

# Stručná doporučení pro rodiče na pracovním trhu

## 1) Seznamte se se svými právy

Zákoník práce zaměstnance v mnohých situacích chrání – např. před výpovědí v době, kdy je zaměstnanec/zaměstnankyně nemocný/á anebo čerpá mateřskou dovolenou. [Příručka](#) Vám pomůže zorientovat se v základní právní úpravě.

## 2) Nenechte se odradit

Ať už se jedná o nepříjemné zkušenosti, nevhodně formulované inzeráty anebo strach požádat si o zkrácený úvazek. Mnozí zaměstnavatelé rádi vyjdou rodičům vstříc, nenechte se proto odradit obavami nebo zlou zkušeností.

## 3) Budte proaktivní

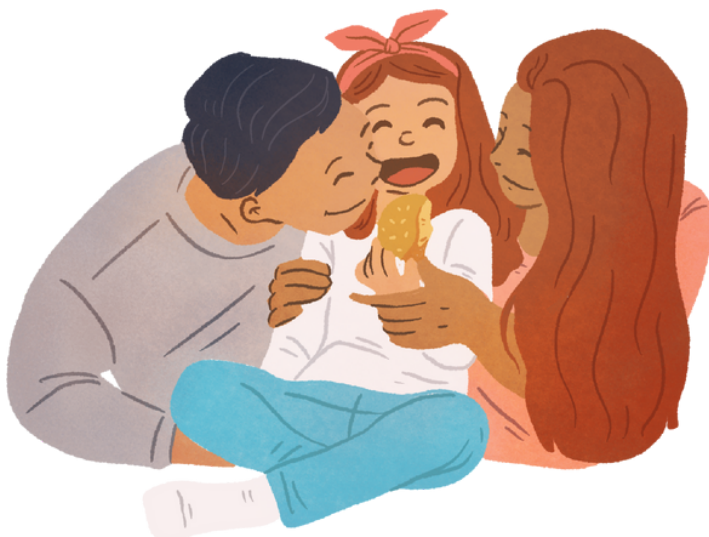
Máte speciální požadavky v práci anebo si nejste jisti, co má zaměstnavatel v plánu? Nebojte se zeptat, jak si stojíte, či požádat o to, co by Vám v práci pomohlo. Možná budete překvapeni pozitivní reakcí zaměstnavatele.

## 4) Zůstaňte v kontaktu se zaměstnavatelem

V průběhu mateřské a rodičovské dovolené (ale i dalších dlouhodobých nepřítomností v práci) je vždy dobré zůstat se zaměstnavatelem v kontaktu. Včas dejte najevo, že po návratu budete chtít v práci pokračovat. Pozvání na pracovní večírek Vám zase může pomoci zůstat v kontaktu s kolegy a lépe navázat vztahy, až se vrátíte.

## 5) Pozor na ukončení pracovního poměru dohodou

Vždy si vezměte pár dnů na rozmyšlenou a zjištění svých možností. Nenechte se dotlačit k něčemu, čím si nejste jistý/á. Proti podepsané dohodě se dá už jen těžko bránit. Naopak jednostrannou výpověď můžete převzít bez obav.



## 6) Mějte přehled o platbách za zdravotní pojištění

Změny mezi zaměstnavatelem a státem při přechodech mezi prací a mateřskou/rodičovskou dovolenou musíte nahlásit pojišťovně. V opačném případě Vám mohou vzniknout nedoplatky. Pozor i na to, z jakého titulu za Vás pojištění platí stát – pokud např. dočerpáte rodičovský příspěvek, ale pokračujete v péči o malé dítě doma, pokračuje v platbách stát, změnu je ale třeba nahlásit.

## 7) Neotálejte s přihlášením na úřad práce

Včasně přihlášení na úřad práce po skončení pracovního poměru může znamenat výrazný rozdíl ve výši příspěvku v nezaměstnanosti. Přihlaste se ještě před skončením posledního zaměstnání anebo do tří dnů po skončení.

## 8) Poradte se

V jakékoliv podezřelé situaci se nebojte obrátit na právní poradnu nebo advokáta. Při včasné řešení situace se šance na úspěch zvyšuje.

## 9) Řešte problémy nejdříve se zaměstnavatelem

Smírné řešení může pomoci ke zdravým vztahům, soudní spory mají obvykle opačný efekt.

## 10) Nebojte se bránit

Když smírné řešení selže, nebojte se za sebe postavit a využít i právní kroky.

## 11) Dejte pozor na lhůty

Rozhodnete-li se žalovat zaměstnavatele kvůli tomu, že s Vámi neoprávněně ukončil pracovní poměr, musíte podat žalobu do dvou měsíců od ukončení pracovního poměru.

## 12) Shromážděte podklady

Konflikty v zaměstnání a zvláště situace zahrnující diskriminaci bývají často náročné prokázat. Jakmile vytušíte potíže, je rozumné začít shromažďovat jakékoliv podklady, které Vaše tvrzení podpoří.

## 13) Nevíte si rady? Obráťte se na ochránce

Úkolem ochránce je poskytovat metodickou pomoc obětem diskriminace. Pomůže Vám zorientovat se ve Vaší situaci a nasměruje Vás na nejvhodnější řešení. Je to jednoduché: podnět můžete podat i e-mailem na [podatelna@ochrance.cz](mailto:podatelna@ochrance.cz).

