

## Dla Twojego bezpieczeństwa za granicą:

- zostaw bliskim kserokopie dokumentu tożsamości oraz umów z agencją a także dane o przyszłym pracodawcy i lokalizacji miejsca pracy
- nie oddawaj nikomu własnego paszportu lub innego dokumentu tożsamości (przechowuj je w bezpiecznym miejscu)
- przekazuj pracodawcy kopie swoich dokumentów a oryginały tych dokumentów okazuj tylko do wglądu
- przed dotarciem na miejsce pracy kontaktuj się z bliskimi tak często, jak to tylko możliwe, wysyłaj im informacje, gdzie aktualnie się znajdujesz
- przygotuj przydatne zwroty w języku angielskim oraz w języku kraju, do którego się udajesz, możesz też korzystać z tłumacza w telefonie
- nie przechowuj wszystkich dokumentów w jednym miejscu, postaraj się zabezpieczyć przynajmniej jeden z nich
- zabierz i zabezpiecz pieniądze, które w razie nieprzewidzianych okoliczności pozwolą Ci wrócić do kraju (np. w specjalnym pasku)
- spisz numery rejestracyjne pojazdu, w którym się będziesz poruszać
- przygotuj przydatne dane kontaktowe wraz z numerem najbliższego polskiego konsulatu, dowiedz się, pod jaki numer zadzwonić, by zablokować kartę płatniczą na wypadek kradzieży
- jeżeli zostaniesz oszukana(y) przez pracodawcę lub gdy pracodawca będzie stosował wobec Ciebie przymus fizyczny, psychiczny, będziesz wykonywać pracę ponad siły (niewolniczo) lub będziesz wykorzystywana(y) seksualnie - zgłoś sprawę policji, wszystkie sprawy sporne z pracodawcą zagranicznym powinny być rozpatrywane zgodnie z prawem miejscowym, przed sądem kraju, w którym podjąłeś pracę

## Dowiedz się więcej o warunkach pracy w Polsce i za granicą:

- **psz.praca.gov.pl**  
Serwis urzędów pracy z ofertami pracy i informacjami dla osób poszukujących pracy
- **eures.praca.gov.pl**  
Serwis, w którym znajdziesz europejskie oferty pracy oraz informacje o pracy za granicą
- **zielonalinia.gov.pl/nasza-misja**  
Centrum Informacyjno-Konsultacyjne Służb Zatrudnienia z możliwością kontaktu z konsultantami o każdej porze
- **pracawpolsce.gov.pl**  
Bezpłatny portal dla obywateli Ukrainy

## Dane kontaktowe, które warto zachować „na wszelki wypadek”

- **Portal o przeciwdziałaniu handlowi ludźmi**  
gov.pl/web/handel-ludzmi  
tel. zaufania +48 22 628 01 20, +48 22 628 99 99
- **Krajowe Centrum Interwencyjno - Konsultacyjne dla Ofiar Handlu Ludźmi**  
kcik.pl/k1 | tel. +48 22 628 01 20
- **Wydział do Walki z Handlem Ludźmi Biura Kryminalnego Komendy Głównej Policji**  
policja.pl | tel. 47 72-148-33
- **Komenda Główna Straży Granicznej**  
strazgraniczna.pl | tel. +48 800 422 322
- **Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji**  
archiwum.mswia.gov.pl | tel. +48 222 500 112
- **Ministerstwo Spraw Zagranicznych**  
gov.pl/dyplomacja



Ministerstwo Rodziny,  
Pracy i Polityki Społecznej

## BEZPIECZNA PRACA W KRAJU I ZA GRANICĄ

