Заставляют уволиться?

Пять шагов, чтобы остаться

Уволиться по собственному желанию можно только добровольно. Каждый шаг бесплатный и делается без юриста. Отдайте листок тем, на кого тоже давят.

1

В КАБИНЕТЕ

Ничего не подписывайте

ст. 78, 80, 193 ТК

Попросите время подумать. Соглашение сторон в одиночку не отозвать. Угроза уволить «по статье» без проступка и объяснительной ничего не стоит.

2

С ПЕРВОГО РАЗГОВОРА

Записывайте давление

ст. 55, 77 ГПК

Запись разговора, который вы сами ведёте, суд принимает как доказательство. Сохраняйте переписку и приказы, запомните свидетелей.

3

В ТЕЧЕНИЕ ДВУХ НЕДЕЛЬ

Отзовите заявление, если уже подали

ч. 4 ст. 80 ТК

Письменно, под отметку о получении. Отозвать нельзя, только если на место письменно пригласили человека, которому не могут отказать.

4

СРАЗУ

Пожалуйтесь в инспекцию труда и прокуратуру

закон № 59-ФЗ

Онлайн, ответ в течение 30 дней. Инспекция может оштрафовать работодателя, но восстановить на работе может только суд.

5

В ТЕЧЕНИЕ МЕСЯЦА

Восстановитесь через суд

ст. 392, 394 ТК

Месяц со дня, когда вручили приказ или трудовую книжку. Без пошлины, участвует прокурор. Суд взыщет средний заработок за прогул.

Что не так с давлением

- доказать, что вас вынудили, придётся вам, поэтому всё записывайте;
- лишение премии и отстранение без оснований тоже давление;
- две недели предупреждения идут со следующего дня после того, как заявление получили.

Калькулятор сроков и отзыв заявления онлайн — QR-код на обороте или по адресу zemlya-i-rozy.com/rukovodstva/zastavlyayut-uvolitsya

Если уже уволили

Суд восстанавливает на работе и взыскивает средний заработок за каждый рабочий день вынужденного прогула, плюс моральный вред (ст. 394, 237 ТК). Пример. Заработок за год 600 000 ₽ за 240 рабочих дней, это 2 500 ₽ в день. За месяц без работы, 21 рабочий день, выходит **52 500 ₽**. Удобнее посчитать в калькуляторе на сайте.

Куда обращаться

Инспекция труда	онлайнинспекция.рф
Прокуратура	epp.genproc.gov.ru
Районный суд	sudrf.ru

Госорганы отвечают на обращение в течение 30 дней. Подавать можно во все сразу.

Не подписывайте

- чистый лист или заявление без даты;
- соглашение о расторжении «на эмоциях»;
- заявление «прошу уволить сегодняшним днём».

Соглашение сторон отозвать в одиночку нельзя, заявление по собственному — можно, две недели.

Бесплатная юридическая помощь

- **Онлайнинспекция.рф.** Задайте вопрос инспектору труда, ответят письменно. Вход через Госуслуги.
- **Государственное юрбюро или адвокат за счёт бюджета.** Положены малоимущим, людям с инвалидностью I и II группы, многодетным родителям и другим категориям из закона № 324-ФЗ. Запись на Госуслугах или вправе.рф.
- **Центры бесплатной юридической помощи** при юристах и адвокатских палатах. Список по регионам на minjust.gov.ru.
- **Юридические клиники вузов.** Консультируют всех. Список на minjust.gov.ru, или спросите на юрфаке ближайшего университета.
- **Профсоюз,** если вы в нём состоите. Вопрос юристу можно задать и на fnpr.ru/legal, отвечают всем.

Вместе быстрее

Давят обычно не на одного. Если вынуждают уйти нескольких человек сразу, общая жалоба в прокуратуру с подписями всех работает быстрее. Договаривайтесь вне рабочих чатов.

уйти можно только по своей воле

Калькулятор сроков и отзыв заявления онлайн

Наведите камеру телефона на код справа. На странице проверите срок для отзыва, заполните заявление и скачаете его в Word.

zemlya-i-rozy.com/rukovodstva/zastavlyayut-uvolitsya