

Wstęp	5
Informacje ogólne o Polsce	7
Polska w pigułce	7
Podział administracyjny	9
System polityczny, administracyjny i prawny	10
Życie i pobyt w Polsce	13
Rejestracja i pozwolenie na pobyt	13
Jak znaleźć mieszkanie	16
Koszty utrzymania	19
Transport	20
Prawo jazdy	22
Opieka nad dziećmi do lat 3	23
System edukacji	24
Jak znaleźć szkołę	30
Opieka zdrowotna	33
Życie prywatne	37
Życie kulturalne i społeczne	40
O czym warto pamiętać przed wyjazdem i po przybyciu do Polski	42
Praca w Polsce	45
Swobodny przepływ pracowników w UE/EFTA	45
Jak znaleźć pracę	47
Jak ubiegać się o pracę	49
Uznawanie kwalifikacji zawodowych	50
Świadczenie usług transgranicznych	51
Rodzaje zatrudnienia	51
Umowa o pracę	52
Bezpieczne i higieniczne warunki pracy	54
Specjalne kategorie pracowników	55
Czas pracy	57
Urlopy	58
Reprezentacja pracowników	61
Spory pracownicze - strajki	62
Zakończenie zatrudnienia	63
Bezrobocie i wsparcie zatrudnienia udzielane przez urzędy pracy	66
Prowadzenie działalności gospodarczej	72
Dochody, wynagrodzenia i podatki	77
Dochody i wynagrodzenia	77
Podatki	79
Ulgi i zwolnienia podatkowe dla osób fizycznych	84
Przepływ kapitału i płatności	87

Ubezpieczenia społeczne w Polsce	89
System zabezpieczenia społecznego w Polsce	89
Koordinacja systemów zabezpieczenia społecznego	91
Ubezpieczenia chorobowe	94
Świadczenia rodzinne	97
Emerytury i świadczenia z tytułu podeszłego wieku	100
Renty	104
Świadczenia z tytułu wypadku przy pracy i choroby zawodowej	106
Zasiłek dla bezrobotnych -transferowanie	107