



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Simi
Association for
Integration and Migration

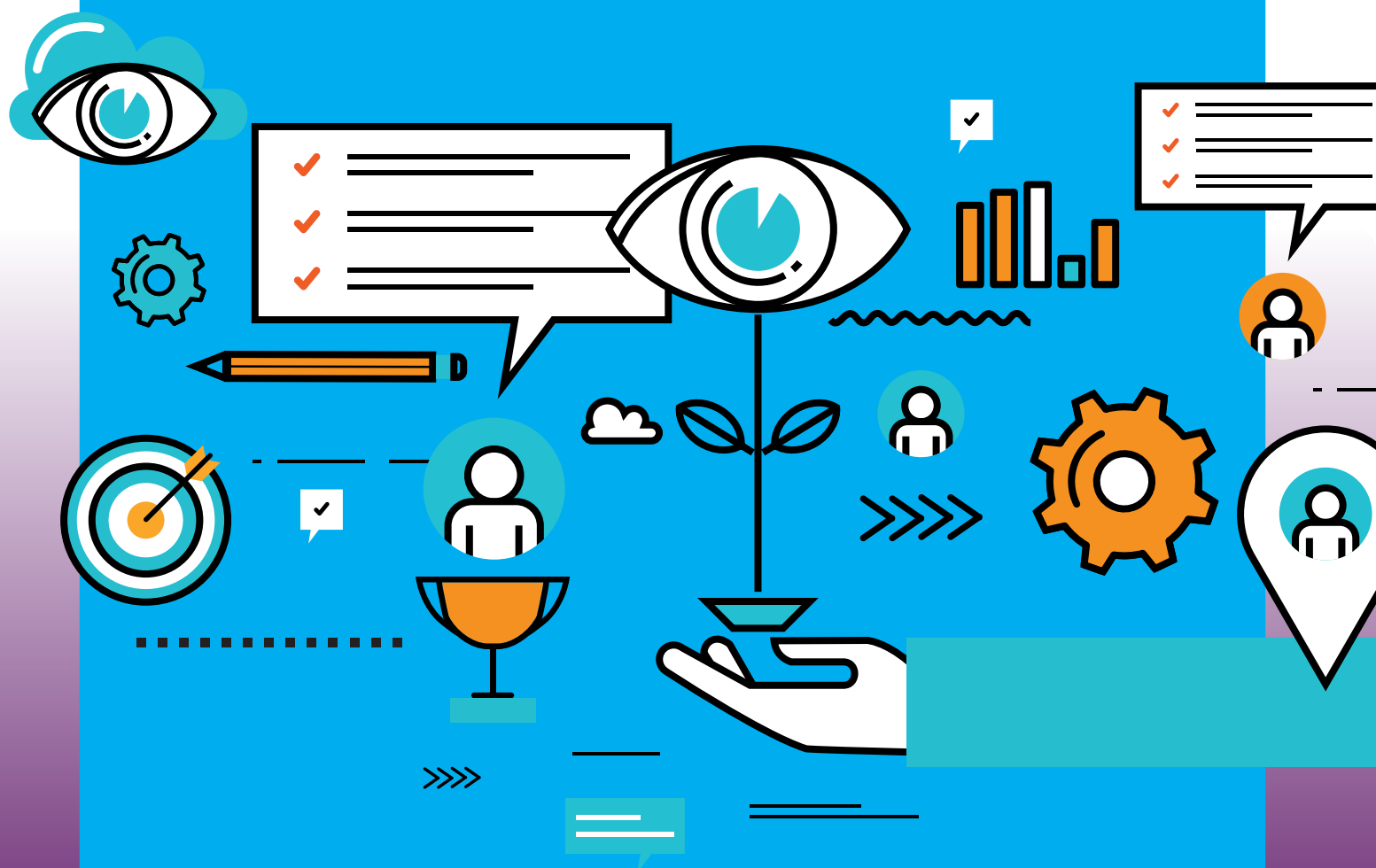


CESTY
pathways

unicef

Твій гід у світі працевлаштування:

як знайти роботу, знати свої права та захистити себе



ЗМІСТ

1. Способи пошуку роботи	3
2. Мінімум знань з трудового права	5
3. Які існують типи договорів	8
4. Робота дистанційно: Що варто знати перед початком	10
5. Заробітна плата та відрахування	12
6. Безпека та охорона здоров'я на роботі	13
7. Не давай згоди на роботу, якщо:	14
8. Що робити, якщо...	16
9. Торгівля людьми:	17
10. До кого звернутися	20

1

Способи пошуку роботи

Першим і найнадійнішим способом є звернутися безпосередньо до організації або компанії, яка пропонує вільні робочі місця, що відповідають твоїм вимогам.

Робота безпосередньо в компанії

Вільні робочі вакансії можна знайти на таких веб-сайтах:

www.prace.cz | www.jobs.cz | www.volnamista.cz | www.profesia.cz | www.pracezaroheem.cz

Надійне оголошення про роботу завжди містить назву компанії, місце роботи, умови оплати, опис посадових обов'язків і тип договору. Договір підписується завжди – навіть з іноземцями або громадянами ЄС – не пізніше дня початку роботи.

Якщо ти працевлаштований/а безпосередньо компанією, заробітну плату отримуєш на свій банківський рахунок, зазначений у підписаному трудовому договорі.

Єдиною перешкодою може бути мовний бар'єр, оскільки не всі роботодавці розмовляють українською. У такому випадку ти можеш звернутися до соціальних служб і попросити про допомогу міжкультурного працівника, який допоможе з перекладом. Приклад таких послуг наведено в розділі «Допоміжні послуги» (посилання).

Такий спосіб працевлаштування є менш ризикованим — у разі порушення твоїх прав ти можеш захищати себе на підставі трудового договору.

Агенція з працевлаштування

Іншим варіантом пошуку роботи є звернення до агенції з працевлаштування. Вона запропонує тобі вільні вакансії, які ти можеш прийняти або відхилити. Офіційним роботодавцем буде компанія, а агенція лише посередник, який забезпечує контакт і надає необхідну інформацію.

Такий спосіб працевлаштування є відносно безпечним, якщо йдеться про офіційно зареєстровані агенції з працевлаштування. Кожна агенція має бути внесена до реєстру, який можна знайти на веб-сайті Міністерства праці та соціальних справ Чеської Республіки.

Послуги агенцій з працевлаштування є безкоштовними. Якщо з тебе вимагають плату або агенція не внесена до реєстру, ймовірно, це неофіційна агенція, а посередницька фірма.

• Посередницька фірма

Посередницькі фірми працюють подібно до агенцій, але не є офіційно зареєстрованими. Вони часто стягують комісію за посередництво у працевлаштуванні — безпосередньо або у вигляді утримання із заробітної плати.

Заробітна плата зазвичай виплачується «готівкою в руки» або «в конверті», при цьому фірма може залишати собі частину твого заробітку — іноді навіть 10, 20 або аж 50 відсотків! У такому випадку ти не знаєш, яка справжня вартість твоєї праці.

Крім того, у такій ситуації важче захищати свої права — може статися, що тобі не виплатять зарплату, відмовлять у лікарняному, не оформлять страховку або раптово припинять трудові відносини. Зазвичай договір укладено лише з посередником, і важко довести, де і на яких умовах ти працював/ла.

Клієнт / клієнтська система працевлаштування

Найнебезпечнішою формою працевлаштування є клієнтська система — тобто коли тебе наймає приватна особа без будь-якого договору. Ти працюєш «нелегально» і отримуєш оплату за попередньою усною домовленістю, зазвичай нижчу, ніж прийнято у відповідній сфері.

У цій системі ти працюєш без жодного правового захисту. Немає договору, немає жодних гарантій. Клієнт отримує гроші від роботодавця й виплачує тобі лише частину. Ти не знаєш, скільки насправді заробляєш, і не маєш жодної впевненості, що взагалі отримаєш зарплату.

Часто трапляється невиплата заробітку, відмова у лікарняному або інші порушення твоїх прав. Робота, отримана таким способом, є незаконною.

Великим ризиком є хибне відчуття безпеки — клієнт розмовляє твоєю мовою, поводить дружню й привітну, але його мета — заробити на тобі гроші, а не допомогти.

Будь уважний/уважна і завжди перевіряй, з ким маєш справу.

Незалежно від того, як ти працевлаштований/а — навіть якщо працюєш через агенцію, посередника чи клієнта — **ти маєш у Чеській Республіці право на правову підтримку та консультації** у разі порушення твоїх трудових прав.

Щойно ти входиш на робоче місце і починаєш виконувати роботу, навіть без підписаного договору, виникає так званий усний трудовий договір. Згідно з чеським законодавством, це вважається **чинними трудовими правовідносинами**. Роботодавець зобов'язаний виплачувати тобі зарплату, забезпечити безпечні умови праці й виконувати інші обов'язки.

У разі проблем ти можеш звернутися до **професійних консультаційних центрів, юристів, профспілок або неурядових організацій**, які спеціалізуються на допомозі працівникам — зокрема іноземцям. (посилання)

Не бійся захищати себе — закони Чеської Республіки на твоєму боці.

2

Мінімум знань з трудового права

Якщо тобі в Чеській Республіці було надано тимчасовий захист, ти можеш працювати без необхідності попереднього отримання дозволу на працевлаштування. Достатньо домовитися з роботодавцем про трудовий договір або угоду. Після цього роботодавець зобов'язаний повідомити про твій початок роботи до Центру зайнятості (Úřadu práce).

Якщо ти працюєш у Чеській Республіці, важливо знати свої права і розуміти, що саме роботодавець зобов'язаний тобі запропонувати — особливо на випадок неприємних ситуацій, щоб ти знав/знала, на що маєш право. Також корисно знати обов'язки роботодавця, аби він не вимагав від тебе виконання роботи, яку ти маєш право відмовитися виконувати згідно із законом.

Трудовий договір

Коли ти приступаєш до роботи, роботодавець зобов'язаний підписати з тобою трудовий договір.

Що саме має містити трудовий договір:

- Договір має бути укладений у письмовій формі у двох примірниках — один залишаєш собі, другий отримує роботодавець.
- У договорі має бути зазначено:
 - яку роботу ти виконуватимеш,
 - де ти працюватимеш,
 - з якого дня ти приступаєш до роботи.

Якщо в договорі передбачено випробувальний термін, він може тривати до 4 місяців для звичайного працівника або до 8 місяців у разі керівної посади. У цей період і ти, і роботодавець можете легко припинити трудові відносини.

Протягом 1 місяця з початку роботи роботодавець зобов'язаний надати тобі додаткову інформацію (якщо вона не міститься в договорі). Наприклад:

- точна назва компанії (роботодавця),
- твоя посада і місце виконання роботи,
- скільки днів відпустки ти маєш,
- яку зарплату отримуватимеш,
- скільки годин на день / тиждень ти працюватимеш,
- який строк повідомлення про звільнення (з боку роботодавця тепер може становити 1 місяць),
- чи має компанія колективний договір (наприклад, з профспілкою).

Що ти отримуєш, якщо маєш трудовий договір:

- Лікарняний — якщо ти захворієш і виконуєш умови (наприклад, маєш медичне страхування), ти маєш право на виплати за період, коли не можеш працювати через хворобу
- Пенсія — якщо ти працюєш легально й сплачуєш внески, цей період зараховується до пенсійного стажу.
- Відпустка — якщо ти відпрацюєш щонайменше 60 днів, маєш право на 4 тижні оплачуваної відпустки на рік.

Твій трудовий договір може бути:

- на визначений термін (наприклад, на рік),
- або на невизначений термін (безстроково).

Зарплата у 2025 році

- Мінімальна місячна заробітна плата 20 800,00 CZK.
- Мінімальна погодинна заробітна плата 124,40 CZK.

Робочий час

- Максимум 40 годин на тиждень.
- Якщо графік рівномірний, можна працювати максимум 9 годин на день.
- При нерівномірному графіку (наприклад, позмінна робота) — до 12 годин на день.
- Якщо з фірмою домовлено про гнучкий графік, початок і кінець зміни ви погоджуєте разом.

Перерви та відпочинок

- Не пізніше ніж після 6 годин роботи маєш право на перерву щонайменше 30 хвилин.
- Між змінами має бути щонайменше 12 годин відпочинку.
- Якщо працюєш у нічний час, не можна працювати більше ніж 8 годин за 24 години.

Понаднормова робота

- Понаднормові години (робота понад встановлений час) і їх оплата мають бути прописані в договорі.
- Ти не маєш автоматичного права на понаднормову роботу, якщо вона не вказана у договорі.

Тобі ще не виповнилося 18 років?

- Якщо тобі 15–18 років, ти можеш працювати максимум 8 годин на день і 40 годин на тиждень.
- Нічна робота заборонена — не можна працювати з 22:00 до 6:00.
- Якщо тобі понад 16 років, ти можеш працювати максимум 1 годину вночі, але тільки якщо це пов'язано з твоєю професійною практикою й під безпосереднім наглядом особи старше 18 років; ця нічна година має йти відразу після денного чергування.

Понаднормова робота не дозволена — якщо тобі призначать роботу понад норму, ти маєш право відмовитися.

Тобі ще не виповнилося 15 років?

Якщо тобі вже є 14, ти можеш підробляти під час літніх канікул. Для цього потрібна письмова згода законного представника (батьків або опікуна), і робота має бути легкою.

Максимальна тривалість роботи — 7 годин на день і 35 годин на тиждень.

3

Які існують типи договорів

Угоди про роботу поза трудовими відносинами (DPP і DPČ)

У Чеській Республіці, окрім класичного трудового договору, ти можеш працювати також за угодою про виконання роботи (DPP) або угодою про трудову діяльність (DPČ).

Ці угоди мають інші правила й більше підходять для короткострокової або нерегулярної роботи.

Базова інформація для іноземців (наприклад, власників карти працівника)

- Якщо ти маєш **карту працевлаштування з вільним доступом до ринку праці**, ти можеш працювати **лише за угодою DPČ**. Робота за DPP у цьому випадку не дозволена.
- Обидві угоди повинні бути укладені письмово. **Ти обов'язково маєш отримати власну копію договору.**
- На угоди не поширюються ті ж самі права, що й на трудовий договір.
- Якщо для роботи потрібно **мати дозвіл на працевлаштування**, це стосується також DPP і DPČ. Без дозволу це вважається **нелегальним працевлаштуванням**.

Угода про виконання роботи (DPP)

- Можна працювати **максимум 300 годин на календарний рік у одного роботодавця**.
- Якщо ти маєш кілька DPP у різних роботодавців, у кожного можеш працювати до 300 годин на рік.
- Якщо ти заробляєш **понад 11 500,00 CZK на місяць**, роботодавець зобов'язаний сплачувати за тебе **соціальне й медичне страхування**.
- Маєш право на відпустку, якщо **угода триває щонайменше 28 днів і ти відпрацюєш 80 годин**.
- Якщо ти є власником **кarti працівника**, ти не маєш права працювати за DPP.
- Після завершення роботи роботодавець зобов'язаний видати тобі **підтвердження про працевлаштування**. Якщо бажаєш, можеш також попросити **характеристику працівника** — її мають видати протягом 15 днів.

Угода про трудову діяльність (DPČ)

- Робота не повинна перевищувати **в середньому половину звичайного робочого часу** — приблизно 20 годин на тиждень.
- Якщо ти маєш **карту працевлаштування**, робочий час має становити щонайменше 15 годин на тиждень, а заробітна плата має відповідати мінімальній зарплаті в ЧР., а заробітна плата має відповідати мінімальній зарплаті в ЧР.
- DPČ повинна містити точний **опис роботи, оплати, обсяг робочого часу та тривалість угоди**.
- Угоду можна припинити за взаємною згодою або за письмовим повідомленням **без зазначення причин**. У разі повідомлення **діє 15-денний строк розірвання**.
- Маєш право на відпустку, якщо **угода триває щонайменше 28 днів і ти відпрацюєш 80 годин**.
- Як і у випадку з DPP, маєш право на **підтвердження про працевлаштування** й можеш попросити **характеристику працівника** протягом 15 днів.

Що ти отримаєш після завершення роботи?

- Після завершення роботи роботодавець повинен видати **довідку про завершення працевлаштування** з інформацією про твою роботу та обсяг виконаних обов'язків.
- Якщо виникнуть проблеми, ти можеш звернутися до **податкової інспекції, управління соціального страхування, медичної страхової компанії або інспекції праці**.

4

Робота дистанційно: Що варто знати перед початком

Онлайн-робота, або ж дистанційна робота, стає дедалі поширенішою. Це означає, що ти виконуєш свою роботу з дому, кав'ярні або навіть з іншого міста. Такий тип роботи часто пов'язаний із закордонним роботодавцем і вимагає самостійності, відповідальності та хорошої комунікації.

Незалежно від того, починаєш ти як графічний дизайнер, програміст, адміністратор соцмереж чи працівник служби підтримки клієнтів — важливо заздалегідь узгодити кілька основних речей.

Що потрібно обговорити з роботодавцем:

Як фіксуватимеш відпрацьовані години

Домовся, чи використовуватимеш онлайн-систему обліку, мобільний застосунок або, наприклад, таблицю. Чіткі домовленості = менше плутанини і більше впевненості.

Що саме надає роботодавець із обладнання

Ти працюєш з дому, але для цього тобі потрібен ноутбук, телефон або доступ до внутрішньої системи компанії? Згідно із законом, роботодавець зобов'язаний надати тобі все необхідне для виконання роботи.

Компенсація витрат — наприклад, за електроенергію чи інтернет

Якщо ти працюєш з дому, ти можеш мати право на відшкодування витрат, наприклад, за електрику чи інтернет. Із 2023 року діє правило: з роботодавцем потрібно заздалегідь письмово домовитися, чи він відшкодуватиме ці витрати. Найпоширеніший варіант — так звана **фіксована компенсація**, яка з 2025 року встановлена в розмірі 4,80 CZK за кожну годину роботи з дому. Але увага: якщо ти чітко домовишся з роботодавцем, що не потребуєш компенсації, він не зобов'язаний її надавати.

Як підписується договір у такому випадку?

Навіть якщо ти працюєш онлайн, трудовий договір має бути укладений. Є два варіанти:

- Електронний підпис (наприклад, через перевірений застосунок)
- Паперова форма поштою — кожен підписує окремо й надсилає один одному.

Твої права під час онлайн-роботи

Ти маєш право на заробітну плату, робочі перерви й безпечні умови праці. Навіть робота з дому — це звичайна робота, до якої застосовуються ті самі правила.

5

Заробітна плата та відрахування

а) Різниця між Брутто- та Нетто-зарплатня

Брутто-зарплатня — це сума, яку роботодавець обіцяє тобі за роботу. Але з цієї суми потрібно сплатити внески на страхування та податок.

Нетто-зарплатня — це сума, яку ти реально отримаєш «на руки» або на банківський рахунок.

Наприклад, якщо твоя Брутто-зарплатня становить 20 000,00 CZK, після вирахування податків і внесків ти отримаєш приблизно 14 000,00 CZK Нетто.

б) Що таке відрахування?

Відрахування — це гроші, які сплачуються з зарплати на різні види страхування та податки. Вони фінансують, зокрема, лікарняне й пенсійне страхування, медичне страхування та державну політику зайнятості. Ці внески допоможуть тобі, наприклад, у разі хвороби, виходу на пенсію або при медичному обслуговуванні.

Які відрахування сплачує роботодавець?

- Роботодавець сплачує за тебе соціальне страхування (лікарняне й пенсійне) та внесок на державну політику зайнятості. Ці відрахування сплачуються щомісяця.
- Також роботодавець сплачує медичне страхування.

Що не є відрахуванням?

- Твоя Нетто-зарплатня, яку ти отримуєш на руки — це не відрахування.
- Гроші за твою роботу, які тобі обіцяли, але ще не заплатили, — це теж не відрахування.
- Це також не ті гроші, які роботодавець тобі заборгував — не варто працювати, якщо тобі не платять.
- Якщо ти випадково щось зіпсував/ла на роботі, і роботодавець хоче, щоб ти заплатив/ла, він спершу має довести, що саме ти був/ла винен/винна в пошкодженні майна.

Не працюй «у борг»

- Не погоджуйся працювати з обіцянкою, що зарплату виплатять пізніше.
- Якщо роботодавець не хоче платити, не продовжуй працювати й вимагай свою зарплату.
- Зарплата має бути виплачена згідно з договором і вчасно.

6

Безпека та охорона здоров'я на роботі

Твоє здоров'я важливіше за швидкість або продуктивність на роботі. Робота ніколи не має піддавати тебе небезпеці.

Якщо ти є працівником (маєш трудовий договір):

- Ти можеш відмовитися від роботи, яка серйозно й безпосередньо загрожує тобі або іншим.
- Роботодавець не має права карати тебе за відмову від небезпечної роботи.
- Роботодавець має обов'язок створити безпечні умови праці, забезпечити працівників засобами індивідуального захисту, провести інструктаж з охорони праці та організувати обов'язкові медичні огляди.
- Навчання з охорони праці має проводитися мовою, яку ти добре розумієш.
- Якщо ти працюєш у небезпечному середовищі, роботодавець повинен безкоштовно надати тобі захисний одяг, взуття або шолом.
- Тебе не мають примушувати до роботи, яка може зашкодити твоєму здоров'ю, і не мають заохочувати до небезпечної поведінки грошима.

Твої обов'язки як працівника:

- Дотримуйся вказівок роботодавця та користуйся захисними засобами.
- Повідомляй про кожну несправність або виробничу травму.
- Не вживай алкоголь або наркотики на робочому місці й не приходь під їх впливом.
- Допмагай підтримувати безпечне та чисте робоче середовище

7

Не давай згоди на роботу, якщо:

- Тебе просять заплатити за роботу або візу, або навпаки обіцяють безкоштовний проїзд і проживання, або кажуть, що документи тобі підготують безкоштовно.
- У тебе немає достатньо інформації про роботу: місце роботи, зарплата, назва або адреса компанії.
- На твої запитання щодо деталей відповідають: «Дізнаєшся пізніше», «Все скажуть на місці» або «Зараз немає часу, поясню пізніше».
- Тобі відмовляють у видачі трудового договору, відкладають підписання або не дають часу на його ознайомлення.
- У договорі не зазначено суму зарплати, день виплати, умови праці, місце роботи тощо.
- Договір складено мовою, якою ти не володієш, і ти не отримуєш його копію для ознайомлення, або на тебе тиснуть, щоб ти підписав/ла його якомога швидше.
- Або договір посилається на документи, які ти не бачив/ла або не читав/ла.
- Фактичні умови відрізняються від попередньої домовленості — наприклад, ви домовилися, що працюватимеш на складі, але тебе поставили на виробничу лінію.
- Тобі додають завдання, які не входять до твоїх обов'язків; тебе просять надавати послуги, на які ти не давав/ла згоди, включно з інтимними; або тобі це натякають чи прямо змушують.
- Зарплата постійно затримується або тобі дають лише аванс з обіцянкою, що решту заплатять пізніше.
- Якщо тебе змушують працювати понад 40 годин на тиждень (наприклад, 6 днів), і погрожують покаранням або звільненням за відмову — це порушення твоїх трудових прав.
- Ти маєш бути постійно доступний/а, працювати, коли захоче роботодавець.
- Тебе просять допомогти з роботою, але за це не платять. Будь-яка допомога — це також праця, і вона має бути оплачена.
- Тебе просять брати участь у чомусь незаконному. Навіть якщо тобі ще немає 18 років, ти все одно несеш відповідальність.
- Тебе змушують брехати або диктують, що відповідати під час перевірки, візиту лікаря чи соціальних служб.
- Роботодавець не сплачує за тебе жодного страхування.
- Тобі не оплачують понаднормові години.
- Тобі не надають відпустку або відмовляються її оплачувати.
- Ти не отримуєш необхідний робочий одяг, засоби або матеріали.

Будь уважним/уважною! Якщо при спілкуванні з роботодавцем ти стикаєшся з такими ситуаціями — це може бути сигналом шахрайства або хоча б нечесної поведінки.

На що звертати увагу!

- ✎ Не підписуй угоду про розірвання трудового договору без консультації, якщо причина звільнення дає тобі право на вихідну допомогу (це гроші, які ти отримуєш, якщо тебе звільняють, наприклад, через скорочення посади). Інакше можеш втратити гроші, на які маєш право.
- ✎ Не виходь у відпустку лише за усною домовленістю з керівником. Завжди вимагай письмове підтвердження.
- ✎ Ніколи не починай працювати без підписаного трудового договору. Усна домовленість — недостатня. Без письмового договору ти не маєш правового захисту.
- ✎ Якщо ти на лікарняному, не працюй і залишайся за адресою, яку ти вказав/ла лікарю. Порушення цих правил може призвести до втрати виплат і проблем із роботодавцем.

8

Що робити, якщо...

а) Що робити, якщо ти захворів/захворіла

- Звернися до лікаря
 - Лікар видасть тобі лікарняний – підтвердження, що ти не можеш працювати.
- Повідом керівника
 - Навіть якщо лікар надішле лікарняний електронною поштою, варто виявити повагу й повідомити роботодавця самостійно.
- Як це працює з виплатами
 - Перші 14 днів лікарняного платить роботодавець. Починаючи з 15-го дня лікарняні виплачує держава (Чеське управління соціального забезпечення – CSSZ).
- Що потрібно мати
 - Трудовий договір із включеним страхуванням на випадок непрацездатності.
 - Медичне страхування в Чехії.
 - Найкраще – банківський рахунок у чеському банку

б) Що робити, якщо на роботі тебе хтось принижує або цькує?

Цькування на робочому місці означає, що хтось на роботі тебе тривалий час і неодноразово принижує, висміює, ображає або навмисно ускладнює твою роботу. Це може бути колега, керівник або навіть кілька людей одночасно. Іноді це називають „босинг“ (коли тебе цькує начальник) або „мобінг“ (коли цькує група людей).

Приклад: Ти новенький/новенька на роботі, а колега постійно з тебе насміхається. Знецінює твою роботу, висміює тебе через твоє походження — робить зауваження про твою національність, обзиває українців або кепкує з твоєї чеської мови. Робить це при інших, і ніхто тебе не захищає. Ти починаєш боятися ходити на роботу.

Якщо ти відчуваєш у собі сили, можеш спокійно й чітко сказати колезі, що тобі це не подобається, наприклад: «Те, що ти говориш про українців, мене ображає. Більше так не роби.» Іноді цього достатньо — людина усвідомить, що зайшла надто далеко.

Але якщо це не допоможе, у тебе є й інші варіанти, як вирішити ситуацію.

- Скажи про це своєму керівнику. Це його обов'язок — вирішувати такі ситуації.
- Якщо і він нічого не зробить, звернися до HR – тобто до відділу кадрів. Вони мають залишатися справедливими й володіють необхідними повноваженнями для розв'язання таких питань.

Якщо тебе ніхто на роботі не вислухає або маєш відчуття, що тебе не сприймають серйозно, можеш звернутися до юриста або до неурядової організації, яка допомагає людям вирішувати випадки цькування чи дискримінації на роботі — зокрема й іноземцям, наприклад: [La Strada](#), [SIMI](#)

9

Торгівля людьми:

Торгівля людьми є кримінальним злочином, який визначений у § 168 Кримінального кодексу (посилання). Закон містить довге та докладне визначення, яке охоплює три ключові складові: **вербування, примус і експлуатацію**. Щоб дію можна було кваліфікувати як торгівлю людьми, мають бути присутні всі три елементи одночасно.

Однією з найпоширеніших форм торгівлі людьми є **примусова праця**, яка може траплятися як у Чеській Республіці, так і за кордоном. Це може бути, наприклад, прибирання офісів, догляд за дітьми, ремонт квартир і будинків, збирання врожаю або робота на складах. Такі випадки зазвичай починаються з низької оплати праці та поганих умов роботи. Згодом до цього додаються маніпуляції, брехня, погрози або навіть обмеження особистої свободи.

Торгівля людьми **може мати й інші форми та прояви, наприклад: примушування до скоєння злочинів, примушування до надання сексуальних послуг, примусове жебракування та інші подібні практики.**

Трудова експлуатація vs. торгівля людьми

Трудова експлуатація **належить до сфери цивільного права і вирішується шляхом домовленості з роботодавцем або через цивільний суд. Типовими прикладами є невивплата заробітної плати, неоплачені понаднормові години або ігнорування трудових травм.**

Натомість торгівля людьми є кримінальним злочином і розглядається в кримінальному провадженні. Основна відмінність полягає в ступені примусу та обмеження свободи. Жертва не може відмовитися від виконання певної діяльності або має відчуття, що не може відмовитися – наприклад, через страх, важку життєву ситуацію, фінансову залежність або ізоляцію.

Форми примусу можуть включати:

- контроль пересування, телефонних дзвінків та електронної пошти (на роботі або в місці проживання),
- покарання за невиконану роботу або нестачу клієнтів,
- погрози у будь-якій формі,
- дезінформація та незнання місцевих умов,
- фізичне насильство,
- психологічний тиск або маніпуляція,
- позбавлення їжі, сну, рідини чи медичної допомоги,
- пропонування або примушування до вживання психоактивних речовин (наркотики, алкоголь).
- Попереджувальні сигнали на робочому місці
- які можуть свідчити про трудову експлуатацію або торгівлю людьми.

Будь уважним / уважною, якщо:

- тобі додають завдання, які не входять до твоїх обов'язків або не були узгоджені заздалегідь;
- ти працюєш понад 40 годин на тиждень, наприклад 6 днів на тиждень;
- із твоєї зарплати вираховують різні штрафи;
- тебе змушують надавати послуги, на які ти не погоджувався/лася (включно з сексуальними послугами);
- ти повинен/повинна бути постійно на зв'язку та доступний/доступна, працювати тоді, коли цього забажає роботодавець;
- зарплата виплачується із затримкою, ти отримуєш лише аванс з обіцянкою, що решту виплатять пізніше.

Ситуація є серйозною, і тобі може загрожувати небезпека.

- Будь особливо уважним/уважною, якщо твій роботодавець:
- поводить себе неналежно з тобою або з іншими (наприклад, переходить межі, поводить себе агресивно, переслідує тебе, б'є),
- не дозволяє тобі звернутися до лікаря, навіть якщо ти почуваєшся погано,
- не дає тобі жодного вільного часу або можливості відпочити,
- забирає твої особисті документи чи інші речі «на зберігання» або як «заставу»,
- обмежує твій доступ до інтернету чи телефону,
- зачиняє тебе на робочому місці або контролює твої пересування,
- обмежує твій контакт з іншими людьми, включно з твоїми рідними,
- забороняє тобі виходити або звертатися до соціальних служб, позбавляє тебе їжі, пиття чи сну,
- погрожує тобі депортацією, поліцією, боргами, насильством або навіть смертю — тобі чи твоїм близьким.

Якщо ти збираєшся працювати за кордоном, пам'ятай:

- Нікому не віддавай свої документи.
- Візьми з собою гроші хоча б на зворотню дорогу.
- Не підписуй нічого, чого не розумієш.
- Підтримуй зв'язок із друзями.
- Повідом близьким, куди саме їдеш і на який термін; дізнайся назву та точну адресу фірми.
- Домовтеся, як часто будете на зв'язку, і вигадайте кодове слово на випадок небезпеки.
- Візьми запасний телефон, про який ніхто не знає, з номерами близьких людей і екстрених служб.

Інші кримінальні правопорушення, з якими ти можеш зіткнутися на роботі:

Вимагання (ст. 175):

Той, хто примушує іншу особу до певних дій, бездіяльності або терпіння шляхом насильства, погрози насильством чи іншої серйозної шкоди, може бути покараний позбавленням волі на строк від 6 місяців до 4 років або грошовим штрафом.

Утиск (ст. 177):

Той, хто змушує іншу людину до якоїсь дії, зловживаючи її скрутним становищем або залежністю, може бути покараний позбавленням волі до 1 року або заборонаю займатися певною діяльністю.

Сутенерство (ст. 189):

Той, хто іншу особу примушує або зваблює до заняття проституцією чи наживається на цьому, може бути покараний позбавленням волі на строк від 6 місяців до 4 років, заборонаю діяльності або конфіскацією майна.

Детальніше пояснення та можливість обговорити свою ситуацію пропонує гаряча лінія La Strada (посилання), до якої ти можеш звернутися навіть анонімно.

с) Практичні поради

- Довіряй своїй інтуїції та уникай підозрілих пропозицій.
- Не поспішай, дай собі час усе обміркувати.
- Завжди намагайся дізнатися якомога більше інформації про компанію, у якій працюватимеш, про свої обов'язки та умови праці.
- Вимагай офіційні трудові договори, обов'язково зберігай їх копії або роби фото.
- Не підписуй нічого, чого не розумієш.
- Зроби копії всіх документів і ніколи не віддавай їх нікому.
- Записуй відпрацьовані години.
- Роби фото всього, що підписуєш.
- Дізнайся ім'я, прізвище та посаду особи, з якою спілкуєшся, збережи її номер телефону та зроби скріншоти домовленостей, якщо вони уклалися телефоном або в соцмережах.
- Дізнайся ім'я, прізвище та посаду особи, з якою спілкуєшся, збережи її номер телефону та зроби скріншоти домовленостей, якщо вони уклалися телефоном або в соцмережах.
- Дізнайся ім'я, прізвище та посаду особи, з якою спілкуєшся, збережи її номер телефону та зроби скріншоти домовленостей, якщо вони уклалися телефоном або в соцмережах.
- Збережи в телефоні номери посольства, поліції та кризових ліній.
- Пам'ятай, що розірвання трудового договору завжди має бути оформлене письмово, і з боку працівника, і з боку роботодавця.

10

До кого звернутися

Організації, що надають допомогу

Загальнореспубліканські організації:

- Список Міністерства праці та соціальних справ ЧР: [Недержавні неприбуткові організації \(ННО\) – Допомога іноземцям](#)
- [Центри підтримки іноземців](#)
- Інтеграційна лінія Чеської благодійної служби (Charity ČR) 731 432 431 ukraina.info@charita.cz (українською мовою)

В Празі:

- Гаряча лінія організації «Людина в скруті» (Člověk v tísní, o.p.s.): + 420 770 600 800
- Інтеграційний центр Прага (Integrační centrum Praha o.p.s.): www.icpraha.com
- Центр інтеграції іноземців (Centrum pro integraci cizinců, o.p.s.): <https://www.cicops.cz/cz>
- Організація допомоги біженцям (Organizace pro pomoc uprchlíkům, z.s.) <http://www.opu.cz>
- Консультаційний центр з інтеграції (Poradna pro integraci, z.ú.) <http://www.p-p-i.cz>
- Архідієцезіальна благодійна організація Прага (Arcidiecézní charita Praha) <https://praha.charita.cz/sluzby/migrace>
- InBáze, z.s. www.inbaze.cz
- Лінія ЛІА +420 800 601 020 <https://www.linkabezpeci.cz/ukrajina-pomoc>
- META, o.p.s. – Спілка можливостей для молодих мігрантів www.meta-ops.cz
- <https://www.krizova-pomoc.cz/seznam-specializovaných-linek>

La Strada

La Strada це неурядова неприбуткова спеціалізована організація, яка займається підтримкою та допомогою людям, які стали жертвами експлуатації або торгівлі людьми. Вона порадить, як діяти, і без вашої згоди нікому не розповість про вас чи вашу справу.

<https://www.strada.cz/hledam-pomoc/>

SIMI

Об'єднання з інтеграції та міграції – (Simi) є правозахисною організацією, яка захищає права мігранток і мігрантів та надає їм всебічну підтримку без жодної дискримінації. У SIMI ми надаємо безкоштовну правову, соціальну, психосоціальну допомогу та послуги міжкультурної роботи мігрантам і біженцям у Чехії.

<https://migrace.com/>

👉 Інспекція праці.

- ти не отримуєш заробітну плату або вона менша, ніж має бути
- не маєш трудового договору або працюєш «нелегально»,
- у тебе забагато понаднормових годин або роботодавець не дотримується робочого часу,
- порушується техніка безпеки або тебе змушують виконувати небезпечні завдання.

👉 Профспілки

- Якщо на підприємстві, де ти працюєш, створено профспілку, ти можеш до неї звернутися, якщо маєш проблеми із зарплатою, договором або умовами праці — наприклад, якщо роботодавець не виплачує заробітну плату вчасно.