



Usamodzielnienia

2025-08-27

USAMODZIELNIENIE - KROK PO KROKU

Wychodzisz na swoją własną drogę i zaczynasz nowe życie na własny rachunek. To wielkie wyzwanie – trochę ekscytujące, trochę budzące obawy. Ta ulotka powstała po to, żeby pomóc Ci zapoznać się z tym co może Ci się przydać. Znajdziesz tu praktyczne wskazówki i podpowiedzi, które mogą ułatwić Ci start. Pamiętaj, że nie musisz wszystkiego wiedzieć od razu – krok po kroku dasz radę!

Usamodzielnienie - co to właściwie oznacza?

Usamodzielnienie to taki etap w życiu, kiedy zaczynasz powoli przygotowywać się do dorosłości. Chodzi o to, żebyś nauczył się radzić sobie samodzielnie, ale **z pomocą dorosłych** którzy Cię wspierają. To nie znaczy, że musisz się od razu wyprowadzać od rodziny zastępczej - możesz mieszkać z nią dalej, jeśli Ty i Twoja rodzina zastępcza tak zdecydujecie.

Możesz zostać w rodzinie zastępczej do 25 r. ż. Rodzina zastępcza może nadal pobierać świadczenie z MOPS, pod warunkiem, że:

- nadal się uczysz i zachowujesz ciągłość nauki, co potwierdzasz zaświadczeniem ze szkoły dostarczonym co semestr albo;
- posiadasz orzeczenie o umiarkowanym lub znacznym stopniu niepełnosprawności.

Jak wygląda usamodzielnianie?

WYZNACZENIE OPIEKUNA USAMODZIELNIENIA:

- do 17 roku życia wskazujesz swojego opiekuna usamodzielnienia, to może być np. Twój wychowawca ze szkoły, babcia lub dziadek, opiekun z rodziny zastępczej albo inna osoba dorosła, którą znasz i której ufasz;
- jeśli nie masz nikogo, kogo chciałbyś wybrać to opiekuna usamodzielnienia zaproponuje pracownik Zespołu ds. Rodzinnej Pieczy Zastępczej.

Kto to jest opiekun usamodzielnienia?

Opiekun usamodzielnienia to ktoś, kto:

- pomoże Ci zaplanować twoją przyszłość,
- będzie wspierał Cię w nauce zawodu, szukaniu pracy czy załatwianiu spraw urzędowych,



- pomoże Ci sporządzić Indywidualny Program Usamodzielniania,
- pomoże Ci w ubieganiu się o pieniądze na start w dorosłość.

SPORZĄDZENIE INDYWIDUALNEGO PROGRAMU USAMODZIELNIENIA

- Indywidualny Program Usamodzielniania (IPU) to taka Twoja własna „mapa drogowa”, w której zapisujesz swoje cele np. gdzie będziesz mieszkać, czy i gdzie będziesz się uczyć, kiedy podejmiesz pracę, jakie masz potrzeby i w jaki sposób chcesz je realizować;
- IPU spisujesz wspólnie z pracownikiem Zespołu ds. Rodzinnej Pieczy Zastępczej oraz ze swoim opiekunem usamodzielnienia co najmniej **na miesiąc przed ukończeniem pełnoletności**.

PAMIĘTAJ!

Po uzyskaniu pełnoletności masz prawo opuścić rodzinę zastępczą i zacząć żyć na własny rachunek. To ważny moment, kiedy możesz decydować o sobie i swoim życiu. Pamiętaj, że to Twój wybór i możesz iść swoją drogą wtedy, kiedy będziesz na to gotowy.

Opuszczam pieczę zastępczą - jakie przysługuje mi wsparcie?

- **Pomoc na usamodzielnienie**

Jest to jednorazowe świadczenie pieniężne, wypłacane na Twój wniosek po opuszczeniu pieczy zastępczej nie później niż do 26 roku życia. Może być wykorzystana na zaspokojenie ważnej potrzeby życiowej m.in. na doposażenie mieszkania, na podniesienie kwalifikacji zawodowych.

Jeżeli opuszczasz rodzinę zastępczą **spokrewnioną** i pozostawałeś w niej co najmniej **3 lata** wysokość pomocy na usamodzielnienie nie będzie niższa niż **4 998 zł**.

Jeżeli opuszczasz rodzinę zastępczą **niezawodową** możesz otrzymać:

- nie mniej niż **9 991 zł** - jeżeli przebywałeś w pieczy zastępczej przez okres powyżej 3 lat;
- nie mniej niż **4 998 zł** - jeżeli przebywałeś w pieczy zastępczej przez okres od 2 do 3 lat;
- nie mniej niż **2 500 zł** - jeżeli przebywałeś w pieczy zastępczej przez okres poniżej 2 lat, nie krócej jednak niż przez okres roku.

Warto dodać, że pomoc na usamodzielnienie jest wypłacana po zakończeniu pobierania pomocy na kontynuowanie nauki.



- **Pomoc na zagospodarowanie**

Pomoc na zagospodarowanie jest wypłacana na Twój wniosek, jednorazowo, nie później niż do ukończenia przez Ciebie 26 roku życia, w wysokości nie niższej niż **2 272 zł**, a jeżeli posiadasz orzeczenie o umiarkowanym albo znacznym stopniu niepełnosprawności w wysokości nie niższej niż 4 542 zł.

- **Pomoc na kontynuowanie nauki**

Jeżeli opuściłeś rodzinę zastępczą i nadal się uczysz możesz ubiegać się o pomoc finansową na kontynuowanie nauki, która wynosi 759 zł miesięcznie. Ta forma pomocy przysługuje Ci maksymalnie do 25 r. ż. pod warunkiem, że cały czas się uczysz.

NIE MAM MIESZKANIA I CO TERAZ?

- Jeżeli zamieszkujesz od co najmniej 5 lat na terenie Gminy Miejskiej Kraków, posiadasz udokumentowane niskie dochody i nie posiadasz tytułu prawnego do lokalu mieszkalnego możesz ubiegać się o przyznanie mieszkania będącego własnością Gminy Miejskiej Kraków. **Wniosek o mieszkanie możesz złożyć od 1 stycznia do 31 kwietnia danego roku w Wydziale Mieszkalnictwa Urzędu Miasta Karkowa ul. Rynek Podgórki 1.**
- Jeśli jeszcze nie czujesz się gotowy, żeby mieszkać całkiem sam, możesz skorzystać z **mieszkania treningowego**. To takie miejsce, gdzie masz swoje własne cztery kąty, ale przy tym wsparcie i pomoc, kiedy tego potrzebujesz. Dzięki temu łatwiej będzie Ci nauczyć się, jak radzić sobie z codziennymi sprawami i spokojnie przygotować się do samodzielnego życia.

SZUKASZ PRACY?

Jeśli jesteś pełnoletni i zaczynasz szukać zatrudnienia, masz kilka fajnych miejsc, gdzie można się zgłosić:

- **Doradca zawodowy** – warto zacząć od spotkania z doradcą zawodowym – pomoże Ci zaplanować, co dalej i gdzie najlepiej się zgłosić. Działa w szkołach lub ośrodkach OHP. To ktoś, kto pomoże Ci zrozumieć, co chcesz robić, jakie masz możliwości i jak szukać pracy.
- **Grodzki Urząd Pracy** – tutaj znajdziesz oferty pracy, możesz się zarejestrować jako osoba bezrobotna i skorzystać z różnych programów wsparcia.



- **Ochotnicze Hufce Pracy (OHP)** – to miejsce, które pomaga młodym osobom znaleźć pracę, zdobyć nowe umiejętności i przygotować się do wejścia na rynek pracy. Możesz tam liczyć na doradcę zawodowego, szkolenia i wsparcie.
- **Organizacje pozarządowe (fundacje, stowarzyszenia)**

UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE - JAK SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNEGO LECZENIA?

Po ukończeniu pełnoletności ważne jest zapewnienie sobie dostępu do publicznej opieki zdrowotnej. Możesz to zrobić na kilka sposobów:

- zgłoszenie przez ubezpieczonego członka rodziny do ubezpieczenia jeżeli kontynuujesz naukę;
- ubezpieczenie przez szkołę lub uczelnię;
- ubezpieczenie przez pracodawcę w momencie podjęcia pracy na umowę;
- rejestracja w urzędzie pracy jako osoba bezrobotna;

ORGANIZACJE WSPIERAJĄCE, KTÓRE WARTO ZNAĆ

- Fundacja Robinson Crusoe <https://www.fundacjarobinson.org.pl/>
- Fundacja Michalscy <https://fundacjamichalskich.com.pl/>
- OHP <https://ohp.pl/nasze-jednostki/wojewodzkie-komendy-ohp/malopolskie>
- Fundacja One Day <https://www.oneday.com.pl/>