

# PRÁCE A BYDLENÍ: JAK SE CHRÁNIT PŘED VYKOŘIŠŤOVÁNÍM

Praktické rady a kontakty pro osoby  
ubytované u zaměstnavatele



Úřad vlády  
České republiky



La  
Strada

## Kam se obrátit pro pomoc

### **La Strada Česká republika**

Organizace, která pomáhá obětem vykořisťování a obchodování s lidmi.

(+420) 222 71 71 71

800 077 777 (bezplatně v ČR)

pomoc@strada.cz

**www.strada.cz**

### **Sdružení pro integraci a migraci**

Komplexní podpora migrantek a migrantů.

+420 224 224 379

poradna@migrace.com

**www.migrace.com**

### **Integromap**

Informace o pomoci, práci, bydlení a kurzech pro příchozí z Ukrajiny.

**www.integromap.org**

### **Policie České republiky**

V případě přímého ohrožení volejte **112**.

Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky. Výstupy projektu nereprezentují názor Úřadu vlády České republiky a Úřad vlády České republiky neodpovídá za použití informací v těchto materiálech.

## **Stalo se vám, že zaměstnavatel/ka, který/á vás zároveň ubytovává, nebo váš ubytovatel/ka:**

- požaduje úklid, péči o domácnost, péči o děti nebo jinou práci, která nebyla předem domluvena?
- očekává „pomoc“ v domácnosti každý den nebo ve větším rozsahu, než bylo sjednáno?
- dělá poznámky sexuálního charakteru nebo se vás dotýká bez vašeho souhlasu?
- dává najevo, že můžete zůstat v ubytování pouze tehdy, pokud strpíte intimní vztah, dotyky nebo jeho/její společnost?
- vynucuje si osobní kontakt do té míry, že to ve vás vyvolává strach nebo nepříjemné pocity?
- zakazuje vám návštěvy, omezuje vás ve společných prostorách nebo sleduje váš pohyb?
- brání vám v kontaktu s jinými lidmi a izoluje vás?
- nutí vás v práci souhlasit „se vším“, abyste si udrželi ubytování?
- odmítá podepsat pracovní či nájemní smlouvu nebo předkládá nesrozumitelné dohody?
- prezentuje neplacené přesčasy jako „podmínku ubytování“?
- tvrdí, že nemůžete odejít do jiného ubytování, aniž byste přišli o práci?

Nikdo nemá právo vyžadovat sexuální služby ani neplacenou práci výměnou za ubytování.

## **Vaše odmítnutí nesmí být důvodem k vyhrožování, nátlaku nebo násilí.**

### **Jaké informace si zjistit a co zabezpečit ještě před přijetím ubytování a práce s ubytováním:**

- ptejte se přímo a jasně, co přesně se od vás očekává
- zjistěte, zda ubytování je zpoplatněné nebo bezplatné
- vyhněte se nabídkám, kde je požadována osobní péče či služby místo peněz
- žádejte písemnou pracovní smlouvu a písemnou dohodu o ubytování

- nechte si vysvětlit:
  - kolik a kdy budete platit, zda to bude strháváno ze mzdy
  - co zahrnuje ubytování
  - jaká jsou pravidla pro ukončení ubytování
- vždy čtěte kopie veškerých dokumentů, které podepisujete
- pokud hledáte bydlení a práci sami, informujte osobu blízko o místě bydlení a místě výkonu práce, případně ji pošlete kopii smluv
- neodevzdávejte své osobní doklady ubytovateli či zaměstnavateli
- máte-li pochybnosti či nerozumíte jazyku smlouvy, konzultujte to s interkulturním pracovníkem/pracovnicí nebo s neziskovou organizací ještě před podpisem dohod a před nastěhováním

## **Co dělat, když je na vás vyvíjen nátlak v ubytování/ zaměstnání:**

### **Pokud máte smlouvu, tak zkontrolujte:**

- výši plateb za ubytování
- jakým způsobem platíte (srážka ze mzdy / přímá platba)
- zda máte důkazy o platbách – převody, potvrzení, výplatní pásky
- podmínky využívání ubytování (včetně ukončení a změn)
- zda můžete ukončit bydlení odděleně od pracovního poměru, případně podmínky ukončení pracovního poměru

Pokud nemáte smlouvu, máte právo ji kdykoli požadovat. Nejde o „zbytečnou formalitu“. Je to vaše ochrana.

## **Shromažďujte, co nejvíc důkazů:**

### **Důkazy týkající se práce a bydlení:**

- pište si záznamy o odpracovaných hodinách, včetně přesčasů
- uschovávejte fotografie nevyhovujících podmínek ubytování nebo práce
- uchovávejte veškerá potvrzení o platbě ubytování (bankovní převody, výplatní pásky, hotovostní doklady)
- požadujte od zaměstnavatele výplatní pásky a uchovávejte je

- dělejte si poznámky o požadavcích, které nejsou ve smlouvě (např. domácí práce)

### **Důkazy o nátlaku nebo sexuálním obtěžování:**

- ukládejte si zprávy, SMS nebo e-maily, kde vám někdo vyhrožuje nebo požaduje osobní či sexuální služby
- zaznamenejte si datum, čas a popis každého incidentu
- pokud došlo k nechtěnému jednání, můžete si poznamenat, kdy, kde a jak k tomu došlo, případně zda u toho byli nějací svědci

## **Co dělat, když už některá z popsaných situací nastala:**

Nejste za situaci odpovědní – odpovědnost nese ten, kdo vás ohrožuje nebo vykořisťuje.

## Vyhodnoťte, zda chcete zůstat v ubytování a práci

### **Pokud je situace vážná, je vhodné:**

- konzultovat možnosti bezpečného odchodu s odborníky, například z neziskové organizace nebo krizových linek
- domluvit si dočasné ubytování
- zkusit získat z ubytování osobní věci nebo doklady
- zvážit bezpečný odchod z práce s ohledem na podmínky smlouvy a pobytové oprávnění

## Zvažte, zda chcete situaci nahlásit policii

### **Pokud je jednání trestné, máte právo na:**

- podání trestního oznámení (lze ústně či písemně)
- informace od policie o vašich právech, průběhu řízení a dostupných službách
- doprovod důvěrníkem
- ochranu soukromí
- odbornou pomoc (právní, psychologickou, sociální)

V případě přímého ohrožení  
bezodkladně volejte na policii –  
číslo **112**.

## **Jak vás mohou podpořit neziskové organizace**

### **Při podezření na trestný čin vám mohou pomoci:**

- vysvětlit právní postup a poskytnout právní pomoc
- doprovodit vás na policii nebo k orgánům státní správy
- pomoci při hledání bezpečného ubytování
- zajistit psychologickou i praktickou podporu

## **Co dělat, když se bojíte následků**

Je přirozené cítit strach, zvláště když jde  
o práci a bydlení zároveň.

### **Pamatujte:**

- váš strach je pochopitelný – ale není to důvod nevyhledat pomoc
- řešení může být postupné, nemusíte hned odejít ani podávat trestní oznámení
- existují způsoby, jak situaci řešit diskrétně, bez toho, aby se to váš ubytovatel/ka hned dozvěděl/a.
- odborníci/e vám pomohou najít cestu, která je bezpečná a realistická

## **Právní úprava**

Když zaměstnavatel/ka nebo ubytovatel/ka porušuje zákon

Některá porušení povinností nemusí být natolik závažná, aby se jednalo o trestný čin. I přesto se jedná o porušení právních předpisů. Tato porušení zpravidla vyšetřuje inspektorát práce, případně je nutné je řešit právně za pomoci neziskové organizace či advokáta, či obrácením se na soud.

## **Může se jednat o situaci, kdy vám zaměstnavatel/ka či ubytovatel/ka:**

- odmítá předat pracovní smlouvu či nájemní smlouvu
- sráží ze mzdy pokuty či předem nedomluvené částky za ubytování
- nevyplatí celou mzdu nebo její část, či odpracované přesčasy a zákonné příplatky
- požaduje po vás práci/služby nad rámec toho, co bylo sjednáno v pracovní/nájemní smlouvě
- ukončí ubytování či pracovní poměr bez zákonného důvodu nebo bez dodržení výpovědní doby

Když zaměstnavatel/ka nebo ubytovatel/ka porušuje trestní zákoník

Některá jednání zaměstnavatele/ky či ubytovatele/ky mohou být naopak natolik závažná, že porušují trestní zákoník. V takových případech máte možnost obrátit se na policii nebo státní zastupitelství.

## **Může se týkat jak pracovního, tak sexuálního vykořisťování.**

### **V kontextu práce a ubytování se může jednat o tento trestný čin, pokud:**

- je ubytování používáno jako prostředek nátlaku („když nebudeš poslouchat, skončíš na ulici“)
- vás nutí dělat práci, kterou jste si nesjednali, často bez odměny
- nemáte u sebe osobní doklady, a/nebo další dokumenty, jako pracovní a ubytovací smlouva
- jste vystaveni sexuálnímu nátlaku spojenému se ztrátou bydlením
- zaměstnavatel využívá vaši závislosti, neinformovanosti nebo strachu

## VYDÍRÁNÍ

**§ 175** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

Vydírání je situace, kdy vás někdo pomocí násilí nebo hrozeb nutí dělat něco, co nechcete, nutí vás něco snášet, nebo vám brání něco udělat – například vyhrožuje ublížením, ztrátou práce, bydlení nebo jinou pro vás vážnou újmou.

## SEXUÁLNÍ NÁTAK

**§ 186** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

Situace, kdy někdo nutí druhého k sexuálnímu styku, obnažování nebo podobnému chování tím, že zneužije jeho těžkou situaci, závislost nebo svou autoritu a důvěru. Například když vás někdo nutí k sexuální činnosti výměnou za práci nebo ubytování.

## OMEZOVÁNÍ OSOBNÍ SVOBODY

**§ 171** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

Situace, kdy vás někdo bez oprávněného důvodu někde zadržuje a brání vám odejít.

Například, pokud vám brání v tom, abyste mohli opustit pracoviště/ubytování, zamyká vás, někde vás vězní.

## ZNÁSILNĚNÍ

**§ 185** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

O znásilnění se jedná, pokud vás někdo nutí k sexu proti vaší vůli, donutí vás k sexu s někým jiným, nebo využije toho, že se nemůžete bránit.

## OBCHODOVÁNÍ S LIDMI

**§ 168** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

Situace, kdy vás někdo nutí k práci nebo vás vydává jiným osobám k sexuálním aktivitám, přičemž k tomu používá hrozby, zastrašování, nátlak nebo zneužívá vaši závislost, strach či neznalost, aby z toho měl prospěch.

## NEBEZPEČNÉ PRONÁSLEDOVÁNÍ – STALKING

**§ 354** – *Trestní zákoník č. 40/2009 Sb.*

Situace, kdy vás někdo dlouhodobě obtěžuje nebo ohrožuje, například vyhrožuje vám či vašim blízkým, sleduje vás, neustále vás kontaktuje osobně, přes zprávy nebo e-maily, omezuje vás v běžném životě, nebo zneužívá informace o vás, a tím ve vás vyvolává strach o váš život, zdraví nebo bezpečí vašich blízkých. V prostředí sdíleného bydlení může jít o častou formu nátlaku.

**ЗІВАЛТУВАННЯ**  
§ 185 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Зівалтування є ситуація, коли вас змушують до сексу проти вашої волі, примушують до сексу з іншою особою або користуються тим, що ви не можете чинити опір.

**ТОРГІВЛЯ ЛЮДЬМИ**  
§ 168 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Ситуація, коли вас змушують до праці або передають іншим особам для сексуальної експлуатації, використання вуличних порнознімальних зйомок або зловживаючи вашою залежністю, страхом чи необізнаністю з метою отримання вигоди.

**НЕБЕЗПЕЧНЕ ПЕРЕСЛІДУВАННЯ (СТАЛКІНГ)**  
§ 354 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Ситуація, коли вас тривалий час переслідують або залякують — наприклад, погрожують вам чи вашим близьким, стежать за вами, постійно контактують особисто, через повідомлення чи електронну пошту, обмежують ваше повсякденне життя або зловживають інформацією про вас, викликаючи страх за ваше життя, здоров'я чи безпеку близьких. У середовищі спільного проживання це може бути поширеною формою тиску.

**ВИМАГАННЯ**  
§ 175 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Вимагання — це ситуація, коли вас шляхом насильства або погрозу змушують робити те, чого ви не хочете, терпіти щось або утримуватися від певних дій — наприклад, порожують заповільнити роботу, втратити роботу, жити чи іншою серйозною шкодою.

**СЕСУАЛЬНИЙ ПРИМУС**  
§ 186 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Ситуація, коли особу змушують до сексуального контакту, оголення вищої одягу або сексуальних дій в обмін на роботу або житло.

**НЕЗАКОННЕ ОБМЕЖЕННЯ СВОБОДИ**  
§ 171 – Кримінальний кодекс № 40/2009 ЗР.  
Ситуація, коли вас без законних підстав утримують у певному місці та не дозволяють його залишити. Наприклад, якщо вам перешкоджають покинути робоче місце або житло, замикають вас чи незаконно утримують.

- ← **У контексті роботи та проживання ідеться про цей злочин, якщо:**
- ← проживання використовується як засіб тиску («якщо ви не слухаєте мене, я прожину вас на виліці!»)
- ← вас змушують виконувати роботу, яку ви не погоджувалися виконувати, часто без оплати (аренди й доглядів)
- ← у вас забрали особисті документи та / або ідентифікаційні документи (трудова книжка) в зв'язі з тим, що ви не погоджувалися виконувати роботу, пов'язану з ризиком втрати житла
- ← або податківця вживає в якості засобу тиску, щоб змусити вас виконувати роботу, пов'язану з ризиком втрати житла

## Це може стосуватися як трудової, так і сексуальної експлуатації.

- ← **Ідеться, зокрема, про ситуації, коли роботодавець / роботодавець чи власник / власниця житла:**
- ← відмовляється надати трудовий або орендний договір
- ← утримує із заробітної плати штрафи чи заздалегідь неузгоджені суми за проживання
- ← не виплачує заробітну плату повністю або частково, а також оплату по відомому хвилюванню і не передбачає ніяких умов оплати
- ← вимагає від вас роботи / послуг понад те, що було погоджено в трудовому або орендному договорі
- ← припиняє проживання або трудові відносини без законної підстави чи без відстроченого терміну в разі невиконання роботи
- ← коли роботодавець / роботодавець або власник / власниця житла порушує кримінальний кодекс
- ← деякі дії можуть бути настільки серйозними, що становлять кримінальний злочин. У таких випадках ви маєте право звернутися до поліції або прокуратури.

У разі безпосередньої загрози негайно телефонуйте до поліції — **112**.

## Як вас можуть підтримати громадські організації

**У разі підозри на кримінальне правопорушення вони можуть:**

- пояснити правову процедуру та надати юридичну допомогу
- супроводжувати вас до поліції або органів державної влади
- допомогти з пошуком безпечного житла
- забезпечити психологічну та практичну підтримку

## Що робити, якщо ви боїтеся насильства

Почуття страху є природним, особливо коли йдеться про родючі та житло.

### Пам'ятайте:

- ваш страх є зрозумілим — але це не причина не звертатися по допомогу
- вирішити ситуації можуть бути наступовими: вам не обов'язково одразу переїжджати або подавати заяву до поліції
- існують спеціальні соціальні ситуації, куди можна звертатися за допомогою / житлом одразу, якщо це дозволено законом
- фахівці допоможуть вам знайти шлях, який буде безпечним і реалістичним

## Правове регулювання

Колі роботодавець / роботодавець працює в власній / власній житловій квартирі / власній / власній житловій квартирі

Дієві порушення обов'язків можуть бути недовідою серйозними, щоб вважатися кримінальними правопорушеннями. Проте це все одно є порушенням законодавства. Такі випадки зазвичай розслідують спеціальні працівники або ж їх неохоче визнають. У правовому порядку за допомогою громадської організації, адвоката чи шляхом звернення до суду.

→ робіть нотатки про вигоди, яких немає в договорі (наприклад, виконання

### Покази тиску або сексуальних домагань:

- зберігайте повідомлення, SMS або електронні листи, у яких вам порожують або вимагають особисті чи сексуальні послуги
- фіксуйте дату, час і опис кожного інциденту
- якщо мало місце небажане поведіння, занотуйте, коли, де і за яких обставин це сталося, а також чи були присутні свідки

## Що робити, якщо одна з описаних ситуацій вже сталася:

Ви не відповідаєте за ситуацію - відповідальний той, хто вам порожує або експлуатує.

## Оцініть, чи хочете ви залишитися в цьому житті та на цій роботі.

### Якщо ситуація є серйозною, дотічно:

- проконсультуватися щодо можливостей безпечного виходу з фахівцями, наприклад із представниками громадських організацій або кризових ліній
- домовитися про тимчасове проживання
- спробувати зареєструвати з місця проживання особисті речі або документи
- розглянути можливість безпечного звільнення з роботи з урахуванням умов договору та вашого дозволу на перебування

## Розгляньте можливість повідомити поліцію.

### Якщо йдеться про кримінальне правопорушення, ви маєте право на:

- подання заяви кримінальної заяви (усно або письмово)
- отримання від поліції інформації про ваші права, перелік проваджених та доступних послуг
- супровід довіреною особою
- захист приватності
- рахову допомогу (юридичну, психологічну, соціальну)

- ← попросити пояснити:
- ← скільки і коли ви сплачуватимете, чи буде оплата утримуватися із зарплатної плати
- ← що саме входить до умов проживання
- ← які правила припинення проживання
- ← завжди вимагайте копії всіх документів, які підписуєте
- ← якщо ви шукаєте житло й роботу самостійно, повідомте близьку особу про адресу проживання та місце роботи, за можливістю надішліть їй копії договорів
- ← не передавайте свої особисті документи власнику житла чи роботодавцю
- ← якщо маєте сумніви або не розумієте мову договору, проконсультуйтеся з інтернаціональним працівником / працівницею або з представниками громадської організації! Це до підписання угоди! До заселення

## Що робити, якщо на вас чинять тиск у місці проживання / на роботі:

### Якщо у вас є договір, перевірте:

- ← розмір оплати за проживання
- ← специфікати (утримання плати / пряма оплата) із зарплатної плати, квітанції, розрахункові листки
- ← умови користування (у тому числі припинення проживання та умови кориснування змін)
- ← чи може вивести вас з місця проживання окремим від трудових відносин, а також умови припинення трудового договору

Якщо у вас немає договору, ви маєте право вимагати його у будь-який момент. Це не «зайва формальність». Це ваш захист.

## Збирайте якомога більше доказів:

### Докази, що існують роботи та проживання:

- ← ведіть записи про відпрацювання і години, включаючи номери мобільних
- ← зберігайте фотографії і відеозаписи умов проживання або праці
- ← зберігайте всі підтвердження оплати за проживання (банківські перекази, розрахункові листки, квитанції про голі грошові плати)
- ← вимагайте від роботодавця розрахункові листки та зберігайте їх

## Чи траллялося вам, що роботодавець / роботодавець / який / яка одночасно надає вам житло, або власник / власниця житла:

- вимагає прибирання, ведення домашнього господарства, догляд за дітьми або іншу роботу, яка не була попередньо узгоджена?
- чикує «допомоги» по дому щодня або в вільний час, ніж було домовлено?
- робить зауваження про характеру або торкається вас без вашої згоди?

- дає зрозуміти, що ви можете залишитися в житлі лише за умови, якщо погодитися на інтимні стосунки, дотики або його / її товариство?
- нав'язує особистий контакт настільки, що це викликає у вас страх або дискомфорт?
- забороняє вам приймати гостей, обмежує користування спільними приміщеннями або контролює ваше перебування?
- перешкоджає вам підтримувати контакти з іншими людьми та ізолює вас?
- змушує вас погоджуватися «на все» на роботі, щоб ви могли зберегти житло?

- відмовляється підписати трудовий або орендний договір чи надає незрозумілі умови?
- подає неоплачувані понадормові години як «умову проживання»?
- стверджує, що ви не можете переїхати до іншого житла без втрати роботи?

житло.

Ніхто не має права вимагати сексуальні послуги або неоплачувану працю в обмін на

## Ваша відмова не може бути підставою для погрозу, тиску чи насильства.

## Яку інформацію варто з'ясувати та що забезпечити ще до прийняття пропозиції житла і роботи з проживанням:

- прямо й чітко запитайте, що саме від вас очікується
- з'ясуйте, чи є проживання платним або безоплатним
- унікайте пропозиції, де замість оплати вимагається особистий догляд або інші послуги
- вимагайте письмовий трудовий договір і письмову угоду про проживання

## Куди звернутися по допомогу

### La Strada Česká republika

Організація, яка допомагає жертвам експлуатації

та торгівлі людьми.

(+420) 222 71 71 71

800 077 777 (безкоштовно в ČR)

romoc@strada.cz

[www.strada.cz](http://www.strada.cz)

### Sdružení pro integraci a migraci

Комплексна підтримка мігрантів.

+420 224 224 379

poradna@migrace.com

[www.migrace.com](http://www.migrace.com)

### Integromap

Інформація про допомогу, роботу, житло та курси для осіб, які прибули з України.

[www.integromap.org](http://www.integromap.org)

### Поліція Чеської Республіки

У разі безпосередньої загрози телефонуйте **112**.

Проект реалізовано за фінансової підтримки Уряду Чеської Республіки. Результати проекту не відображають позицію Уряду Чеської Республіки, і Уряд Чеської Республіки не несе відповідальності за використання інформації, наведеної в цих матеріалах.



Česká republika  
Uřad vlády



# РОБОТА І ЖИТЛО: ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ЕКСПЛУАТАЦІЇ! Практичні поради та контакти для осіб, які проживають у роботодавця