

MAMO, PODZIEL SIĘ URLOPEM RODZICIELSKIM

poznaj korzyści i formalności

PARTNERSTWO, KTÓRE SŁUŻY DZIECKU, MAMIE I CAŁEJ RODZINIE

Droga Mamo,

decyzje, które podejmujesz po narodzinach dziecka, mają ogromne znaczenie — dla Ciebie, dla Twojej rodziny i dla przyszłości Twojego dziecka. W pierwszych miesiącach macierzyństwa szczególnie ważne stają się równowaga, poczucie sprawczości i możliwość regeneracji. To one pozwalają odnaleźć się w nowej roli, budować relację z dzieckiem i stopniowo układać codzienne życie na nowo.

Coraz więcej kobiet świadomie mówi dziś o swoich potrzebach: o zmęczeniu, o potrzebie wsparcia, o chęci dzielenia odpowiedzialności. Podział urlopu rodzicielskiego z tatą dziecka jest jednym z narzędzi, które realnie wspierają dobrostan mamy — fizyczny, psychiczny i emocjonalny. Daje przestrzeń na odpoczynek, powrót do poczucia kontroli nad własnym życiem i możliwość funkcjonowania w więcej niż jednej roli.

Kiedy mama nie jest przeciążona i pozostaje w kontakcie ze sobą, łatwiej jej być uważną, cierpliwą i dostępną emocjonalnie. Dobrostan mamy bezpośrednio przekłada się na jakość relacji z dzieckiem, poczucie bezpieczeństwa w rodzinie i atmosferę codzienności. Spokojniejsza, bardziej zaopiekowana mama to stabilne i przewidywalne środowisko dla rozwoju dziecka.

Podział urlopu rodzicielskiego sprzyja także budowaniu bliskiej relacji dziecka z obojgiem rodziców. Obecność taty w codziennej opiece od pierwszych miesięcy życia wzmacnia więź, poszerza sieć wsparcia dziecka i zwiększa jego poczucie bezpieczeństwa na kolejnych etapach rozwoju.

Od kwietnia 2023 roku obowiązujące przepisy (dyrektywa work-life balance) wspierają ten model rodzicielstwa, przyznając każdemu z rodziców indywidualne prawo do urlopu rodzicielskiego, w tym 9 tygodni przeznaczonych wyłącznie dla taty dziecka. To rozwiązanie pozwala planować opiekę w sposób bardziej partnerski i lepiej dopasowany do potrzeb całej rodziny.

Ten informator powstał po to, aby pomóc Ci świadomie zaplanować podział urlopu rodzicielskiego, z uwzględnieniem Twojego dobrostanu, potrzeb dziecka i realiów codziennego życia.



DLACZEGO PODZIAŁ URLOPU RODZICIELSKIEGO OPŁACA SIĘ MAMIE

Podział urlopów rodzicielskich to ważny krok w stronę partnerstwa w związku i równowagi w życiu. Dążenie kobiet do równości na rynku pracy powinno iść w parze z ich dążeniem do równości w życiu prywatnym.

Dyrektywa work-life balance, która weszła w życie w Polsce w kwietniu 2023 roku, nadała ojcom indywidualne prawo do urlopu rodzicielskiego, w tym 9 dodatkowych tygodni nietransferowalnych dla ojca. Oznacza to, że tata nie może „oddać” tych 9 tygodni mamie, a jeśli ich nie wykorzysta, urlop ten przepada.

To ogromna szansa dla kobiet, ale jednocześnie ważny sprawdzian tego, czy mamy potrafią swoje deklaracje o dążeniu do partnerstwa w wychowywaniu dzieci wdrożyć w życie.

Nasze potrzeby w różnych sferach życia

Warto spojrzeć na podział urlopów rodzicielskich z długoterminowej perspektywy. Wtedy łatwiej dostrzec wielowymiarowe korzyści płynące z tego rozwiązania dla kobiet, które powinny uczciwie zdefiniować swoje potrzeby, oddzielając je od oczekiwań społecznych. Pomocne jest w tym uświadomienie sobie, że potrzeba rozwoju zawodowego nie stoi w sprzeczności z byciem dobrą mamą.

Autodeterminacja: relacje, kompetencje i autonomia

Koncepcja autodeterminacji (self-determination theory) Richarda Ryana i Edwarda Deciego (2000) mówi o tym, że człowiek, aby mógł się prawidłowo rozwijać i wykorzystywać swój potencjał, powinien mieć zaspokojone potrzeby w trzech obszarach: kompetencji, relacji i autonomii.

Przekładając tę teorię na praktykę, można powiedzieć, że do szczęścia i równowagi psychicznej potrzebujemy ciepłych więzi z innymi (przyjaciele, rodzina), aktywności zawodowej, poczucia sprawstwa oraz możliwości samostanowienia i wyboru.

Relacje i sprawstwo w codziennym życiu

Aby rozwijać satysfakcjonującą karierę zawodową, potrzebujemy dobrych relacji z ważnymi dla nas ludźmi jako bazy, do której możemy wracać po codziennych obowiązkach. Nasi bliscy tworzą przestrzeń do dzielenia się troskami oraz świętowania sukcesów.

Z kolei aktywność zawodowa zabezpiecza nasze potrzeby materialne oraz te związane z rozwojem kompetencji społecznych i profesjonalnych. W pracy możemy doświadczać sprawstwa oraz rozwijać swoje umiejętności i potencjał.

Jak zauważa dr Dorota Wiszejko-Wierzbicka, psycholog i psychoterapeutka z Uniwersytetu SWPS, podział urlopu rodzicielskiego można uznać za autonomiczny akt świadomego dążenia do zaspokojenia najważniejszych potrzeb psychicznych.

Kiedy potrzeby ulegają zachwianiu

Kiedy na świecie pojawia się dziecko, wszystkie trzy obszary naszych potrzeb — relacji, kompetencji i autonomii — ulegają zachwianiu. Mamy mniej czasu dla partnera, dla siebie i dla aktywności zawodowej, a granice naszej niezależności zaczyna wyznaczać płacz dziecka.

W takich warunkach łatwo o frustrację — chyba że możemy liczyć na realne wsparcie, które pozwala nam przypomnieć sobie, kim jesteśmy i co lubimy robić poza opieką nad dzieckiem.

Współdzielona odpowiedzialność zamiast przeciążenia

Zdaniem Fundacji Share the Care mamy, które decydują się podzielić urlopem rodzicielskim z tatą dziecka, zyskują prawdziwego partnera w codziennych sprawach, dzięki czemu nie mają poczucia, że „wszystko jest na ich głowie”.

Zaangażowanie ojców a podział obowiązków

Istotnym elementem korzyści płynących z większego zaangażowania ojców w opiekę nad dziećmi jest przejęcie przez nich części obowiązków domowych. Niemieckie badania wykazały, że mężczyźni, którzy korzystali z urlopów rodzicielskich, po powrocie do pracy w większym stopniu angażują się w opiekę nad dziećmi i życie domowe.

Nierówności, które się pogłębiają po narodzinach dziecka

Po narodzinach dziecka dysproporcje w podziale obowiązków domowych między kobietą a mężczyzną znacząco rosną. Dotyczy to również momentu, w którym mama wraca do pracy. Badania Polskiego Instytutu Ekonomicznego pokazują, że nawet w rodzinach z dziećmi w wieku od 1 do 9 lat, w których oboje rodzice pracują, w 68% to mama głównie zajmuje się domem i dziećmi.

Niedoceniona praca opiekuńcza

Z badania „Family Power” wynika, że aż 66% kobiet w Polsce nie czuje się docenianych za pracę opiekuńczo-domową. Kobiety częściej doświadczają oceniania i krytyki jako matki. W Polsce jednym z głównych obszarów tzw. woman shamingu jest macierzyństwo i wychowywanie dzieci — wskazało na niego 70% badanych kobiet (raport Clue PR, maj 2020).

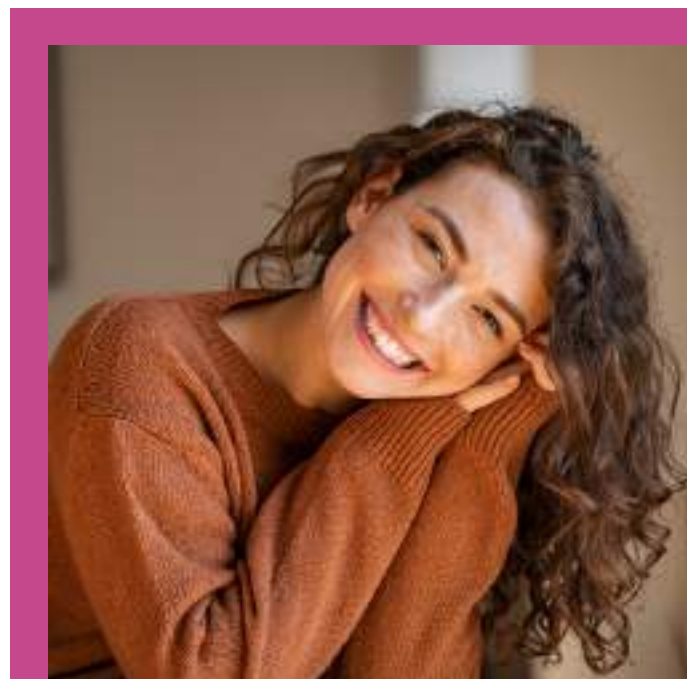
Stabilność związku a urlopy ojców

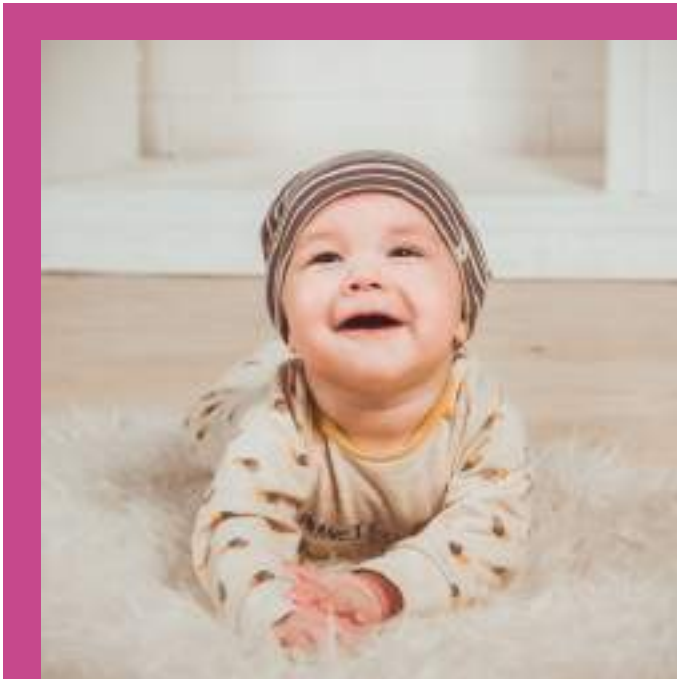
Badania z krajów skandynawskich pokazują, że korzystanie z urlopów rodzicielskich przez ojców podnosi jakość relacji partnerskich oraz zwiększa współpracę i solidarność między rodzicami. W parach, w których ojciec korzysta z urlopu rodzicielskiego, rzadziej dochodzi do rozwodu lub separacji.

Partnerstwo, które procentuje w dłuższej perspektywie

Mama, która decyduje się na podział urlopu rodzicielskiego z partnerem, zyskuje przestrzeń do realizowania się we wszystkich ważnych dla niej obszarach życia. Wczesny podział opieki sprzyja budowaniu trwałego partnerstwa i zapobiega utrwalaniu schematu nierównego obciążenia. Prawo do zaangażowania w satysfakcjonującą pracę zawodową

Możliwość wykorzystywania swojego potencjału poza domem jest dla kobiet równie ważna jak dla mężczyzn. Wpływa pozytywnie na poczucie własnej wartości, pewność siebie i asertywność. Jedynie 8% kobiet uważa, że praca zawodowa przynosi więcej strat niż korzyści, natomiast dla 60% jest źródłem satysfakcji i miejscem docenienia.





DOBRO DZIECKA JAKO DŁUGOFALOWY EFEKT PARTNERSTWA

Mama, która daje tacie przestrzeń do zbudowania bezpiecznej więzi z dzieckiem, inwestuje w kapitał dziecka na całe życie. Budowanie relacji dziecka z ojcem nie zagraża pozycji mamy ani nie osłabia jej więzi z dzieckiem. Przeciwnie — dziecko potrzebuje obojga rodziców, aby rozwijać się w poczuciu bezpieczeństwa, stabilności i emocjonalnej równowagi.

Obecność i zaangażowanie ojca nie zastępują mamy, lecz poszerzają krąg bliskich relacji, na których dziecko może się oprzeć na kolejnych etapach życia. To szczególnie ważne w świecie, w którym dzieci i młodzież coraz częściej mierzą się z przeciążeniem emocjonalnym i problemami zdrowia psychicznego.

Takie podejście leży u podstaw rozwiązań wdrażanych w krajach, które od lat uznawane są za liderów polityki rodzinnej. Islandia, która już w 2000 roku wprowadziła model dzielenia urlopów rodzicielskich między oboje rodziców, jako punkt wyjścia wskazywała dobro dziecka. Celem tych zmian było stworzenie dziecku przestrzeni do budowania bezpiecznej więzi z obojgiem rodziców oraz uznanie prawa dziecka do obecności zarówno matki, jak i ojca w pierwszym okresie życia.

Podział urlopu rodzicielskiego nie jest więc konkurencją o relację z dzieckiem. Jest decyzją, która wzmacnia rodzinę jako całość i daje dziecku dostęp do większego wsparcia emocjonalnego — dziś i w przyszłości.

Budowa więzi z ojcem

Większa obecność i zaangażowanie ojców w opiekę nad dzieckiem, szczególnie w pierwszych miesiącach życia, umożliwiają zbudowanie bezpiecznej więzi między dzieckiem a ojcem.

Taka relacja wspiera fundamenty zdrowia psychicznego dziecka, a jednocześnie pozwala ojcom rozwinąć umiejętności pielęgnacyjne i rodzicielskie. Codzienna opieka daje ojcu czas na poznanie dziecka, jego charakteru, nawyków i potrzeb, co sprawia, że na kolejnych etapach rozwoju jest on bardziej uważnym rodzicem i potrafi zapewnić dziecku większe bezpieczeństwo emocjonalne.

Im więcej czasu ojciec spędza z dzieckiem w pierwszych miesiącach życia, tym częściej i chętniej angażuje się w opiekę i zabawę z dzieckiem w kolejnych latach.

Wpływ zaangażowania ojców na rozwój dziecka

Większe zaangażowanie ojców w opiekę nad dzieckiem, zwłaszcza w pierwszych miesiącach życia, ma jednoznacznie pozytywny wpływ na:

- budowanie bezpiecznej więzi między dzieckiem a ojcem i lepszą komunikację w przyszłości,
- rozwój emocjonalny dziecka,
- rozwój kompetencji społecznych,
- rozwój poznawczy dziecka, w tym lepsze funkcjonowanie szkolne,
- budowanie poczucia własnej wartości dziecka.

Relacja z ojcem w okresie dorastania

Znaczenie relacji z ojcem zbudowanej w niemowlęctwie i wczesnym dzieciństwie jest szczególnie widoczne w okresie dorastania. Dzieci, których relacja z ojcem była bliska i oparta na zaufaniu, rzadziej doświadczają problemów społecznych, lepiej radzą sobie w relacjach z rówieśnikami oraz potrafią konstruktywnie radzić sobie z konfliktami i różnicą zdań.

Dobra relacja z ojcem poszerza także dostępne dziecku wsparcie emocjonalne, szczególnie w wieku nastoletnim.

Profilaktyka zaburzeń psychicznych i zachowań ryzykownych

Długoterminowo dobra relacja z ojcem stanowi czynnik chroniący przed rozwojem problemów ze zdrowiem psychicznym oraz przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Stabilne relacje, przewidywalna opieka i poczucie bezpieczeństwa sprzyjają lepszemu funkcjonowaniu emocjonalnemu dzieci i młodzieży.

Odciążenie matek i dobrostan dziecka

Większe zaangażowanie ojców w opiekę nad dzieckiem, szczególnie w pierwszych miesiącach życia, odciąża matki, na których często spoczywa główny ciężar opieki. Obecność i zaangażowanie ojca zapewniają matkom wsparcie emocjonalne, co sprzyja ich dobrostanowi. Spokojniejsza i mniej zmęczona mama ma większą możliwość zapewnienia dziecku troskliwej opieki i budowania bezpiecznej więzi.

Ochrona przed przemocą

Zaangażowanie ojców, stabilna więź oraz bardziej równomierny podział obowiązków opiekuńczych i domowych zmniejszają ryzyko występowania relacji przemocowych, w tym stosowania kar fizycznych wobec dzieci.

Dłuższa opieka rodzicielska w pierwszym okresie życia

Podział urlopu rodzicielskiego umożliwia wydłużenie okresu, w którym dziecko pozostaje pod bezpośrednią opieką rodzica w pierwszych miesiącach życia.

Stabilność rodziny i wzorce przywiązania

Większe zaangażowanie ojców w opiekę nad dzieckiem oraz bardziej równy podział obowiązków sprzyjają ograniczaniu konfliktów w rodzinie i tworzeniu bardziej stabilnego środowiska rozwoju dziecka. Harmonia w relacji rodziców oraz niższy poziom stresu sprzyjają kształtowaniu się u dziecka bezpiecznych wzorców przywiązania, które są podstawą budowania relacji w kolejnych latach życia.

Sytuacja dziecka w przypadku rozpadu związku rodziców

W przypadku rozpadu związku rodziców, więź dziecka z ojcem zbudowana we wczesnym okresie życia oraz wyższe kompetencje rodzicielskie ojców ułatwiają dziecku utrzymanie relacji z obojgiem rodziców, co sprzyja jego poczuciu bezpieczeństwa i stabilności.

Wzorce wynoszone z domu i ich znaczenie w dorosłym życiu dzieci

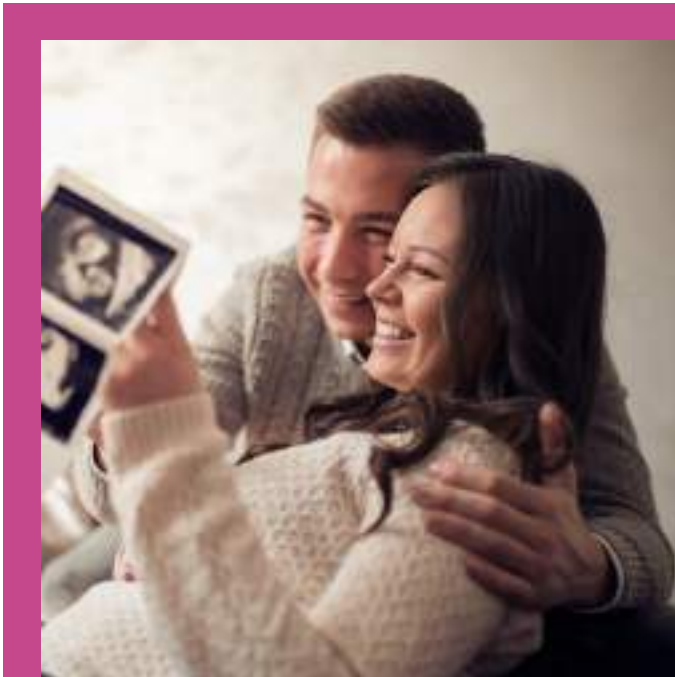
Decyzje podejmowane przez rodziców w pierwszych latach życia dziecka mają wpływ nie tylko na jego bieżący dobrostan, ale także na wzorce, które dziecko wynosi z domu i odtwarza w dorosłym życiu. Dzieci obserwują sposób, w jaki rodzice dzielą się odpowiedzialnością za opiekę, pracę zawodową i życie domowe, a następnie uznają te układy za punkt odniesienia dla własnych relacji.

Dzieci matek, które łączą macierzyństwo z aktywnością zawodową, w dorosłym życiu częściej funkcjonują w sposób bardziej równościowy. Córki takich matek częściej podejmują aktywność zawodową, osiągają wyższe dochody i częściej pełnią role decyzyjne.

Synowie z kolei częściej angażują się w opiekę nad dziećmi i obowiązki domowe oraz tworzą związki oparte na partnerskim podziale ról. Wzorce te nie wynikają z deklaracji, lecz z codziennych doświadczeń dziecka.

Obecność pracującej mamy oraz zaangażowanego ojca pokazuje dziecku, że opieka, odpowiedzialność i aktywność zawodowa nie są przypisane do płci, lecz do relacji i kompetencji. W dłuższej perspektywie sprzyja to budowaniu przez dzieci bardziej partnerskich relacji, zarówno w rodzinie, jak i w pracy.

Jeśli rodzice chcą tworzyć dla swoich dzieci świat równych szans, podział urlopu rodzicielskiego jest jednym z pierwszych i najbardziej czytelnych sygnałów, że w rodzinie liczą się współpraca, wzajemne wsparcie i równa odpowiedzialność.



URLOP RODZICIELSKI – NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE PRAWNE

Urlop rodzicielski przysługuje obojgu rodzicom łącznie. Zarówno mama, jak i tata posiadają indywidualne prawo do urlopu rodzicielskiego. Jest ono niezależne od statusu zatrudnienia drugiego rodzica.

Oznacza to, że nawet jeśli mama dziecka nie była zatrudniona w dniu porodu, tata dziecka ma prawo do urlopu rodzicielskiego w wymiarze 32 tygodni. Warunkiem jest, iż jest on zatrudniony na podstawie umowy o pracę lub nabył prawo do zasiłku w związku z wykonywaniem pracy w ramach umowy zlecenia lub prowadzonej działalności gospodarczej, przy jednoczesnym opłacaniu dobrowolnej składki chorobowej.

Ubezpieczenie chorobowe taty badane jest na moment rozpoczęcia urlopu, nie zaś na moment urodzenia się dziecka.

Wymiar urlopu rodzicielskiego

Łączna pula urlopu rodzicielskiego wynosi:

- 41 tygodni – w przypadku urodzenia jednego dziecka przy jednym porodzie,
- 43 tygodnie – w przypadku urodzenia dwojga i więcej dzieci przy jednym porodzie.

Urlop rodzicielski przysługuje rodzicom łącznie, jednak każdy z nich posiada indywidualne prawo do jego części.

Należy pamiętać, że jeden rodzic może wykorzystać nie więcej niż:

- 32 tygodnie – w przypadku urodzenia jednego dziecka przy jednym porodzie,
- 34 tygodnie – w przypadku urodzenia dwojga i więcej dzieci przy jednym porodzie.

9 tygodni nieprzenoszalnych – indywidualne prawo każdego z rodziców

Każdy z rodziców ma 9 tygodni urlopu rodzicielskiego przysługujących wyłącznie jemu.

Tych 9 tygodni:

- nie można przekazać drugiemu rodzicowi,
- nie można „oddać” ani przejąć,
- przepadają, jeśli dany rodzic ich nie wykorzysta.

Oznacza to, że:

- tata dziecka ma zawsze zarezerwowane 9 tygodni urlopu rodzicielskiego tylko dla siebie,
- mama nie może przejąć tej części urlopu,

Jeśli rodzice chcą wykorzystać pełne 41 tygodni urlopu rodzicielskiego, jest to możliwe tylko wtedy, gdy oboje rodzice skorzystają ze swoich indywidualnych praw.

Zasady korzystania z urlopu rodzicielskiego

Urlop rodzicielski można wykorzystać do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko ukończy 6 rok życia.

Można go wykorzystać jednorazowo lub w 5 częściach (liczba wniosków mamy i taty podlega sumowaniu).

Wysokość zasiłku podczas urlopu rodzicielskiego

Z tytułu urlopu rodzicielskiego przysługuje Ci zasiłek macierzyński w wysokości 70% podstawy wymiaru zasiłku.

Jeśli jednak w terminie 21 dni od dnia narodzin dziecka złożyłaś wniosek o uśrednienie zasiłku, wówczas będziesz otrzymywać zasiłek w wysokości 81,5% podstawy wymiaru zasiłku.

Warto zapamiętać, że przy podziale urlopu rodzicielskiego z tatą dziecka, jego pierwsze 9 tygodni zawsze będzie płatne na poziomie 70% podstawy wymiaru zasiłku (niezależnie nawet od Twojej decyzji o uśrednionym zasiłku).

Kiedy tata może skorzystać z urlopu rodzicielskiego

Tata dziecka może swój urlop rodzicielski wykorzystać:

- w trakcie kiedy Ty jesteś na urlopie macierzyńskim,
- w trakcie kiedy Ty jesteś na urlopie rodzicielskim,
- w trakcie kiedy Ty skończyłaś już urlop rodzicielski i wróciłaś do pracy,
- w dowolnym czasie po zakończeniu przez Ciebie urlopu – ale do końca roku kalendarzowego, kiedy Wasze dziecko kończy 6 rok życia.

Jak najlepiej wykorzystać 9 tygodni urlopu taty

Choć kuszące jest, aby tata wykorzystał swój urlop rodzicielski, kiedy i Ty przebywasz na urlopie w domu (macierzyńskim lub rodzicielskim), warto rozważyć inny scenariusz.

Jeśli tata dziecka skorzysta ze swojej części urlopu po tym, jak Ty skończysz swoją część i wrócisz do pracy, przyniesie Wam to wiele korzyści:

- przez dwa dodatkowe miesiące Wasze dziecko jest pod opieką rodzica, a nie żłobka, niani czy babci/dziadka,
- opieka z tatą w domu chroni dziecko przed infekcjami przez co Twój powrót do pracy nie rozpoczyna się od L4 na chore dziecko,
- oszczędzacie na finansowaniu opieki dla dziecka przez dwa miesiące,
- Twój powrót do pracy jest znacznie łagodniejszy i spokojniejszy dla Ciebie,
- Twoje dziecko jest pod najlepszą opieką, w związku z tym Ty możesz skupić się na pracy i adaptacji do aktywności zawodowej,
- adaptacja dziecka do żłobka będzie przeprowadzona przez tatę – często tatom znacznie sprawniej to idzie,
- ojcowie, którzy są na urlopie rodzicielskim, samodzielnie przyjmują rolę niezależnego opiekuna, a nie pomocnika mamy dziecka.

Formalności

Mama składa:

- wniosek o urlop rodzicielski lub część urlopu rodzicielskiego,
- oświadczenie w sprawie drugiego rodzica.

Termin:

- 21 dni przed rozpoczęciem swojej części urlopu.

Tata składa:

- wniosek o urlop rodzicielski lub część urlopu rodzicielskiego,
- oświadczenie w sprawie drugiego rodzica.

Termin:

- 21 dni przed rozpoczęciem swojej części urlopu.

Wniosek o uśredniony zasiłek nie jest równoznaczny z wnioskiem o urlop rodzicielski – są to dwa odrębne dokumenty.

Dodatkowy urlop rodzicielski – ustawa „Za życiem”

Jeśli dziecko posiada zaświadczenie wydane na podstawie ustawy „Za życiem”, obowiązują dodatkowe przepisy i odrębny tryb składania wniosku.

Podsumowanie – co warto zapamiętać

- Łączny urlop rodzicielski wynosi 41 tygodni.
- Jeden rodzic może wykorzystać maksymalnie 32 tygodnie.
- 9 tygodni jest zarezerwowane indywidualnie dla każdego z rodziców i nie podlega przekazaniu.
- Niewykorzystane 9 tygodni przepada.
- Urlop można planować elastycznie, ale warto to zrobić z wyprzedzeniem.

Droga Mamo!

Czas ciąży to idealny moment, aby porozmawiać z tatą dziecka o tym, jak wyobrażacie sobie życie w powiększonym składzie. Z doświadczenia wiemy, że wiele czasu poświęca się wyborowi modelu wózka, ubranek czy wyposażenia pokoju dziecięcego, a zdecydowanie za mało rozmowom o sprawach, które bezpośrednio wpłyną na jakość Waszego życia, gdy dziecko pojawi się na świecie.

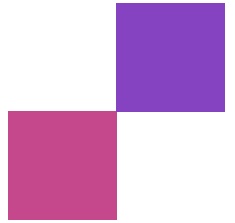
Tymczasem to właśnie decyzje dotyczące urlopów – kto, kiedy i na jak długo zostaje z dzieckiem – w największym stopniu wpływają na codzienne funkcjonowanie rodziny, obciążenie mamy, zaangażowanie taty i realny kształt partnerstwa po narodzinach dziecka.

Brak rozmowy o urlopie rodzicielskim nie jest neutralny. Najczęściej oznacza powielanie schematów „z rozpędu” – bez świadomej decyzji, bez sprawdzenia możliwości, jakie daje prawo, oraz bez realnego uwzględnienia potrzeb mamy i dziecka. Później takie decyzje trudno jest zmienić, bo zapadają już w warunkach zmęczenia, presji i silnych emocji.

Rozmowa o urlopie rodzicielskim to rozmowa o tym, kto i w jaki sposób będzie opiekował się dzieckiem, jak rozkłada się odpowiedzialność oraz jak ma wyglądać codzienne życie rodziny. Warto ją odbyć zanim dziecko przyjdzie na świat – wtedy, gdy jest jeszcze przestrzeń na wybór, a nie tylko na reagowanie.

Podział urlopu rodzicielskiego to pierwszy krok do partnerstwa w rodzicielstwie i codziennym życiu.





MAMO, PODZIEL SIĘ URLOPEM RODZICIELSKIM

To Ci się opłaca