

PRACA ZDALNA

Możesz poszukać pracy zdalnej.
Przez Internet możesz wykonywać zadania typu:

- wprowadzanie danych,
- księgowanie,
- wypełnianie ankiet internetowych,
- tłumaczenie tekstów,
- przepisywanie lub korekta tekstów,
- copywriting,
- udzielanie korepetycji (np. online),
- programowanie,
- projektowanie graficzne,
- telemarketing,
- obsługa infolinii.



Ofert pracy zdalnej możesz szukać w popularnych portalach internetowych dla osób poszukujących pracy oraz w serwisach dla **freelancerów** typu:

<https://www.oferteo.pl>

<https://useme.com/pl>

<https://weworkremotely.com>

<https://www.flexjobs.com>

<https://www.workingnomads.com>



Sprawdź również **Karty Zawodów** dostosowanych do potrzeb i możliwości osób z niepełnosprawnością opracowane przez Centralny Instytut Ochrony Pracy
<https://ciop.pl>

PRZYDATNE INFORMACJE

<https://www.gov.pl/web/rodzina>

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

<https://www.pfron.org.pl> Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

<https://niepelnosprawni.gov.pl> Biuro Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych

<https://niepelnosprawni.pl> serwis informacyjny nt. niepełnosprawności

<https://pfon.org> Polskie Forum Osób z Niepełnosprawnościami

<https://popon.pl> Polska Organizacja Pracodawców Osób Niepełnosprawnych

<https://naszesprawy.eu> Magazyn informacyjny osób niepełnosprawnych

<https://www.zus.pl> Zakład Ubezpieczeń Społecznych

<https://www.gov.pl/web/krus> Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego

<https://www.nfz.gov.pl> Narodowy Fundusz Zdrowia

<https://www.bialystok.pl> Miejski Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Białymstoku

<https://bidon.bialystok.pl> Białostocki informator dla osób niepełnosprawnych



Centrum Poradnictwa Zawodowego
wupbialystok.praca.gov.pl

Stan na dzień: 28.11.2025

PRACA DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Możesz zdobyć dobrą pracę niezależnie od posiadanego stopnia niepełnosprawności!



Jeśli masz orzeczoną stopień niepełnosprawności możesz szukać zatrudnienia zarówno na **otwartym rynku pracy**, jak i w warunkach **pracy chronionej**, w zależności od wskazań zawartych w orzeczeniu.



Nawet umiarkowany czy znaczny stopień niepełnosprawności nie wyklucza możliwości zatrudnienia u pracodawcy, który nie posiada statusu zakładu pracy chronionej, o ile pracodawca:

- przystosuje stanowisko pracy do potrzeb osoby niepełnosprawnej,
- zatrudnia w formie telepracy.

Pamiętaj jednak, że każdorazowo to lekarz medycyny pracy decyduje o dopuszczeniu Cię do wykonywania pracy na danym stanowisku.

PRACA CHRONIONA

Listę **zakładów pracy chronionej** (ZPCh) i **zakładów aktywności zawodowej** (ZAZ) w woj. podlaskim możesz znaleźć na stronie: wupbialystok.praca.gov.pl/zasoby-informacji-zawodowych



OFERTY PRACY

Oferty pracy dla osób z **orzeczoną stopniem** niepełnosprawności możesz znaleźć na stronach internetowych:
<https://sprawniwpracy.com>
<https://www.ipracujzdalnie.pl>
<https://poltalento.pl>
<https://werbeo.pl>



Oferty pracy zarówno dla osób niepełnosprawnych jak i pełnosprawnych, możesz znaleźć na wszystkich dostępnych stronach internetowych dla osób **poszukujących pracy**:
<https://olx.pl/praca>
<https://www.pracuj.pl>
<https://www.praca.pl>
<https://www.infopraca.pl>
<https://rocketjobs.pl>

Możesz przygotować listę preferowanych pracodawców i odwiedzić **strony internetowe firm** (zakładki: „Praca”, „Kariera”, „Dołącz do nas”) lub profile na **LinkedIn** czy na **Facebooku**, zawierające aktualne rekrutacje i kontakty do pracowników działów Kadr/HR.



Możesz dołączyć do **grup tematycznych** na Facebooku z ofertami pracy dla osób niepełnosprawnych typu: „Niepełnosprawni - praca”, „Aktywni niepełnosprawni”.

INSTYTUCJE

Możesz skorzystać z pomocy **Powiatowych Urzędów Pracy**, które oferują między innymi:

- pomoc w znalezieniu zatrudnienia (**pośrednictwo pracy**, prace interwencyjne, bon na zasiedlenie),
- możliwość nabycia kwalifikacji zawodowych lub zdobycia doświadczenia zawodowego (**szkolenia**, staże, bon na kształcenie ustawiczne),
- pomoc **doradcy zawodowego** w wyborze odpowiedniego miejsca pracy,
- środki finansowe na podjęcie **działalności gospodarczej**, dofinansowanie do kredytu bankowego, refundację składek ZUS.

Wszystkie oferty pracy zgłoszone do powiatowych urzędów pracy możesz znaleźć w bazie i aplikacji **ePraca**
<https://oferty.praca.gov.pl>



Możesz skorzystać z pomocy Centrum Informacyjno - Konsultacyjnego Służb Zatrudnienia **Zielona Linia**
Infolinia tel. **19524**
<https://zielonalinia.gov.pl>

Możesz skorzystać z pomocy doradców zawodowych w **Centrum Poradnictwa Zawodowego** Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Białymstoku w szukaniu pracy i planowaniu kariery. Zapraszamy!

- 15-354 Białystok, ul. Pogodna 22
- tel. 85 74 97 241, -243, -244

<https://wupbialystok.praca.gov.pl>



Możesz skorzystać z pomocy **organizacji pozarządowych** (www.ngo.pl), które statutowo zajmują się rehabilitacją zawodową i społeczną osób niepełnosprawnych typu:
<https://aktywizacja.org.pl>
<https://far.org.pl>
<https://mydlainnych.pl>