

POWROTY POLAKÓW DO KRAJU – PRZYDATNE INFORMACJE

1. powroty.gov.pl

„Powrotnik” to kompleksowy przewodnik i zestaw informacji dostępny na portalu powroty.gov.pl, stworzony, aby ułatwić powrót z emigracji do Polski. Zawiera praktyczne wskazówki dotyczące formalności, pracy, ubezpieczeń i edukacji, pomagając zaplanować powrót.

Kluczowe informacje zawarte w „Powrotniku”:

- Formalności po powrocie: Jak zgłosić powrót, zameldować się i uzyskać PESEL.
- Praca i zasiłki: Informacje o poszukiwaniu zatrudnienia, transferze zasiłków z zagranicy oraz zasiłkach dla bezrobotnych w Polsce.
- Podatki i ulgi: Przewodnik po uldze na powrót (zwolnienie z PIT do 85 528 zł przychodu rocznie przez 4 lata).
- Edukacja i zdrowie: Zasady zapisu dzieci do szkół oraz informacje o ubezpieczeniu zdrowotnym (NFZ).

2. Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

- Raport „Powroty Polek i Polaków z migracji po 2015 r. - szanse i wyzwania” (<https://www.gov.pl/web/rodzina/eksperytyza-powroty-polek-i-polakow-z-migracji-po-2015-r---szanse-i-wyzwania>)

3. Ministerstwo Spraw Zagranicznych

- „Poland Business Adventure” – MSZ zainicjowało w 2025 r. pilotażowy program staży biznesowych w Polsce. Program jest skierowany do stu młodych przedstawicieli Polonii oraz osób polskiego pochodzenia lub szczególnie interesujących się Polską w wieku 18–35 lat z państw członkowskich UE, EOG, Zjednoczonego Królestwa Wlk. Brytanii, Irlandii Północnej, Stanów Zjednoczonych Ameryki oraz Kanady (<file:///C:/Users/jachikla-u1/Downloads/Ulotka.pdf>)

4. EURES (https://eures.europa.eu/index_pl) - pomaga osobom poszukującym pracy w znalezieniu zatrudnienia, a pracodawcom w rekrutacji pracowników z całej Europy

- broszura „Życie i praca w Polsce 2025” (<https://eures.praca.gov.pl/w-polsce>)

5. Urząd Pracy

- zasiłki, „bon na zasiedlenie” - jednorazowe wsparcie finansowe z Urzędu Pracy (do 200% przeciętnego wynagrodzenia, obecnie ponad 17 000 zł) dla bezrobotnych do 30. roku życia, zmieniających miejsce zamieszkania w celu podjęcia pracy. Warunkiem jest podjęcie pracy/działalności min. 80 km od dotychczasowego miejsca lub czas dojazdu powyżej 3h dziennie oraz utrzymanie zatrudnienia przez 180 dni)

6. ZUS

- międzynarodowe dni poradnictwa dla Polaków za granicą
- bezpłatne webinary

7. Ulga na powrót - zwolnienie z PIT do kwoty 85 528 zł rocznego przychodu dla osób przenoszących rezydencję podatkową do Polski. Preferencja dotyczy przychodów z pracy, umów zleceń i działalności gospodarczej przez 4 kolejne lata. Warunkiem jest nieposiadanie rezydencji w Polsce przez 3 lata poprzedzające powrót i posiadanie obywatelstwa/karty Polaka (<https://www.podatki.gov.pl/ulgi-i-odliczenia/ulga-na-powrot-pit/>). Kluczowe zasady i warunki:

- Limit zwolnienia: Przychody do 85 528 zł w roku podatkowym są zwolnione z PIT. Nadwyżka ponad tę kwotę opodatkowana jest na zasadach ogólnych (12% do 120 tys. zł po odliczeniu kwoty wolnej).
- Czas trwania: Ulga przysługuje w 4 kolejnych latach podatkowych – podatnik wybiera, czy od początku roku powrotu, czy od roku następnego.
- Kto skorzysta: Osoby, które po 31 grudnia 2021 r. przeniosły rezydencję do Polski i spełniają warunek o nieprzebywaniu w PL (3 lata kalendarzowe wstecz + okres w roku powrotu).
- Konieczne dokumenty: Należy posiadać dokumenty potwierdzające zamieszkiwanie za granicą (np. certyfikat rezydencji, umowę najmu).

8. Programy dla naukowców i specjalistów

- Program "Polskie Powroty" (NAWA – Narodowa Agencja Wymiany Akademickiej): flagowy program NAWA wspierający naukowców polskiego pochodzenia, którzy zdobyli doświadczenie badawcze za granicą, a teraz chcą wrócić do Polski, by tu kontynuować karierę i budować własne zespoły. Program służy transferowi wiedzy, doświadczenia i współpracy międzynarodowej do polskich instytucji naukowych oraz wzmocnieniu ich potencjału badawczego. Oferta kierowana jest do naukowców z polskim obywatelstwem, którzy w ostatnich latach pracowali naukowo poza granicami kraju oraz instytucji naukowych w Polsce, które chcą zatrudnić

powracających badaczy. Program obejmuje dwie ścieżki: Junior Fellow – dla naukowców do 7 lat po uzyskaniu stopnia doktora oraz Senior Fellow – dla bardziej doświadczonych badaczy, kierujących już zespołami lub projektami badawczymi. Finansowanie NAWA obejmuje wynagrodzenie dla Kierownika Projektu, członków Grupy Projektowej oraz Osoby Zapraszającej na okres 3 lub 4 lat. Maksymalna kwota finansowania projektu wynosi 1 243 200 zł w ścieżce Junior Fellow i 2 377 600 zł w ścieżce Senior Fellow. Elementem Programu jest możliwość skorzystania z jednego z komponentów: komponent badawczy finansowany przez Narodowe Centrum Nauki lub komponent aplikacyjny finansowany przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Dodatkowo laureaci naboru Polskie Powroty 2025 będą mieli możliwość udziału w konkursie Agencji Badań Medycznych (ABM).