



## Alimenty na dziecko

Zgodnie z treścią ustawy – Kodeks rodzinny i opiekuńczy, rodzice dziecka zobowiązani są do ponoszenia kosztów obejmujących jego utrzymanie i wychowanie. Przepisy dotyczące świadczeń alimentacyjnych znajdują zastosowanie w szczególności wówczas, gdy małżonkowie podejmują decyzję o rozwodzie, w wyniku którego rodzic, który na stałe nie zamieszkuje ze swoim dzieckiem zobowiązuje się do partycypowania w kosztach jego bieżącego utrzymania.

Wysokość alimentów uzależniona jest głównie od wysokości osiągniętych dochodów przez osobę zobowiązaną. W praktyce może okazać się, że jest ona osobą bezrobotną. Jeżeli pomimo tego pozostaje ona w zdrowiu i bez pracy z przyczyn od siebie zawinionych, wówczas okoliczność ta nie powinna zostać uwzględniona, ponieważ w każdej chwili rodzic ma możliwość podjęcia pracy zarobkowej pozwalającej na pokrycie zobowiązań alimentacyjnych wobec dziecka.

Należy pamiętać o tym, że uchylenie się od obowiązku alimentacyjnego może skutkować nie tylko egzekucją komorniczą, ale również odpowiedzialnością karną po jego stronie. W brzmieniu nadanym ustawą z dnia 23 marca 2017 r. o zmianie ustawy – Kodeks karny oraz ustawy o pomocy osobom uprawnionym do alimentów, która weszła w życie 31 maja 2017 r., art. 209 § 1 k.k. stanowi, że kto uchyla się od wykonania obowiązku alimentacyjnego określonego co do wysokości orzeczeniem sądowym, ugodą zawartą przed sądem albo innym organem albo inną umową, jeżeli łączna wysokość powstałych wskutek tego zaległości stanowi równowartość co najmniej 3 świadczeń okresowych albo jeżeli opóźnienie zaległego świadczenia innego niż okresowe wynosi co najmniej 3 miesiące, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

Podczas ustalania wysokości świadczenia alimentacyjnego powinno wziąć się pod uwagę fakt jak dużo czasu zobowiązany rodzic poświęca dziecku, jak często zabiera je w podróże, do lokali gastronomicznych. Wskazana okoliczność powinna wpływać na obniżenie wysokości alimentów.

Nie bez znaczenia pozostaje wysokość osiągniętych dochodów przez rodzica, który na stałe zamieszkuje z dzieckiem. Wskazane wyżej okoliczności sprawiają, że kwota świadczeń alimentacyjnych jest ruchoma, ponieważ jest uzależniona od wskazanych wyżej okoliczności. Podkreślenia wymaga fakt, że treść polskiego ustawodawstwa podkreśla istotność ustalania pomiędzy rodzicami dziecka wysokość świadczenia alimentacyjnego w sposób polubowny, pozasądowy tak aby w jak najmniejszym stopniu ucierpiało na tym dobro oraz interes dziecka.

## Wzór pozwu o alimenty

Olsztyn, dn. ....

**Do**

**Sądu Rejonowego**

**III Wydział Rodzinny i Nieletnich**

**w Olsztynie**

**Powódka:** małoletni/a.....  
PESEL:.....  
repr. przez matkę .....  
zam.....  
.....  
PESEL: .....

**Pozwany:** .....  
zam. ....  
.....

### **Pozew o alimenty**

Działając w imieniu małoletniego dziecka..... wnoszę o:

1. zasądzenie od pozwanego na rzecz małoletniego syna/córki stron alimentów w wysokości 600 zł miesięcznie, płatnych do rąk matki jako przedstawicielki ustawowej małoletniego do dnia 10 każdego miesiąca z góry wraz z ustawowymi odsetkami w razie opóźnienia w płatności którejkolwiek z rat, poczynając od daty wniesienia pozwu,

2. dopuszczenie dowodu z przesłuchania stron na okoliczność możliwości zarobkowych stron oraz kosztów utrzymania małoletniego,

6. dopuszczenie dowodu z przesłuchania świadków:

a) ..... - adres: .....

b) ..... - adres: .....

możliwości zarobkowych stron oraz kosztów utrzymania małoletniego,

3. dopuszczenie dowodu z załączonych dokumentów tj.:

- .....

- .....

na okoliczność możliwości zarobkowych stron a także kosztów utrzymania dziecka.

**Dodatkowo wnoszę o:**

4. zabezpieczenie roszczenia w przedmiocie alimentów do czasu prawomocnego zakończenia postępowania poprzez zasądzenie od pozwanego na rzecz małoletniego alimentów w wysokości po 600 zł miesięcznie, płatnych do rąk matki jako przedstawicielki ustawowej małoletniego do dnia 10 każdego miesiąca z góry wraz z ustawowymi odsetkami w razie zwłoki z płatnością którejkolwiek z rat, poczynając od daty wniesienia pozwu.

Na podstawie art. 187 § 1 pkt 3 k.p.c. oświadczam, że strony nie podjęły próby mediacji lub innego pozasądowego sposobu rozwiązania sporu. [należy wyjaśnić przyczyny ich niepodjęcia]

**Uzasadnienie**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

W zał.:

- odpis pozwu wraz z załącznikami,
- odpis skrócony aktu urodzenia dziecka.

## Wzór wniosku o egzekucję alimentów

Olsztyn, dn. ....

**Komornik Sądowy  
przy Sądzie Rejonowym  
w Olsztynie**

[oznaczenie Komornika – wskazanie jego  
imienia i nazwiska oraz adresu kancelarii]

**Wierzyciel:**           małoletni/a.....  
PESEL:.....  
repr. przez matkę .....  
zam.....  
.....  
PESEL: .....

**Dłużnik:**               .....  
zam. ....  
.....

### **Wniosek o egzekucję alimentów**

Działając w imieniu mojego małoletniego dziecka, załączając tytuł wykonawczy w postaci wyroku Sądu Rejonowego/Okręgowego w ....., ..... Wydział ..... z dnia....., zaopatrzonego w klauzulę wykonalności dnia ..... wnoszę o:

1. wszczęcie i przeprowadzenie postępowania egzekucyjnego przeciwko dłużnikowi celem wyegzekwowania od dłużnika na rzecz małoletniego wierzyciela **zaległych alimentów** w kwocie ..... złotych (słownie: .....) [wskazanie kwoty] wraz z odsetkami ustawowymi za opóźnienie liczonymi od dnia .....

2. egzekwowanie od dłużnika na rzecz małoletniego wierzyciela bieżących alimentów w wysokości wskazanej w treści tytułu wykonawczego;

3. przeprowadzenie egzekucji z następujących składników majątkowych dłużnika

.....  
.....;

**[np. nr rachunku bankowego, wynagrodzenie za pracę, ruchomości lub nieruchomości]**

4. w sytuacji, gdy wskazane w pkt. 3 składniki majątku dłużnika okażą się być niewystarczające do zaspokojenia wierzyciela zlecam Komornikowi poszukiwanie majątku dłużnika oraz przeprowadzenie egzekucji ze składników majątku dłużnika ustalonych w wyniku przeprowadzonego zlecenia;

5. przekazywanie wszystkich wyegzekwowanych od dłużnika kwot na rachunek bankowy przedstawiciela ustawowego małoletniego wierzyciela prowadzony w banku ..... **[nazwa banku]**, nr rachunku .....

**[numer].**

W zał.:

- tytuł wykonawczy.

## **Zasady ustalania kontaktów rodzica z dzieckiem**

Nie ulega wątpliwości, że dla prawidłowego rozwoju dziecka niezbędnym jest, aby pozostawało ono w stałym kontakcie zarówno z matką jak i z ojcem. Po rozstaniu jego rodziców skutkującym koniecznością wyprowadzki jednego z nich, niezbędnym jest ustalenie sposobu realizowanych kontaktów pomiędzy jednym z rodziców a dzieckiem.

Niezależnie od zakresu sprawowanej nad dzieckiem władzy rodzicielskiej, rodzice oraz ich dziecko mają prawo i obowiązek utrzymywania ze sobą kontaktów. Kontakty z dzieckiem obejmują w szczególności przebywanie z dzieckiem (odwiedziny, spotkania, zabieranie dziecka poza miejsce jego stałego pobytu) i bezpośrednie porozumiewanie się, utrzymywanie korespondencji, korzystanie z innych środków porozumiewania się na odległość, w tym ze środków komunikacji elektronicznej.

Jeżeli dziecko przebywa stale u jednego z rodziców, sposób utrzymywania kontaktów z dzieckiem przez drugiego z nich rodzice określają wspólnie, kierując się dobrem dziecka i biorąc pod uwagę jego rozsądne życzenia; w braku porozumienia rozstrzyga sąd opiekuńczy.

Jeżeli wymaga tego dobro dziecka, sąd opiekuńczy ograniczy utrzymywanie kontaktów rodziców z dzieckiem. Sąd opiekuńczy może w szczególności: zakazać spotykania się z dzieckiem, zabierania dziecka poza miejsce jego stałego pobytu, zezwolić na spotkanie się z dzieckiem tylko w obecności drugiego z rodziców albo opiekuna, kuratora sądowego lub innej osoby wskazanej przez sąd, ograniczyć kontakty do określonych sposobów porozumiewania się na odległość, zakazać porozumiewania się na odległość.

Jeżeli utrzymywanie kontaktów rodziców z dzieckiem poważnie zagraża dobru dziecka lub je narusza, sąd zakaże ich utrzymywania. Niniejsza sytuacja może znaleźć zastosowanie w przypadku uzasadnionego podejrzenia, że jeden z rodziców dziecka stosuje wobec niego molestowanie seksualne, które bezspornie negatywnie wpływa na jego psychikę oraz dalszy rozwój. Do wskazanych sytuacji należy jednak podchodzić z daleko idącą ostrożnością, ponieważ w praktyce nierzadko może dojść do sytuacji, w której podejrzenia ze strony jednego rodziców wobec drugiego w przedmiotowym zakresie są całkowicie bezpodstawne, mające na celu jedynie zemstę związaną z rozstaniem.

Sąd opiekuńczy może zmienić rozstrzygnięcie w sprawie kontaktów, jeżeli wymaga tego dobro dziecka. Należy pamiętać o tym, że działania rodzica celowo utrudniającego lub uniemożliwiającego kontakt drugiego z nich z dzieckiem może zakończyć się nałożeniem na niego kary pieniężnej.

## Wzór wniosku o ustalenie kontaktów z dzieckiem

Olsztyn, dn. ....

**Do**  
**Sądu Rejonowego**  
**II Wydział Rodzinny i Nieletnich**  
**w Olsztynie**

**Wnioskodawca:** .....  
zam. ....  
.....  
**PESEL:** .....

**Uczestniczka:** .....  
zam. ....  
.....

Opłata stała: 100 zł

### **Wniosek o ustalenie kontaktów z dzieckiem**

Działając w imieniu własnym wnoszę o:

1. ustalenie moich kontaktów z synem/ córką w następujący sposób:

a) w każdy drugi i czwarty weekend miesiąca od piątku od godziny 16:00 do niedzieli do godziny 19:00, z ustaleniem, iż będę odbierał i odprowadzał dziecko do jego miejsca zamieszkania,

b) w każdy wtorek i czwartek będę odbierał dziecko z przedszkola/szkoły i odprowadzał je do jego miejsca zamieszkania o godzinie 19:00,

c) w Święta Bożego Narodzenia w Wigilię od godziny 10:00 do godziny 18:00 , a w Wielkanoc w Poniedziałek Wielkanocny od godziny 10:00 do godziny 18:00 z ustaleniem, iż będę odbierał dziecko i odprowadzał je do jego miejsca zamieszkania,

2. dopuszczenie dowodu z przesłuchania stron na okoliczność moich predyspozycji wychowawczych oraz relacji i więzi łączących mnie z dzieckiem,

3. dopuszczenie dowodu z przesłuchania świadków:

a) ..... - adres: .....

b) ..... - adres: .....

na okoliczność moich predyspozycji wychowawczych oraz relacji i więzi łączących mnie z

dzieckiem,

4. zasądzenie od uczestniczki na rzecz mojej osoby kosztów postępowania według norm przepisanych.

**Dodatkowo wnoszę o:**

5. zabezpieczenie roszczenia na czas trwania postępowania poprzez ustalenie moich kontaktów z dzieckiem w następujący sposób:

- w każdy drugi i czwarty weekend miesiąca od piątku od godziny 16:00 do niedzieli do godziny 19:00, z ustaleniem, iż będę odbierał i odprowadzał dziecko do jego miejsca zamieszkania,

Na podstawie art. 187 § 1 pkt 3 k.p.c. oświadczam, że strony nie podjęły próby mediacji lub innego pozasądowego sposobu rozwiązania sporu. [należy wyjaśnić przyczyny ich niepodjęcia]

**Uzasadnienie**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

W zał.:

- odpis wniosku wraz z załącznikami,
- odpis skrócony aktu urodzenia dziecka,
- opłata sądowa w znakach – 100 zł.

**Fundacja „Inicjatywa Kobiet Aktywnych”**  
prowadzi w 2026 roku siedem punktów  
nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego  
poradnictwa obywatelskiego na terenie:  
Olsztyna, powiatu olsztyńskiego, powiatu  
szczycieńskiego, powiatu ciechanowskiego.

**Zadania publiczne są finansowane z budżetu  
państwa ze środków otrzymanych od powiatów**

