



Informator dla osób zwalnianych z pracy

Janów Lubelski, kwiecień 2009

Spis treści

WSTĘP	3
Krok I. Rejestracja w Powiatowym Urzędzie Pracy.....	3
Zasady i warunki nabycia prawa do zasiłku	4
Terminy nabycia prawa do zasiłku	6
Okres pobierania zasiłku.....	7
Wysokość zasiłku dla bezrobotnego	7
Krok II. Wizyta u doradcy zawodowego	8
Krok III. Poszukiwanie nowej pracy	9
Linki przydatne w poszukiwaniu pracy	9
Linki dla osób niepełnosprawnych (i nie tylko)	9
Linki do ofert pracy czasowej.....	9
Telepraca-nowe możliwości zatrudnienia - Serwisy tematyczne (telepraca).....	10
Krok IV. Pomoc prawna, psychologiczna i aktywizacji zawodowej.....	10
Krok V. Pomoc w utrzymaniu rodziny	11

WSTĘP

Zwolnienie z pracy praktycznie zawsze łączy się z negatywnymi emocjami, silnym stresem i poczuciem załamania. Jest to dziś zjawisko powszechne, rynek pracy nie jest stabilny i osoby pracujące często zmuszone są wielokrotnie zmieniać pracę. Najtrudniej jest wtedy, gdy dotyka nas to po raz pierwszy. Musimy jednak wiedzieć, że:

1. utrata pracy z powodu redukcji zatrudnienia nie jest powodem do wstydu,
2. jeśli ma nas to pocieszyć to pomyślmy sobie, że nie jesteśmy odosobnieni - inne osoby znalazły się w podobnej sytuacji jak my
3. pozytywne myślenie wyzwala w nas aktywność
4. przypomnijmy sobie kilka znanych powiedzeń:
 - „co nas nie zabije to nas wzmocni”
 - „nigdy nie ma tak źle, żeby nie mogło być gorzej”

Nie siedź biernie w domu tylko spróbuj wziąć sprawy w swoje ręce.

Krok I. Rejestracja w Powiatowym Urzędzie Pracy

Zaraz po utracie pracy i otrzymaniu świadectwa pracy natychmiast musisz udać się do PUP, aby zarejestrować się jako osoba bezrobotna. Po zarejestrowaniu będziesz miał prawo do bezpłatnego leczenia (PUP będzie opłacał za Ciebie ubezpieczenie zdrowotne) oraz otrzymasz zasiłek.

Status bezrobotnego nabywa osoba, która spełnia wymogi określone w ustawie o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy z dnia 20 kwietnia 2004 r. w dniu przedłożenia kompletu dokumentów, po poświadczeniu własnoręcznym podpisem prawdziwości danych i oświadczeń zamieszczonych w karcie rejestracyjnej (§2 Rozporządzenia MPiPS z dnia 28.02.1997 r. – Dz. U. Nr 25 poz.131 z późn. zm.). Wymagane dokumenty do rejestracji osoby bezrobotnej:

1. wypełniona prawidłowo karta rejestracyjna,
2. oryginały następujących dokumentów:
 - o dowód osobisty, a w przypadku osób niepełnoletnich – tymczasowy dowód osobisty lub legitymację szkolną,
 - o dyplom, świadectwo ukończenia szkoły lub zaświadczenie o ukończeniu kursu lub szkolenia,
 - o świadectwa pracy oraz inne dokumenty niezbędne do ustalenia uprawnień,
 - o książeczkę wojskową,
 - o umowy zlecenia, umowy agencyjne oraz inne dokumenty potwierdzające okres wszelkiej pracy,
 - o osoba prowadząca pozarolniczą działalność gospodarczą zobowiązana jest do przedłożenia:
 - wszystkich decyzji o wykreśleniu (likwidacji) prowadzonych (zgłoszonych) pozarolniczych działalności,
 - zaświadczenie z ZUS o okresach podlegania ubezpieczeniu społecznemu z tego tytułu,
 - decyzji GUS o nadanym nr REGON,

- osoba współpracująca przedkłada – wraz z dokumentami wymienionymi w powyższym podpunkcie, zaświadczenie o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej, z którego podlegała ubezpieczeniu oraz opis zajmowanego stanowiska, dokument o przeciwwskazaniach do wykonywania określonych prac, jeżeli taki dokument posiada,
- osoba niepełnosprawna przedkłada orzeczenie uprawnionego organu,
- zaświadczenia o wysokości otrzymanego wynagrodzenia w rozbiciu na poszczególne miesiące w przypadku:
 - zatrudnienia na podstawie umowy o pracę w niepełnym wymiarze czasu pracy, wykonywaniu umowy o pracę nakładczą (chałupniczą)
 - wykonywania innej pracy zarobkowej w ramach: umowy agencyjnej, umowy zlecenia, członkostwa w rolniczej spółdzielni produkcyjnej lub spółdzielni kółek rolniczych, tymczasowego aresztowania lub kary pozbawienia wolności,
- zaświadczenia z urzędu gminy lub miasta oraz tytuł prawny, potwierdzający posiadanie gospodarstwa rolnego lub gospodarstwa stanowiącego dział specjalny produkcji rolnej,
- decyzję KRUS o podleganiu bądź nie podleganiu ubezpieczeniu emerytalno-rentowemu z tytułu stałej pracy jako domownik w wyżej wymienionych gospodarstwach,

Prawo do zasiłku przysługuje bezrobotnemu, za każdy dzień kalendarzowy po upływie 7 dni od dnia zarejestrowania się we właściwym urzędzie pracy, z zastrzeżeniem art. 75 ustawy, po spełnieniu wymogów zawartych w art. 71 ustawy. Osobie, która udokumentowała okres uprawniający do zasiłku po upływie 7 dni od zarejestrowania się w urzędzie pracy, lecz w okresie posiadania statusu bezrobotnego, prawo do zasiłku przysługuje od dnia udokumentowania tego prawa.

Wysokość przyznanego zasiłku zależy od udokumentowanych okresów zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, pozarolniczej działalności wymienionych w art.23 ust.1 pkt 2 oraz ust. 2 pkt 1,2,4 i 5 ustawy, i tak:

- 80% kwoty zasiłku przysługuje, gdy okresy te wynoszą łącznie do 5 lat,
- 100% kwoty zasiłku przysługuje, gdy okresy te wynoszą powyżej 5 lat, ale mniej niż 20 lat.
- 120% kwoty zasiłku przysługuje, gdy okresy te wynoszą, co najmniej 20 lat,

Rejestracji nie dokonuje się w przypadku nie przedłożenia wymaganych dokumentów lub odmowy złożenia podpisu na karcie rejestracyjnej przez osobę rejestrującą się.

Zasady i warunki nabycia prawa do zasiłku

Prawo do zasiłku przysługuje bezrobotnemu za każdy dzień kalendarzowy po upływie 7 dni od zarejestrowania się we właściwym Powiatowym Urzędzie Pracy, jeżeli:

1. nie ma dla niego propozycji odpowiedniej pracy, propozycji szkolenia, stażu, przygotowania zawodowego w miejscu pracy, prac interwencyjnych lub robót publicznych oraz:

2. w okresie 18 miesięcy 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, z zastrzeżeniem art.105; w okresie tym nie uwzględnia się okresów urlopów bezpłatnych trwających łącznie dłużej niż 30dni
 - wykonywał pracę na podstawie umowy o pracę nakładczą jeśli osiągał z tego tytułu dochód w wysokości co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
 - świadczył usługi na podstawie umowy agencyjnej lub umowy zlecenia, albo innej umowy o świadczenie usług do których zgodnie z przepisami Kodeksu Cywilnego stosuje się przepisy dotyczące zlecenia albo współpracował przy wykonywaniu tych umów, jeżeli podstawę wymiaru składki na ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
 - opłacał składki na ubezpieczenie społeczne z tytułu prowadzenia pozarolniczej działalności lub współpracy, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalne wynagrodzenia za pracę,
 - wykonywał pracę w okresie tymczasowego aresztowania, lub odbywania kary pozbawienia wolności, przy czym podstawę wymiaru składek na ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej połowy minimalnego wynagrodzenia za pracę,
 - wykonywał pracę w rolniczej spółdzielni produkcyjnej, lub spółdzielni kółek rolniczych lub spółdzielni usług rolniczych, będąc członkiem tej spółdzielni, przy czym jeżeli podstawę wymiaru składki na ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota co najmniej minimalnego wynagrodzenia za pracę,
 - opłacał składkę na Fundusz Pracy w związku z zatrudnieniem lub wykonywaniem innej pracy zarobkowej za granicą u pracodawcy zagranicznego (w krajach innych niż kraje Unii Europejskiej oraz kraje z którymi UE podpisała umowę o swobodzie przepływu osób),
 - był zatrudniony za granicą przez okres co najmniej 365 dni, w okresie 18 miesięcy przed zarejestrowaniem się w powiatowym urzędzie pracy 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.

Do 365 dni, o których mowa wyżej (od których zależy nabycie prawa do zasiłku) zalicza się również okresy:

- zasadniczej służby wojskowej, nadterminowej zasadniczej służby wojskowej, zawodowej służby wojskowej pełnionej na podstawie kontraktu na pełnienie służby terminowej, przeszkolenia wojskowego absolwentów szkół wyższych, służby wojskowej pełnionej w charakterze kandydata na żołnierza zawodowego, ćwiczeń wojskowych, okresowej służby wojskowej oraz zasadniczej służby w obronie cywilnej i służby zastępczej a także służby w charakterze funkcjonariusza o którym mowa w ustawie z dnia 18 lutego 1994r. o zaopatrzeniu emerytalnym funkcjonariuszy Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu,

Straży Granicznej, Biura Ochrony Rządu, Państwowej Straży Pożarnej i Służby Więziennej oraz ich rodzina (Dz. U. Nr 8 poz. 67 z późn. zm.),

- urlopu wychowawczego, udzielanego na podstawie odrębnych przepisów,
- pobierania renty z tytułu niezdolności do pracy lub służby, o której mowa w pkt 1, renty szkoleniowej, oraz przypadające po ustaniu zatrudnienia, wykonywania innej pracy zarobkowej albo zaprzestania prowadzenia pozarolniczej działalności – okresy pobierania zasiłku chorobowego, macierzyńskiego lub świadczenia rehabilitacyjnego jeżeli podstawę wymiaru tych zasiłków stanowiła kwota wynosząca co najmniej minimalne wynagrodzenie za pracę po odliczeniu kwoty składek na ubezpieczenie społeczne należne od pracownika,
- nie wymienione wyżej, za które opłacana była składka na ubezpieczenie społeczne, Fundusz Pracy lub zaopatrzenie emerytalne i Fundusz Pracy jeżeli podstawę wymiaru stanowiła kwota wynosząca co najmniej minimalne wynagrodzenie za pracę,
- okresy za które przyznano odszkodowanie z tytułu niezgodnego z przepisami rozwiązania przez pracodawcę stosunku pracy lub stosunku służbowego, oraz okres, za który wypłacono pracownikowi odszkodowanie z tytułu skrócenia okresu wypowiedzenia umowy o pracę,
- prawo do zasiłku przysługuje bezrobotnym zwolnionym z zakładów karnych i aresztów śledczych zarejestrowanych w okresie 30 dni od dnia zwolnienia, jeżeli suma okresów wymienionych 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 ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy stanowiła kwota w wysokości minimalnego wynagrodzenia za pracę przed pozbawieniem wolności oraz 50% minimalnego wynagrodzenia za pracę w okresie pozbawienia wolności.

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.

- prawo do zasiłku przysługuje również bezrobotnym zwolnionym po odbyciu zasadniczej służby wojskowej, jeżeli okres jej odbywania wynosił, co najmniej 240 dni i przypadał w okresie 18 miesięcy poprzedzających dzień zarejestrowania się w Powiatowym Urzędzie Pracy.

Terminy nabycia prawa do zasiłku

Nabycie prawa do zasiłku uzyskuje się:

Po upływie 7 dni od dnia zarejestrowania;

Po upływie 90 dni od dnia zarejestrowania, jeżeli w okresie 6 miesięcy poprzedzających dzień zarejestrowania stosunek pracy lub stosunek służbowy został rozwiązany za wypowiedzeniem przez pracownika lub na mocy porozumienia stron (chyba, że porozumienie stron nastąpiło z powodu upadłości, likwidacji pracodawcy, lub zmniejszenia zatrudnienia z przyczyn dotyczących pracodawcy albo rozwiązanie stosunku pracy lub stosunku służbowego za wypowiedzeniem lub na mocy porozumienia stron nastąpiło z powodu zmiany miejsca zamieszkania;

Po upływie 180 dni od dnia zarejestrowania, jeżeli w okresie 6 miesięcy przed zarejestrowaniem się w Powiatowym Urzędzie Pracy spowodował rozwiązanie stosunku służbowego, lub stosunku pracy bez wypowiedzenia ze swojej winy;

Po upływie okresu, za który otrzymał jednorazowy ekwiwalent pieniężny za urlop górniczy, lub jednorazową odprawę socjalną, zasiłkową, pieniężną lub pieniężną bezwarunkową, na podstawie układu zbiorowego pracy dla pracowników zakładów górniczych dnia 21 grudnia 1991r lub ustawy z dnia 26-11-1998r. o dostosowaniu górnictwa węgla kamiennego (Dz. U. Nr 162 poz. 1112 z późniejszymi zmianami);

Po upływie okresu za który otrzymał odszkodowanie za skrócenie okresu wypowiedzenia umowy o pracę lub świadczenie szkoleniowe.

Okres pobierania zasiłku

Okres pobierania zasiłku zależy od stopy bezrobocia na dzień 30 czerwca roku poprzedzającego dzień nabycia prawa do zasiłku na obszarze działania PUP.

Dla bezrobotnych zarejestrowanych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Janowie Lubelskim okres pobierania zasiłku wynosi 6 miesięcy. Dla bezrobotnych powyżej 50 roku życia oraz posiadających jednocześnie, co najmniej 20-letni okres uprawniający do zasiłku okres pobierania zasiłku wynosi 12 miesięcy. Dla bezrobotnych, którzy mają na utrzymaniu, co najmniej jedno dziecko w wieku do 15 lat, a małżonek bezrobotnego jest także bezrobotny i utracił prawo do zasiłku z powodu upływu okresu jego pobierania po dniu nabycia prawa do zasiłku przez tego bezrobotnego okres pobierania zasiłku wynosi 18 miesięcy. Okres pobierania zasiłku może ulec przedłużeniu w przypadku urodzenia dziecka przez kobietę w czasie pobierania zasiłku, lub w ciągu miesiąca po jego zakończeniu – okres pobierania zasiłku ulega przedłużeniu o czas trwania urlopu macierzyńskiego.

Okres pobierania zasiłku ulega skróceniu o czas nie przysługiwania zasiłku z przyczyn wymienionych w art. 75 ust.1 i 2.:

o 90 dni

- o w przypadku wstrzymania zasiłku z powodu odmowy przyjęcia propozycji odpowiedniego zatrudnienia, innej pracy zarobkowej, szkolenia, stażu, przygotowania zawodowego w miejscu pracy, wykonywania prac interwencyjnych, lub robót publicznych;
- o w przypadku nie przyznania zasiłku z powodu rozwiązania stosunku pracy za wypowiedzeniem, lub na mocy porozumienia stron;

o 180 dni

- o w przypadku rozwiązania stosunku pracy bez wypowiedzenia z winy pracownika;
- o czas nie przysługiwania zasiłku z powodu otrzymania odszkodowania za skrócony okres wypowiedzenia, a także o czas przebywania zagranicą lub pozostawania w innej sytuacji powodującej brak gotowości do podjęcia zatrudnienia;

okres pobierania zasiłku ulega skróceniu o okres zatrudnienia w ramach prac interwencyjnych, robót publicznych oraz okres odbywania stażu lub przygotowania zawodowego w miejscu pracy przypadających na okres w którym przysługiwał zasiłek (art. 73 ust.4).

Wysokość zasiłku dla bezrobotnego

Wysokość zasiłku dla bezrobotnego zależy od posiadanego "okresu uprawniającego do zasiłku". Do okresu uprawniającego do zasiłku zaliczamy okresy zatrudnienia, innej

pracy zarobkowej, pozarolniczej działalności gospodarczej, pracy w okresie tymczasowego aresztowania, odbywania kary pozbawienia wolności, odbywania zasadniczej służby wojskowej, urlopu wychowawczego oraz inne, za które opłacana była składka na ubezpieczenie i Fundusz Pracy oraz okres, za który wypłacono odszkodowanie z tytułu skrócenia okresu wypowiedzenia umowy o pracę.

Zaliczamy również: okresy pobierania, na podstawie przepisów o pomocy społecznej, gwarantowanego zasiłku okresowego; okresy zatrudnienia na podstawie umowy o pracę w celu przygotowania zawodowego młodocianych pracowników, okresy zatrudnienia za granicą osoby, która przesiedliła się do kraju na warunkach repatriacji w rozumieniu przepisów o obywatelstwie polskim.

Zaliczamy także: okresy zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej przebyte przed dniem 1 stycznia 1997r., jeżeli podstawę wymiaru składki na ubezpieczenie społeczne lub zaopatrzenie emerytalne i Fundusz Pracy stanowiła kwota wynosząca, co najmniej połowę wówczas obowiązującego najniższego wynagrodzenia za pracę pracowników, określonego na podstawie odrębnych przepisów, okres prowadzenia działalności pozarolniczej przed dniem 1 stycznia 1997 r. podlega zaliczeniu, pod warunkiem opłacania składek na ubezpieczenie społeczne i Fundusz Pracy z tego tytułu, o ile podstawę wymiaru tych składek stanowiła kwota wynosząca, co najmniej połowę wówczas obowiązującego najniższego wynagrodzenia za pracę. Zaliczamy także okresy zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej przebyte przed dniem 1 maja 2004r. za granicą u pracodawcy zagranicznego w państwie UE/EOG, za które były opłacone składki na Fundusz Pracy.

Nie zaliczamy okresów urlopów bezpłatnych trwających dłużej niż 30 dni, okresów pobierania renty z tytułu niezdolności do pracy, świadczenia rehabilitacyjnego, zasiłku chorobowego, macierzyńskiego lub opiekuńczego (jeżeli okresy te przypadają po ustaniu zatrudnienia), urlopów wychowawczych powyżej 6 lat.

Zasiłek wynosi:

80 % - dla bezrobotnych posiadających okres uprawniający do zasiłku wynoszący do 5 lat

100 % - dla bezrobotnych posiadających okres uprawniający do zasiłku wynoszący od 5 lat do 20 lat

120 % - dla bezrobotnych posiadających okres uprawniający do zasiłku wynoszący, co najmniej 20 lat

Zasiłki podlegają 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.

W przypadku udokumentowania przez bezrobotnego okresu uprawniającego do zasiłku po upływie 7 dni od dnia zarejestrowania się w PUP, lecz w okresie posiadania statusu bezrobotnego, prawo do zasiłku przysługuje od dnia udokumentowania tego prawa.

Krok II. Wizyta u doradcy zawodowego

Jeśli nie wiesz jak i gdzie szukać pracy, jak napisać życiorys i podanie o przyjęcie do pracy zgłoś się do doradcy zawodowego i zapisz na zajęcia Klubu Pracy prowadzone w PUP. Wbrew pozorom dzisiaj napisanie CV (życiorysu) może sprawić sporo kłopotu, a i wymagania pracodawcy są dziś inne niż kiedyś. Doradca nauczy cię:

pisać życiorys i list motywacyjny

myśleć i mówić dobrze o sobie
prezentować się pracodawcy podczas rozmowy kwalifikacyjnej
Uzyskasz informacje lokalnym rynku pracy i technikach poszukiwania pracy.

Doradca zawodowy w Powiatowym Urzędzie Pracy przyjmuje w pokoju nr 6 lub 7 lub pod nr tel. (15) 8720-240 , 8722-534 w 22 lub 23. Tam też przyjmowane są zapisy na zajęcia Klubu Pracy.

Podobną pomoc uzyskasz również w Oddziale Lubelskiej Fundacji Rozwoju w Janowie Lubelskim przy ul. Zamoyskiego 52, tel. (15) 872 52 52 lub (15) 871 75 36

Krok III. Poszukiwanie nowej pracy

Nie czekaj biernie, aż urząd pracy zaproponuje Ci nową pracę. Zaczynj sam poszukiwania natychmiast.

- przeglądaj sam oferty pracy wywieszane w Powiatowym Urzędzie Pracy,
- przejdź się po instytucjach i zakładach pracy i sam się pytaj o pracę i zostawiaj swoje CV i podanie,
- rozgłoś wśród znajomych i rodziny, że poszukujesz pracy,
- jeżeli jesteś zdecydowany dojeżdżać lub wyjechać do innego miasta przeglądaj portale internetowe oferujące pracę.

Linki przydatne w poszukiwaniu pracy

www.lpraca.gov.pl, www.praca.gov.pl, www.abcpraca.pl, www.hrk.pl, www.jobs.pl,
www.jobpilot.pl, www.pracuj.pl, www.gazeta.pl/praca, www.praca.interia.pl, www.praconline.pl,
www.praca.onet.pl, www.megapraca.pl, www.careergate.pl, www.kariera.wprost.pl,
www.infostaff.com.pl, www.bankkadr.pl, www.hoga.pl, www.bigram.pl, www.infor.pl,
www.webjobs.pl, www.praca.wp.pl, www.jobaid.pl, www.topjobs.pl, www.usc.gov.pl,
www.serwispraca.pl, www.stop-praca.pl, www.bestoferta.pl, www.absolwent.net,
www.foster.net.pl, www.estudent.pl, www.grasz.pl, www.testthr.pl, www.absolwent.nauka.pl,
www.aupari.pl, www.wolontariat.org.pl, www.youth.org.pl, www.ngo.pl, www.pah.ngo.pl,
www.unv.org, www.schuman.org.pl, www.salos.pl/misje, www.studentserwis.org,
www.youthtravel.pl, www.workcamps.poland.org, www.oswiata.org.pl

Linki dla osób niepełnosprawnych (i nie tylko)

www.impel.com.pl, www.popon.pl, www.idn.org.pl

Linki do ofert pracy czasowej

www.tempservice.com.pl, www.grafton.pl, www.workservice.com.pl, www.pba.com.pl,
www.activeplus.com.pl, www.job-net.com.pl, www.jobuniverse.pl, www.allbecomn.pl,
www.ohp.pl

Telepraca-nowe możliwości zatrudnienia - Serwisy tematyczne (telepraca)

www.telepraca-polska.pl, www.masterplan.com.pl/gieidapracy, www.idn.org.pl/praca

Bezpłatna pracownia internetowa czynna w dni powszednie w godzinach 8.00 – 16.00 znajduje się w Gminnym Centrum Informacji przy Oddziale Lubelskiej Fundacji Rozwoju w Janowie Lubelskim przy ul. Zamoyskiego 52, tel. (15) 872 52 52 lub (15) 871 75 36.

Krok IV. Pomoc prawna, psychologiczna i aktywizacji zawodowej

Jeśli uważasz, że masz „doła” lub wpadasz w depresję z powodu utraty pracy pomoże Ci psycholog. Nie wstydź się skorzystać z pomocy. Na całym świecie nawet znani ludzie regularnie korzystają z porad psychologa lub psychoterapeuty. Pamiętaj o tym, że Twój zły humor odbija się na najbliższych, a ani Ty, ani oni nie są winni temu, że straciłeś pracę.

Potrzebna Ci porada prawnika, a nie stać Cię na nią, bo właśnie straciłeś pracę – możesz zgłosić się do prawnika. W czasie swoich dyżurów prawnik będzie udzielał porad z zakresu prawa rodzinnego, prawa pracy i ubezpieczeń rodzinnych, a także ustawy o pomocy społecznej, czy świadczeniach rodzinnych. Będzie pomagał wypełniać różnego rodzaju druki urzędowe i podpowiadał gdzie się udać, np. do którego urzędu, aby załatwić daną sprawę i gdzie uzyskać potrzebną pomoc.

Psycholog i prawnik przyjmują bezpłatnie w każdy poniedziałek w godzinach 15.30 – 17.00, od miesiąca maja 2009 r. również w czwartki od 15.30 do 17.00. w siedzibie Janowskiego Stowarzyszenia Niesienia Pomocy „Humanus” w Janowie Lubelskim przy ul. Bohaterów Porytowego Wzgórza 23, tel. (15) 814 22 51.

Od miesiąca maja 2009 rusza czwarta edycja Klubu Integracji Społecznej, działającego w ramach Centrum Aktywności Społecznej prowadzonej przez Stowarzyszenie Humanus.

W ramach KIS odbywać się będą zajęcia treningowo-warsztatowe w obszarze nabywania umiejętności i pokonywania trudności osobistych i zawodowych. Ponadto w ramach aktywizacji zawodowej będą organizowane szkolenia zawodowe, dyżury doradcy zawodowego i prawnika, a każdemu z uczestników zostanie zaproponowane skierowanie do prac w ramach prac społecznie użytecznych lub innych prac subsydiowanych.

Uczestnicy KIS będą mogli także skorzystać z darmowego, dostępu do internetu, a także będą mieli zapewnioną opiekę dla dzieci w czasie uczestnictwa w zajęciach KIS, którą świadczyć będzie prowadzona przez Stowarzyszenie Świetlica Środowiskowa „Stokrotka”. W świetlicy każda osoba, może pozostawić dziecko pod opieką wykwalifikowanej kadry pedagogów, w tym np. bezrobotni na czas poszukiwania pracy poza Janowem Lubelskim. Dzieci w Świetlicy przebywając pod opieką pedagoga, mają możliwość odrabiania lekcji, ale także uczestniczą w zajęciach socjoterapeutycznych. Objęte są także opieką różnych specjalistów (pedagogów, psychologa, logopedy). W Świetlicy prowadzone są również zajęcia mające na celu rozwój zainteresowań oraz różnorodne zajęcia sportowe i zabawy.

Dzieci korzystające ze Świetlicy objęte są pomocą w formie dożywiania (kanapek, drożdżówek, a także paczek żywnościowych).

Świetlica działa codziennie od 12.00 do 18.00

Klub Integracji Społecznej działa codziennie od 15.00 do 18.00

Wszelkich informacji na temat możliwości skorzystania z w/w form pomocy udziela Janowskie Stowarzyszenie Niesienia Pomocy „Humanus” w Janowie Lubelskim przy ul. Bohaterów Porytowego Wzgórza 23 tel. (15) 814 22 51 (Paweł Wiśniewski).

Krok V. Pomoc w utrzymaniu rodziny

Jeśli w wyniku utraty pracy dochody Twojej rodziny są niewystarczające możesz, a nawet powinieneś skorzystać z pomocy Ośrodka Pomocy Społecznej.

Prawo do świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej przysługuje osobom i rodzinom w przypadku, których dochód na osobę w rodzinie nie przekracza kryterium dochodowego, określonego w art. 8 ust. 1 ustawy o pomocy społecznej:

- osobie samotnie gospodarującej, której dochód nie przekracza kwoty 477 zł, zwanej „kryterium dochodowym osoby samotnie gospodarującej”,
- osobie w rodzinie, w której dochód na osobę nie przekracza kwoty 351 zł, zwanej „kryterium dochodowym na osobę w rodzinie”,
- rodzinie, której dochód nie przekracza sumy kwot kryterium dochodowego na osobę w rodzinie, zwanej „kryterium dochodowym rodziny”.

Do dochodów nie wlicza się:

1. alimentów świadczonych przez osoby w rodzinie na rzecz innych osób,
2. jednorazowych świadczeń socjalnych,
3. świadczeń w naturze,
4. świadczenia pieniężnego w postaci składki na ubezpieczenie społeczne, opłacanej przez ośrodki pomocy społecznej

Tryb przyznania świadczenia z pomocy społecznej składa się z następujących etapów:

1. Zgłoszenie wniosku o udzielenie pomocy:
osobiste, pisemne lub telefoniczne zgłoszenie osoby ubiegającej się o pomoc do pracownika socjalnego (zgłoszenie może nastąpić z urzędu lub może go dokonać przedstawiciel ustawowy lub inna osoba za zgodą ubiegającego się o pomoc)
2. Sporządzenie wywiadu środowiskowego i planu pomocy:
rozeznanie przez pracownika socjalnego sytuacji osobistej i rodzinnej osoby ubiegającej się o pomoc społeczną, tj. przeprowadzenie wywiadu środowiskowego w miejscu zamieszkania klienta
3. Sporządzenie decyzji i wydanie jej osobie ubiegającej się o pomoc społeczną
4. Realizacja przyznanych świadczeń

Tych i innych form pomocy udziela Ośrodek Pomocy Społecznej w Janowie Lubelskim, mieszczący się przy ul. Bohaterów Porytowego Wzgórza 23 tel. (15) 872 46 76.

Przy opracowywaniu materiałów korzystano z informacji zawartych na oficjalnych stronach internetowych:

1. www.janow.pup.gov.pl
2. www.opsjl.pl
3. www.humanus.free.ngo.pl

**Opracowanie Informatora:
Grażyna Łysiak
Lubelska Fundacja Rozwoju**

Informator opracowano na zlecenie Urzędu Miejskiego w Janowie Lubelskim.

Janów Lubelski, kwiecień 2009