

# MAMY PRAWA

## do świadczeń

Czy wiesz, że po porodzie  
Tobie oraz ojcu dziecka przysługuje  
prawo do wielu świadczeń?

Poznaj najważniejsze z nich!



[www.fundacjamatecznik.pl](http://www.fundacjamatecznik.pl)

[f](#) / FundacjaMatecznik

[@](#) / fundacja\_matecznik

## URLOP MACIERZYŃSKI

- Przysługuje, gdy jesteś zatrudniona na umowę o pracę - otrzymasz wtedy zasiłek macierzyński.
- Przysługuje z mocy prawa - nie trzeba składać żadnego wniosku.
- Wynosi **20 tygodni przy jednym dziecku**, z czego musisz wykorzystać 14 tygodni (resztę może wykorzystać ojciec dziecka).
- Jeszcze przed porodem możesz wykorzystać 6 tygodni urlopu macierzyńskiego.

W przypadku własnej działalności gospodarczej masz prawo do zasiłku macierzyńskiego:

- musisz mieć opłaconą składkę chorobową nieprzerwanie przez minimum 90 dni,
- możesz kontynuować prowadzenie działalności od razu po porodzie.

## ŚWIADCZENIE RODZICIELSKIE

Prawo do zasiłku, tzw. „**kosiniakowe**” w wysokości tysiąca złotych miesięcznie, przysługuje rodzicom (także rodzinom zastępczym lub przysposabiającym) przez okres, w jakim mogliby korzystać z urlopu macierzyńskiego i rodzicielskiego, jeśli:

- nie posiadają ubezpieczenia,
- są studentami,
- wysokość zasiłku wyniosłaby mniej niż 1.000 zł miesięcznie.

## URLOP RODZICIELSKI

- Przysługuje on Tobie i drugiemu rodzicowi.
- Wynosi 41 tygodni (lub 43 przy więcej niż 1 dziecku), z czego:
  - 9 tygodni przysługuje wyłącznie każdemu rodzicowi - nie może być przeniesione na drugiego,
  - 23 tygodnie - do dowolnego podziału pomiędzy rodziców.
- Możesz go wykorzystać jednorazowo lub w częściach (maksymalnie 5) do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko kończy 6 lat.
- Możesz korzystać z urlopu jednocześnie z drugim rodzicem.
- Możesz pracować na umowę zlecenie, o dzieło lub kontynuować własną działalność gospodarczą. Możesz też podjąć umowę o pracę u swojego pracodawcy, w wymiarze maksymalnie 1/2 etatu - urlop zostaje wtedy wydłużony.

### Jak złożyć wniosek o urlop rodzicielski?

Jeśli wiesz, że chcesz wykorzystać całość urlopu rodzicielskiego od razu po urlopie macierzyńskim, wniosek składasz do 21 dni po porodzie. Wybierasz też wysokość zasiłku:

- 81,5% podstawy przez cały okres urlopu lub
- 100% podstawy przez pierwsze 20 tygodni, następnie 70% podstawy przez kolejne 32 tygodnie.

Możesz złożyć wniosek o wykorzystanie urlopu rodzicielskiego w późniejszym czasie (do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko kończy 6 lat), co najmniej 21 dni przed planowanym jego rozpoczęciem - wówczas zasiłek wynosi 70% podstawy.

## URLOP WYCHOWAWCZY

- **Jest bezpłatny**, jego celem jest sprawowanie bezpośredniej opieki nad dzieckiem.
- Wynosi maksymalnie 36 miesięcy, z czego jeden rodzic może wykorzystać maksymalnie 35 z nich.
- Możesz go wykorzystać jednorazowo lub w częściach (maksymalnie 5) do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko kończy 6 lat.
- Podczas urlopu wychowawczego **jesteś ubezpieczona!** Odprowadzane są składki emerytalne, rentowe oraz zdrowotne.
- Możesz pracować na umowę zlecenie, o dzieło lub kontynuować własną działalność. Możesz też podjąć umowę o pracę u swojego lub innego pracodawcy maksymalnie na 1 etat.
- Jeśli chcesz, możesz w tym okresie skrócić wymiar czasu pracy (do min. 1/2 etatu), a pracodawca musi Twój wniosek uwzględnić. Od chwili złożenia wniosku jesteś chroniona przed wypowiedzeniem umowy o pracę przez okres 12 miesięcy z wyjątkiem sytuacji, o których mowa poniżej.



Jeśli prowadzisz własną działalność - możesz także korzystać z urlopu wychowawczego. Dowiedz się więcej.

Jeśli korzystasz z urlopu macierzyńskiego, rodzicielskiego i wychowawczego, jesteś chroniona przed rozwiązaniem stosunku pracy, za wyjątkiem sytuacji:

- likwidacja / upadłość pracodawcy,
- zwolnienie dyscyplinarne,
- likwidacja stanowiska pracy (u pracodawcy > 20 pracowników),
- wypowiedzenie umowy przez Ciebie,
- rozwiązanie umowy za porozumieniem stron.

## RODZIC W PRACY

- Po powrocie z każdego z urlopów, pracodawca musi zatrudnić Was na stanowisku równorzędnym lub innym za nie niższe wynagrodzenie.
- Pracownika opiekującego się dzieckiem do 8. roku życia nie wolno bez jego zgody:
  - zatrudniać w porze nocnej,
  - stosować przerywanego czasu pracy,
  - zatrudniać w nadgodzinach,
  - wysyłać w delegacje.

Z prawa tego korzysta jedno z rodziców.

- Pracownikowi opiekującemu się dzieckiem do 14. roku życia przysługuje 16 godzin pełnopłatnej opieki nad dzieckiem (można wykorzystywać godzinowo). Z prawa tego korzysta jedno z rodziców.

### Zasitek opiekuńczy - zdrowe dziecko

Przysługuje Wam jeśli opiekujecie się dzieckiem do 8. roku życia i zdarzy się m.in.:

- zamknięcie placówki, do której uczęszczało dziecko,
- zachorowała niania, która pracuje na podstawie umowy uaktywniającej,
- zachorował rodzic stale zajmujący się dzieckiem.

### Zasitek opiekuńczy - chore dziecko

Przysługuje Wam w wymiarze do 60 dni w roku, jeśli opiekujecie się dzieckiem do 14 roku życia oraz do 14 dni rocznie - jeśli dziecko jest starsze. To tzw. L4 na dziecko - wynagrodzenie wynosi wtedy 80% podstawy.

Zasiłki opiekuńcze na zdrowe i chore dziecko łącznie wynoszą maksymalnie 60 dni na oboje rodziców.

## TATA W PRACY

Część praw dotyczących ojców jest tożsama z Twoimi prawami, jest też kilka dodatkowych.

- Prawo do dwóch płatnych dni urlopu okolicznościowego po narodzinach dziecka.
- „L4 na chorego dorosłego członka rodziny” - możliwość wzięcia do 14 dni opieki nad żoną / partnerką w połogu.
- Urlop ojcowski - dodatkowe 2 tygodnie urlopu płatne 100%. Można je wykorzystać w jednej lub dwóch częściach do ukończenia przez dziecko 12 miesięcy.
- Urlop macierzyński - prawo do 6 tygodni, jeśli matka ich nie wykorzysta.
- Urlop rodzicielski i wychowawczy - zasady jego wykorzystania są takie same jak dla matki.

## INNE ŚWIADCZENIA

W zależności od Twojej sytuacji materialnej, stanu zdrowia dziecka i liczby dzieci, możesz liczyć także na inne świadczenia:

- zasiłek rodzinny z dodatkami,
- jednorazowa zapomoga tzw. „becikowe”,
- świadczenie opiekuńcze,
- program Rodzina 500+,
- Karta Dużej Rodziny,
- Ustawa o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”.

Więcej informacji  
o wsparciu „Za życiem”



Więcej informacji lub wsparcia prawnego szukaj w:

- Urzędzie Gminy / Miasta,
- Ośrodka Pomocy Społecznej,
- Punktach bezpłatnej pomocy prawnej.

Lista punktów bezpłatnej  
pomocy prawnej



## SYTUACJE SZCZEGÓLNE

- **Partner, nie mąż?** Świadczenia przynależne ojcom nie są związane z faktem zawarcia związku małżeńskiego. Ważne, by w przypadku związków nieformalnych - ojcostwo było uznane w Urzędzie Stanu Cywilnego. Warto to zrobić jeszcze w ciąży!
- **Adopcja?** Informacje o przysługujących Tobie świadczeniach znajdziesz w Wojewódzkich Ośrodkach Adopcyjnych.
- **Partnerka?** Jeśli pozostajesz w związku homoseksualnym, Tobie jako matce przysługują wszystkie świadczenia. Więcej informacji na temat rodzicielstwa osób LGBT znajdziesz w publikacji wydanej przez Kampanię Przeciwko Homofobii.

Publikacja  
„Rodzicielstwo osób LGBT”



Źródła (stan na wrzesień 2023 r.):

1. Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy.
2. Ustawa z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej, nieodpłatnym poradnictwie obywatelskim oraz edukacji prawnej.



Uczymy kobiety, że mają głos na sali  
porodowej oraz udzielamy wsparcia  
psychologicznego i prawnego,  
gdy tego głosu nikt nie słucha.

**Chcesz dowiedzieć się więcej?  
Zapraszamy na stronę  
[www.fundacjamatecznik.pl](http://www.fundacjamatecznik.pl)**

**Jesteś z Wielkopolski?  
Potrzebujesz wsparcia prawnego  
lub psychologicznego?  
Napisz do nas:  
[kontakt@fundacjamatecznik.pl](mailto:kontakt@fundacjamatecznik.pl)**