajemnice zadbanych zdecydowanych zdrowych zdiscyplinowanych zorganizowanych zrównoważonych życzliwych
---	---	---

RADY I PRZESTROGI DOTYCZĄCE ROZMÓW KWALIFIKACYJNYCH

(na podstawie: H. Sierpińska – Podręcznik dla lidera klubu aktywnego poszukiwania pracy.)

W CZASIE ROZMOWY	
PAMIĘTAJ O	UNIKAJ
• uśmiechu	• zbędnych komunikatów (szczegółów)
• zachowaniu swojego stylu	• powtarzania życiorysu
• „języku ciała”	• żargonu zawodowego
• własnej wartości	• chaotyczności wypowiedzi
• samokontroli	• dyskusji politycznych
• poczuciu humoru	• kłamstwa i kręactwa
• analitycznym słuchaniu	• roztrząsania własnych wad
• zadawaniu pytań	• dyskredytowania byłych pracodawców
• logice wypowiedzi	• przerywania rozmowy
• swoich celach	• poufałości
• profesjonalizmie rozmówcy	• sztucznego przedłużania rozmowy
• podziękowaniu za rozmowę	• lekceważenia rozmówcy

TABELA KOSZTÓW STAŁYCH ZWIĄZANYCH Z PLANOWANĄ DZIAŁALNOŚCIĄ GOSPODARCZĄ

tabela do przygotowania biznes-planu
(na podst. Nowe Horyzonty, Fundacja Tomaszowski Inkubator Przedsiębiorczości)

KOSZTY STAŁE	JEDNOSTKA MIARY	IŁOŚĆ	CENA JEDNOSTKOWA	WARTOŚĆ / MIESIĄC
KOSZTY OSOBOWE (płace personelu nie- związane bezpośrednio z produkcją, usługami, handlem)				
1. Sekretarka				
2. Sprzątaczką				
3. Księgową				
4.				
5.				
KOSZTY NIEOSOBOWE				
1. Czynsz za dzierżawę pomieszczeń				
2. Podatek od nieruchomości				
3. Ubezpieczenia obiektów i towarów				
4. Energia elektryczna				
5. Energia cieplna				
6. Woda				
7. Abonament telefoniczny				
8. Reklama				
9. Odsetki od kredytów, pożyczek				
10.				
11.				
RAZEM KOSZTY STAŁE				

CZĘŚĆ VII. WAŻNE INFORMACJE



CZĘŚĆ VII. WAŻNE INFORMACJE

DANE TELEADRESOWE

INSTYTUCJA	ADRES	TELEFON	E-MAIL, WWW
Biuro Pełnomocnika Rządu Do Spraw Osób Niepełnosprawnych	ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	tel.: 538-117-590	http://www.niepelnosprawni.gov.pl e-mail: sekretariat.bon@mrpips.gov.pl
Kujawsko-Pomorski Urząd Wojewódzki w Bydgoszczy Delegatura we Włocławku	ul. Brzeska 8 87-800 Włocławek	tel.: (54) 231-42-70 fax (54) 231 43-63	https://www.gov.pl/web/uw-kujawsko-pomorski/delegatura-kujawsko-pomorskiego-urzedu-wojewodzkiego-we-wloclawku e-mail: deluww@bydgoszcz.uw.gov.pl
Lokalny Punkt Informacyjny Funduszy Europejskich we Włocławku	ul. Bechiego 2 87-800 Włocławek	tel.: (54) 23 56 712, (54) 23 56 721, 797 304 126	https://www.funduszeuropejskie.gov.pl/strony/o-funduszach/punkty/lokalny-punkt-informacyjny-funduszy-europejskich-we-wloclawku/ e-mail: pife.wloclawek@kujawsko-pomorskie.pl
Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie	ul. Ogniowa 8/10 87-800 Włocławek	tel.: (54) 423-23-00 fax: (54) 423-23-19	http://bip.mopr.wloclawek.pl e-mail: sekretariat@mopr.wloclawek.pl
Miejski Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności	ul. Ogniowa 8/10 87-800 Włocławek	tel. (54) 423-23-85	https://mst-wloclawek.arch.rbip.mojregion.info/miejski-zespol-do-spraw-orzekania-o-niepelnosprawnosci-we-wloclawku-2/ e-mail: orzecznictwo@um.wloclawek.pl
Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Departament Rynku Pracy	ul. Nowogrodzka 1/3/5 00-513 Warszawa	tel.: 538 117 670 Infolinia dla Obywatela +48 222 500 108.	https://www.gov.pl/web/rodzina e-mail: info@mrpips.gov.pl e-mail: Sekretariat.DRP@mrpips.gov.pl
Ochotniczy Hufiec Pracy Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży we Włocławku Mobilne Centrum Informacji Zawodowej	ul. Przedmiejska 5, piętro 2, lokal nr 14 87-800 Włocławek	tel.: (54) 231-46-71	http://ohp.pl http://www.kujawsko-pomorska.ohp.pl email: ceipm.wloclawek@kujawsko-pomorska.ohp.pl
Państwowa Inspekcja Pracy Okręgowy Inspektorat Pracy w Bydgoszczy. Oddział we Włocławku	ul. Piekarska 16A 87-800 Włocławek	tel.: (54) 233 39 31	http://www.bydgoszcz.pip.gov.pl email: kancelaria@bydgoszcz.pip.gov.pl
Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych Oddział Kujawsko-Pomorski	ul. Szosa Chełmińska 30 87-100 Toruń	tel.: (56) 68 14 400 (56) 68 14 407 (56) 68 14 412 Infolinia PFRON: 22 581 84 10	https://www.pfron.org.pl email: torun@pfron.org.pl

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	ul. Stodólna 68 87-800 Włocławek	tel.: (54) 230 46 29	http://pcprwloclawek.pl e-mail: sekretariat@pcprwloclawek.pl
Starostwo Powiatowe we Włocławku	ul. Cyganka 28 87-800 Włocławek	tel.: (54) 230-46-00 fax: (54) 230-46-71	https://wloclawski.pl e-mail: starostwo@powiat.wloclawski.pl
Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego Przedstawicielstwo we Włocławku	ul. Bechiego 2 87-800 Włocławek	tel.: (54) 235-67-10	https://www.kujawsko-pomorskie.pl/ e-mail: punkt.informacyjny@kujawsko-pomorskie.pl
Urząd Miasta Włocławek	Ul. Zielony Rynek 11/13 87-800 Włocławek	tel.: (54) 414-40-00 fax: (54) 414-44-44	https://www.wloclawek.eu/ https://bip.um.wlocl.pl e-mail: poczta@um.wloclawek.pl
Wojewódzki Urząd Pracy w Toruniu Oddział Zamiejscowy we Włocławku Centrum Poradnictwa Zawodowego	ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń ul. Bul. Piłsudskiego 5B 87-800 Włocławek	tel.: (56) 669-39-00 tel.: 56 4503 400	https://wuptorun.praca.gov.pl e-mail: wup@wup.torun.pl e-mail: cpz@wup.torun.pl
Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Toruniu Inspektorat we Włocławku	Pl. Wolności 18/19 obsługa klientów ul. Płocka 167 87-800 Włocławek	tel.: (22) 560-16-00	http://www.zus.pl e-mail: cot@zus.pl

OBOWIĄZUJĄCE STAWKI, KWOTY, WSKAŹNIKI

Obowiązujące stawki kwoty i wskaźniki – 1 czerwca 2025 r., na podstawie ustawy z dnia 20 marca 2025 r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia (Dz. U. z 2025 r. poz. 620).

I. Zasiłki dla bezrobotnych, stypendia i inne świadczenia (w złotych):	
1. Zasiłek dla bezrobotnych:	
Podstawowy (100%) (art. 224 ust. 1):	
• Pierwsze 90 dni posiadania prawa do zasiłku;	1.721,90
• Kolejne dni posiadania prawa do zasiłku.	1.352,20
Podwyższony (120%) (art. 224 ust. 2):	
• Pierwsze 90 dni posiadania prawa do zasiłku;	2.066,30
• Kolejne dni posiadania prawa do zasiłku.	1.622,70
2. Dodatek aktywizacyjny – 50% zasiłku (art. 233 ust. 2).	861,00
3. Świadczenie integracyjne – 120% zasiłku (art. 15 ust. 4 ustawy z dnia 13 czerwca 2003 r. o zatrudnieniu socjalnym).	2.066,30
4. Stypendia w okresie odbywania:	
• Szkolenia – 120% zasiłku (art. 234 ust. 1 i 2);	2.066,30
• Szkolenia w ramach bonu na kształcenie ustawiczne – 120% zasiłku (art. 234 ust. 1 i 2);	2.066,30
• Stażu – 160% zasiłku (art. 235 ust. 1 i 2);	2.755,10
• Działań w zakresie reintegracji długotrwale bezrobotnych – 60% zasiłku (art. 236 ust. 1).	1.033,20
5. Bon na kształcenie ustawiczne – do 100% przeciętnego wynagrodzenia (art. 107 ust. 4).	8.962,28
6. Pożyczka edukacyjna – do 400% przeciętnego wynagrodzenia (art. 111 ust. 2).	35.849,20
7. Dodatek do stypendium w okresie odbywania stażu – 20% zasiłku (art. 121 ust. 1 i 2).	344,40
8. Świadczenie z tytułu wykonywania prac społecznie użytecznych – od 100% minimalnej stawki godzinowej (art. 142 ust. 12).	30,50
9. Refundacja kosztów opieki nad dzieckiem i osobą zależną – do 50% zasiłku (art. 146 ust. 1 i 5).	861,00

10. Środki na dofinansowanie podjęcia działalności gospodarczej – do 600% przeciętnego wynagrodzenia (art. 147 ust. 1).	53.773,70
11. Środki na założenie lub przystąpienie do spółdzielni socjalnej – do 600% przeciętnego wynagrodzenia (art. 161).	53.773,70
12. Bon na zasiedlenie – do 200% przeciętnego wynagrodzenia (art. 208 ust. 1).	17.924,60

Zasiłki i świadczenia zostały zwaloryzowane od 1 czerwca 2025 r. o średnioroczny wskaźnik wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych ogółem w 2024 r. w stosunku do 2023 r., który wyniósł 3,6% (Komunikat Prezesa GUS z dnia 15 stycznia 2025 r. (M. P. poz. 68)).

Od zasiłku dla bezrobotnych PUP opłaca składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe w łącznej wysokości – 27,52%, a od stypendiów w okresie odbywania szkolenia, stażu lub uczestnictwa w działaniach w zakresie reintegracji społecznej dodatkowo na ubezpieczenie wypadkowe – 0,67%, tj. w łącznej wysokości 28,19% - kwotę składki na ubezpieczenie wypadkowe PUP oblicza stopą procentową obowiązującą urząd w danym roku składkowym.

II. Maksymalne kwoty, jakie mogą być przekazywane z Funduszu Pracy pracodawcom z tytułu skierowania bezrobotnego lub poszukującego pracy (w złotych):

1. Premia dla organizatora stażu po zakończeniu stażu przez bezrobotnego (art. 122 ust. 1 i 2) [1] .	518,00
2. Prace interwencyjne – zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenia społeczne skierowanego bezrobotnego – do 100% minimalnego wynagrodzenia (art. 135 ust. 1).	4.666,00
3. Roboty publiczne – zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenia społeczne bezrobotnego – uczestnika robót publicznych – do 50% przeciętnego wynagrodzenia + składki (art. 136 ust. 1) (4.481,14 + 877,86 [2]).	5.359,00
4. Zwrot podmiotowi prowadzącemu DPS albo jednostce organizacyjnej WRiPZ, zatrudniającym skierowanego bezrobotnego lub poszukującego pracy, części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na	4.666,00

ubezpieczenia społeczne – do 100% minimalnego wynagrodzenia (art. 140 ust. 1).	
5. Dofinansowanie wynagrodzenia za zatrudnienie skierowanego bezrobotnego, który ukończył 50. rok życia, a nie ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny, oraz poszukującego pracy, który ukończył 60 lat – w przypadku kobiety lub 65 lat – w przypadku mężczyzny – do 50% minimalnego wynagrodzenia (art. 141 ust. 1 i 4).	2.333,00
6. Refundacja gminie kwot za bezrobotnego wykonującego prace społecznie użyteczne:	
do 60% minimalnej kwoty świadczenia z tytułu wykonywania prac społecznie użytecznych (art. 142 ust. 14 pkt 1);	18,30
100% minimalnej kwoty świadczenia z tytułu wykonywania prac społecznie użytecznych (art. 142 ust. 14 pkt 2).	30,50
7. Refundacja pracodawcy część kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenia społeczne za skierowanego opiekuna osoby niepełnosprawnej – do 50% minimalnego wynagrodzenia + składki (art. 143) (2.333,00 + 457,03 [2]).	2.790,03
8. Grant na utworzenie stanowiska pracy zdalnej – do 300% minimalnego wynagrodzenia (art. 144).	13.998,00
9. Świadczenie aktywizacyjne za zatrudnienie rodzica powracającego na rynek pracy po przerwie związanej z wychowywaniem dziecka lub opiekuna powracającego na rynek pracy po przerwie związanej ze sprawowaniem opieki nad osobą zależną:	
zatrudnienie w pełnym wymiarze czasu pracy – 50% minimalnego wynagrodzenia (art. 145 ust. 2 pkt 1);	2.333,00
zatrudnienie w co najmniej połowie wymiaru czasu pracy – 25% minimalnego wynagrodzenia (art. 145 ust. 2 pkt 2).	1.166,50
10. Refundacja kosztów wyposażenia lub doposażenia stanowiska pracy:	
do 400% przeciętnego wynagrodzenia (art. 154 ust. 4 pkt 1);	35.849,12

od 400% do 600% przeciętnego wynagrodzenia (art. 154 ust. 4 pkt 2).	53.773,68
11. Środki na utworzenia stanowiska pracy w spółdzielni socjalnej lub przedsiębiorstwie społecznym dla skierowanego bezrobotnego lub poszukującego pracy – do 600% przeciętnego wynagrodzenia (art. 167 pkt 1).	53.773,68
12. Środki na finansowanie kosztów wynagrodzenia zatrudnionego w spółdzielni socjalnej lub przedsiębiorstwie społecznym skierowanego bezrobotnego lub poszukującego pracy - do 600% przeciętnego wynagrodzenia (art. 167 pkt 1).	53.773,68
13. Refundacja części kosztów poniesionych na wynagrodzenia oraz składki na ubezpieczenia społeczne skierowanego do pracy po zakończeniu uczestnictwa w zajęciach w Centrum Integracji Społecznej lub w klubie integracji społecznej – 100% zasiłku + składki (art. 16 ust. 2 ustawy o zatrudnieniu socjalnym) (1.721,90 + 337,32 [2]).	2.059,22
III. Wynagrodzenia i składki:	
1. Minimalne wynagrodzenie za pracę (od 1 stycznia 2025 roku) [3] (w zł):	
stawka godzinowa;	30,50
stawka miesięczna.	4.666,00
2. Przeciętne wynagrodzenie – I kwartał 2025 roku [4] (w zł).	8.962,28
3. Składka na Fundusz Pracy (od 1 stycznia 2021 roku).	1,00%
4. Składka na Fundusz Solidarnościowy (od 1 stycznia 2021 roku)	1,45%
5. Składka na Fundusz Gwarantowanych Świadczeń pracowniczych (od 1 stycznia 2006 roku).	0,10%

[\[1\]](#) Zgodnie z obwieszczeniem Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 19 maja 2025 r. w sprawie wysokości kwoty premii (M. P. poz. 509).

[\[2\]](#) Składki na ubezpieczenia społeczne opłacane przez pracodawcę w wysokości od 16,93% do 19,59%, w zależności od wysokości składki na ubezpieczenie wypadkowe, która wynosi od 0,67% do 3,33% lub 1,67%

w przypadku płatników składek zatrudniających do 9 osób oraz płatników niepodlegających wpisowi do rejestru REGON.

Refundacji na ubezpieczenie wypadkowe podlega kwota w wysokości faktycznej opłacanej od refundowanego wynagrodzenia składki.

[\[3\]](#) Zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 12 września 2024 r. w sprawie wysokości minimalnego wynagrodzenia za pracę oraz wysokości minimalnej stawki godzinowej w 2025 r. (Dz. U. poz. 1362).

[\[4\]](#) Zgodnie z komunikatem Prezesa GUS z dnia 9 maja 2025 r. w sprawie przeciętnego wynagrodzenia w pierwszym kwartale 2025 r. (M. P. poz. 444).

WAŻNE ADRESY INTERNETOWE**ZATRUDNIANIE**

<http://wlodclawek.praca.gov.pl> - strona Powiatowego Urzędu Pracy we Włocławku (oferty pracy)

<https://eures.praca.gov.pl> - strona poświęcona usłudze EURES

<https://www.infopraca.pl> - oferty pracy

<https://businessinsider.com.pl/praca> – informacje o rynku pracy

<https://www.pracuj.pl> - oferty pracy, porady, wzory CV

<https://www.praca.pl> - oferty pracy

<https://www.olx.pl/praca/> - oferty pracy

<https://pl.indeed.com/> - oferty pracy

<https://www.gowork.pl/praca> - oferty pracy

<https://praca.money.pl/> - oferty pracy, porady, kalkulator wynagrodzeń

<https://www.linkedin.com> - oferty pracy

<https://rynekpracy.pl/> - wskaźniki, raporty, wiedza

PRAWO I STATYSTYKA

<https://www.sejm.gov.pl> – strona kancelarii Sejmu RP

<https://www.pip.gov.pl/> – strona Państwowej Inspekcji Pracy

<https://www.prawo-pracy.pl> – przepisy z zakresu prawa pracy

<https://www.gazetaprawna.pl> – strona Gazety Prawnej

<https://www.gov.pl/web/rodzina> – strona Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

<https://wuptorun.praca.gov.pl> – strona WUP w Toruniu

<https://stat.gov.pl> – Główny Urząd Statystyczny

<https://uslugirozwojowe.parp.gov.pl> - strona Bazy Usług Rozwojowych

FUNDUSZE

<https://www.parp.gov.pl> - strona Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości

<https://www.rozwojspoleczny.gov.pl/> - Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027

<https://mapadotacji.gov.pl/> - mapa dotacji i projektów realizowanych z funduszy UE

<https://www.tarr.org.pl> – strona Toruńskiej Agencji Rozwoju Regionalnego

OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

<https://www.pfron.org.pl> – strona Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

<http://www.niepelnosprawni.pl> – informacje, przepisy, oferty pracy dla osób niepełnosprawnych

<http://www.integracja.org> – Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji

<http://www.popon.pl> – Polska Organizacja Pracodawców Osób Niepełnosprawnych

<https://ops.pl> – Serwis Ośrodków Pomocy Społecznej

<https://www.pracuj.pl> – oferty pracy, również dla osób niepełnosprawnych

<https://www.pzg.org.pl> – Polski Związek Głuchych

<https://pzn.org.pl> – Polski Związek Niewidomych

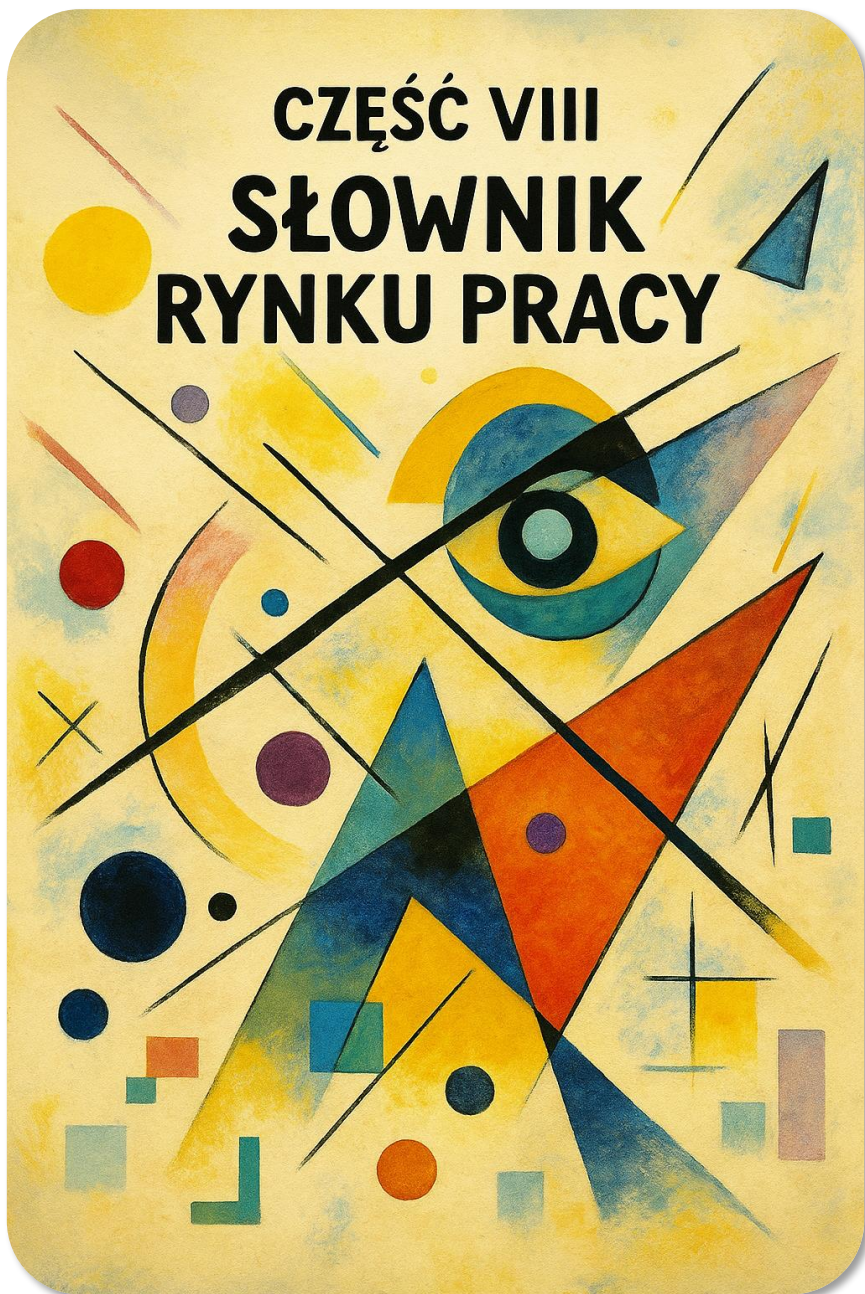
<https://www.ngo.pl> – portal organizacji pozarządowych

<https://centrumwolontariatu.pl> – informacje na temat wolontariatu oraz wsparcie w ramach wolontariatu

<https://werbeo.pl> – portal pracy dla osób z niepełnosprawnościami

<https://www.zus.pl> – strona Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

CZĘŚĆ VIII
SŁOWNIK
RYNKU PRACY



CZEŚĆ VIII. SŁOWNIK RYNKU PRACY

AKTYWIZACJA ZAWODOWA

Pobudzanie do działania, motywowanie poprzez stosowanie określonych metod (np. zajęć z poradnictwa zawodowego, szkoleń etc.) umożliwiających osobom znajdującym się na rynku pracy nabywanie umiejętności wykonywania pracy lub umiejętności poszukiwania i uzyskania zatrudnienia.

AKTYWIZACJA ZAWODOWA BEZROBOTNYCH

Oznacza prowadzoną przez powiatowe urzędy pracy aktywizację zawodową zarejestrowanych bezrobotnych, odbywającą się m.in. w następujących formach:

- 1) pośrednictwo pracy
- 2) poradnictwo zawodowe
- 3) szkolenia (w tym przekwalifikowania zawodowe),
- 4) organizacja staży,
- 5) kierowanie na dotowane z Funduszu Pracy miejsca pracy: prace interwencyjne, roboty publiczne i inne formy umów refundowanych,
- 6) pożyczki i dotacje,
- 7) skierowanie do udziału w programach specjalnych.

BEZROBOTNY

Oznacza to osobę, która ukończyła 18 lat, a nie ukończyła 60 lat (kobieta) lub 65 lat (mężczyzna), niezatrudnioną i niewykonującą innej pracy zarobkowej, niemającą stałego źródła dochodu, zdolną i gotową do podjęcia zatrudnienia w pełnym wymiarze czasu pracy obowiązującym w danym zawodzie lub służbie albo innej pracy zarobkowej, zarejestrowaną we właściwym dla miejsca zamieszkania powiatowym urzędzie pracy, jeżeli spełnia szczegółowe wymogi określone w przepisach.

BEZROBOTNY DŁUGOTRWALE

Oznacza to bezrobotnego pozostającego w rejestrze powiatowego urzędu pracy łącznie przez okres ponad 12 miesięcy w okresie ostatnich 2 lat, z wyłączeniem okresów odbywania stażu.

CENTRUM PORADNICTWA ZAWODOWEGO

Do zakresu zadań CPZ, podlegającego pod właściwy terytorialnie wojewódzki urząd pracy, należy organizowanie i koordynowanie oraz świadczenie usług poradnictwa zawodowego, a także ich rozwijanie, w szczególności w powiatowych urzędach pracy na terenie województwa. Placówka prowadzi poradnictwo zawodowe przez świadczenie wyspecjalizowanych usług w zakresie planowania kariery zawodowej na rzecz osób bezrobotnych i osób poszukujących pracy, w tym świadczenie usług poradnictwa na odległość z wykorzystaniem systemów teleinformatycznych. Również opracowuje, aktualizuje i upowszechnia informacje zawodowe. Realizuje także własne projekty.

DODATEK AKTYWIZACYJNY

Oznacza to świadczenie wypłacone osobie, która będąc bezrobotnym posiadającym prawo do zasiłku, podjęła samodzielnie zatrudnienie, inną pracę zarobkową albo rozpoczęła działalność gospodarczą.

DORADCA DO SPRAW ZATRUDNIENIA

Zajmuje się pozyskiwaniem informacji o wolnych miejscach pracy, dystrybucją tych informacji, nawiązywaniem współpracy z podmiotami zamierzającymi zatrudnić i aktualnie zatrudniającymi pracowników, a także doborem kandydatów na wolne miejsca pracy. Ponadto doradcy ds. zatrudnienia opracowują i monitorują indywidualne plany działania (IPD) dla osób bezrobotnych i osób poszukujących pracy.

DORADCA ZAWODOWY

Osoba, która udziela porad zawodowych w powiatowym urzędzie pracy na wniosek:

- bezrobotnego lub innych osób poszukujących pracy,
- pracowników powiatowego urzędu pracy realizujących zadania w zakresie: pośrednictwa pracy, kierowania bezrobotnych na szkolenia oraz innych form ich aktywizowania,
- pracodawców planujących rozwój zawodowy swój lub pracowników.

Doradca zawodowy w porównaniu z doradcą ds. zatrudnienia realizuje bardziej pogłębione działania doradcze, w tym szkolenia z zakresu umiejętności poszukiwania pracy, pomagając klientowi przezwyciężyć istniejące deficyty i trudności w adaptacji na rynku pracy. Doradca

zawodowy prowadzi rejestr i dokumentację udzielonych porad zawodowych.

EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY PLUS (EFS+)

Europejski Fundusz Społeczny powołany został w celu wspierania wspólnotowej polityki społecznej. Finansuje on działania państw członkowskich UE w osiąganiu wysokiego poziomu zatrudnienia, zapewnieniu sprawiedliwej ochrony socjalnej oraz budowaniu wykwalifikowanej i odpornej siły roboczej. Oprócz działań finansowanych w całości z budżetu państwa, urzędy pracy w Polsce realizują działania współfinansowane z EFS+.

GIEŁDA PRACY

Jedną z form świadczenia usług pośrednictwa pracy, podczas której pracodawca spotyka się w jednym miejscu i czasie z większą liczbą kandydatów. Pozwala to na szybsze wytypowanie osób do zatrudnienia. Spotkania mogą mieć charakter grupowy, ale także indywidualny (pracodawca odbywa rozmowy z kolejnymi kandydatami). Giełda pracy może zostać zorganizowana w urzędzie pracy lub w siedzibie pracodawcy.

ORIENTACJA ZAWODOWA

Polega na ukierunkowaniu osób młodocianych i pełnoletnich do podjęcia odpowiedniego zatrudnienia, wyboru zawodu lub przekwalifikowania.

POSZUKUJĄCY PRACY

Oznacza to osobę, która ukończyła 18 lat, poszukującą zatrudnienia, innej pracy zarobkowej lub chcącą skorzystać z formy pomocy, zarejestrowaną w powiatowym urzędzie pracy. Bezrobotny i poszukujący pracy stanowią, zgodnie z przepisami, zupełnie różne kategorie klientów PUP i mają inne uprawnienia.

PORADNICTWO ZAWODOWE

Proces, w którym doradca zawodowy pomaga klientowi w osiągnięciu lepszego zrozumienia siebie samego w odniesieniu do środowiska pracy, aby umożliwić mu realistyczny wybór lub zmianę zatrudnienia lub też osiągnięcie właściwego dostosowania zawodowego. Polega na udzielaniu bezrobotnym i innym osobom szukającym pracy pomocy w wyborze odpowiedniego zawodu i miejsca zatrudnienia oraz planowaniu rozwoju

zawodowego, a także pracodawcom w doborze kandydatów do pracy oraz w rozwoju zawodowym pracodawcy i pracowników. Poradnictwo zawodowe świadczone jest w formie porad indywidualnych i grupowych (poradnictwo indywidualne i poradnictwo grupowe).

Poradnictwo zawodowe polega w szczególności na:

- 1) udzielaniu informacji o zawodach, kwalifikacjach, rynku pracy oraz możliwościach szkolenia,
- 2) udzielaniu porad w zakresie możliwości rozwoju zawodowego i pomocy w ocenie kompetencji, ułatwiających poszukiwanie pracy i samoza-trudnienia,
- 3) inspirowaniu, organizowaniu i prowadzeniu grupowych porad zawodowych oraz szkoleń z zakresu umiejętności poszukiwania pracy dla bezrobotnych i innych osób szukających pracy,
- 5) udzielaniu informacji i doradztwa pracodawcom w doborze kandydatów do pracy oraz w rozwoju zawodowym pracodawcy i pracowników.

Poradnictwo zawodowe posługuje się głównie dwoma instrumentami: testami i wywiadami.

POŻYCZKA EDUKACYJNA

Oznacza to nieoprocentowaną pożyczkę udzieloną na wniosek osoby bezrobotnej lub poszukującej pracy, w celu sfinansowania kosztów należnych instytucji prowadzącej kształcenie lub instytucji szkoleniowej, instytucji potwierdzającej nabycie wiedzy i umiejętności lub instytucji wydającej dokumenty potwierdzające nabycie wiedzy i umiejętności, w celu poprawy sytuacji wnioskodawcy na rynku pracy.

PRACE INTERWENCYJNE

Oznacza to zatrudnienie osoby bezrobotnej przez pracodawcę, dzięki dofinansowaniu ze strony urzędu pracy. Firma uzyskuje refundację części kosztów poniesionych na wynagrodzenia, nagrody i składki na ubezpieczenia społeczne. Kwotę i tryb refundacji określa umowa pomiędzy wnioskodawcą (pracodawcą) a PUP.

PUBLICZNE SŁUŻBY ZATRUDNIENIA

To instytucje realizujące zadania określone w ustawie o rynku pracy i służbach zatrudnienia składające się z:

- 1) organów zatrudnienia (m.in. ministra do spraw pracy, wojewodów, marszałków województw, starostów),



- 2) urzędy wojewódzkie,
- 3) wojewódzkie urzędy pracy,
- 4) powiatowe urzędy pracy.

RENTA SZKOLENIOWA

Osobie, która spełnia warunki określone przepisami, w stosunku do której orzeczono celowość przekwalifikowania zawodowego ze względu na niezdolność do pracy w dotychczasowym zawodzie przysługuje renta szkoleniowa przez 6 miesięcy, w wysokości 75% podstawy jej wymiaru.

W razie orzeczenia celowości przekwalifikowania zawodowego organ rentowy wydaje decyzję o przyznaniu renty szkoleniowej na okres 6 miesięcy i kieruje zainteresowaną osobą do powiatowego urzędu pracy w celu przekwalifikowania zawodowego. Okres ten ulega przedłużeniu - na podstawie wniosku starosty (PUP) - na czas niezbędny do przekwalifikowania zawodowego, nie dłużej jednak niż o 30 miesięcy.

Prawo do renty szkoleniowej ustaje z upływem 6 miesięcy, jeżeli starosta nie wystąpi z wnioskiem o przedłużenie tego okresu lub z upływem okresu, na jaki przyznano to świadczenie na wniosek starosty. Ponadto prawo do renty ustaje, gdy osoba zainteresowana nie poddaje się przekwalifikowaniu zawodowemu.

ROBOTY PUBLICZNE

Oznacza to zatrudnienie bezrobotnego w okresie nie dłuższym niż 6 miesięcy przy wykonywaniu prac organizowanych przez powiaty, gminy, wybrane organizacje pozarządowe, przedsiębiorstwa społeczne, spółdzielnie socjalne, spółki wodne i ich związki, jeżeli prace te są finansowane lub dofinansowane ze środków samorządu terytorialnego, budżetu państwa, funduszy celowych, organizacji pozarządowych, przedsiębiorstw społecznych, spółdzielni socjalnych, spółek wodnych i ich związków.

RYNEK PRACY

Obejmuje całokształt zagadnień związanych z kształtowaniem podaży pracy i popytu na pracę. Na rynku pracy mają miejsce transakcje kupna pracy, czyli angażowania pracowników oraz transakcje sprzedaży pracy. Popyt reprezentowany jest przez pracodawców oferujących miejsca pracy, a podaż reprezentowana jest przez szukających pracy. Na rynku pracy w warunkach gospodarki rynkowej występuje konkurencja. Bezrobocie

powoduje, że szukający pracy muszą systematycznie podnosić swoje kwalifikacje, które uczynią ich bardziej konkurencyjnymi w stosunku do innych szukających pracy.

STAŻ

Oznacza to nabywanie wiedzy i praktycznych umiejętności zawodowych, poprzez wykonywanie zadań w miejscu pracy bez nawiązania stosunku pracy z pracodawcą. W okresie stażu przysługuje stypendium wypłacane przez PUP.

STOSUNEK PRACY

Stosunek prawny, którego podmiotem są: pracownik i pracodawca. Obie te strony mają wobec siebie określone prawa i obowiązki, które wynikają z umów o pracę, aktu mianowania, powołania, wyboru, spółdzielczej umowy o pracę. Nawiązanie stosunku pracy wymaga zgodnego oświadczenia woli pracodawcy i pracownika. Ustala się wzajemne zobowiązania stron zawierających umowę. Pracownik zobowiązuje się do wykonywania pracy określonego rodzaju na rzecz pracodawcy i pod jego kierownictwem. Pracodawca zobowiązuje się do zatrudnienia pracownika za wynagrodzeniem.

STYPENDIUM

Oznacza to kwotę wypłacaną uprawnionym osobom, w okresie odbywania szkolenia lub stażu u pracodawcy.

SZKOLENIA

Oznacza to pozaszkolne zajęcia mające na celu nabycie wiedzy i umiejętności, potrzebnych do wykonywania pracy, w tym umiejętności poszukiwania pracy.

Szkolenia dla osób bezrobotnych inicjowane są przez powiatowe urzędy pracy i mają na celu zwiększenie szans na znalezienie pracy przez osoby zainteresowane jej podjęciem, w szczególności w sytuacji braku kwalifikacji zawodowych, konieczności zmiany kwalifikacji w związku brakiem propozycji odpowiedniego zatrudnienia, utratą zdolności do wykonywania pracy w dotychczas wykonywanym zawodzie. Kierunek szkolenia może być także określony przez pracodawcę, który chce zatrudnić bezrobotnego po przeszkoleniu.

TARGI PRACY

Polegają na spotkaniu w jednym miejscu grupy pracodawców z grupą osób poszukujących zatrudnienia. Z reguły organizatorami targów są urzędy pracy czy OHP. Na targi zgłaszają się wystawcy, którymi są firmy zainteresowane zatrudnieniem nowych pracowników. Osoby bezrobotne mają możliwość rozmowy z wybranymi wystawcami, a także złożenia dokumentów aplikacyjnych. Z kolei pracodawcy mają sposobność kontaktu w krótkim czasie z wieloma kandydatami do rekrutacji. W targach pracy uczestniczą specjaliści rynku pracy, tacy jak doradcy zawodowi, czy przedstawiciele instytucji szkoleniowych. Z tego względu w przypadku tej formy aktywizacji mamy do czynienia z połączeniem pośrednictwa pracy z poradnictwem zawodowym i ofertami kształcenia zawodowego.

USŁUGI EURES

European Employment Services (Europejskie Służby Zatrudnienia). EURES to międzynarodowa sieć pośrednictwa pracy, powstała by ułatwić wolny przepływ pracowników i wspierać mobilność na poziomie międzynarodowym. EURES świadczy swoje usługi dla osób szukających pracy oraz pracodawców bezpłatnie poprzez: bazę ofert pracy pracodawców zainteresowanych rekrutacją pracowników z zagranicy, bazę CV osób szukających pracy zainteresowanych pracą za granicą, sieć doradców EURES. Doradca EURES informuje o aktualnych ofertach pracy, możliwościach podjęcia zatrudnienia w krajach UE/EOG, warunkach życia w krajach UE/EOG, kulturze i obyczajach. Ponadto może udzielić wskazówek, jak przygotować europejskie CV i jak umieścić swoje CV w bazie EURES CV-online.

USTAWA DOTYCZĄCA RYNKU PRACY

Aktem prawnym określającym zadania państwa w zakresie aktywności zawodowej, wspierania zatrudnienia oraz rynku pracy jest ustawa z dnia 20 marca 2025 r. o rynku pracy i służbach zatrudnienia (Dz. U. z 2025 r. poz. 620).



**NIE
LĘKAJ SIĘ
PRZYSZŁOŚCI
– TWÓRZ JĄ.**

NOTATKI

NOTATKI



Powiatowy Urząd Pracy we Włocławku

ul. Kapitulna 24, 87-800 Włocławek

tel. 54 234-00-89, 54 234-00-90

NIP: 888-15-40-099, REGON: 910933109

<http://wloclawek.praca.gov.pl>

towl@praca.gov.pl

facebook.com/pupwloclawek

Dyrektor PUP we Włocławku Anna Jackowska, tel. wew. 33

ajackowska@wloclawek.praca.gov.pl

Z-ca Dyrektora Sławomir Sawicki, tel. wew. 34

ssawicki@wloclawek.praca.gov.pl

Z-ca Dyrektora Roman Torzewski, tel. wew. 29

rtorzewski@wloclawek.praca.gov.pl

Główny Księgowy Monika Skurzyńska, tel. wew. 36

monika.skurzynska@wloclawek.praca.gov.pl

Kierownik Działu Ewidencji i Świadczeń Ewa Kaźmierczak, tel. wew. 37

ekazmierczak@wloclawek.praca.gov.pl

Kierownik Działu Rozwoju Rynku Pracy Anna Dobska, tel. wew. 17

adobska@wloclawek.praca.gov.pl

Kierownik Działu Organizacyjno-Administracyjnego Anna Wiśniewska, tel. wew. 31

awisniewska@wloclawek.praca.gov.pl

Kierownik Centrum Aktywizacji Zawodowej Jarosław Tomaszewski, tel. wew. 12

jtomaszewski@wloclawek.praca.gov.pl

Filia w Kowalu – ul. Piwna 24, tel. 54 274-10-50

towlko@praca.gov.pl

Filia w Lubrańcu – ul. Brzeska 49, tel. 54 286-22-18

towlu@praca.gov.pl

POWIATOWY URZĄD PRACY
WE WŁOCŁAWKU
2025

