LAVORO

Fonte: INPS

INPS ha pubblicato guida per giovani che iniziano a lavorare

Pubblicato il 2026-03-21

L'INPS ha pubblicato una guida di 36 pagine per spiegare ai giovani i diritti e doveri nel mondo del lavoro. Il documento illustra contratti, contributi e tutele dal tirocinio al lavoro stabile.

L'INPS ha messo online una nuova guida chiamata 'Insieme per il tuo futuro' sul Portale giovani. Il documento di 36 pagine è pensato per chi passa dallo studio al lavoro. La guida spiega la differenza tra tirocinio e apprendistato. Il tirocinio (chiamato anche stage) è un periodo di formazione senza contratto di lavoro vero. L'apprendistato invece è un contratto normale con diritti, contributi ridotti e formazione inclusa. Il documento dedica spazio alle professioni digitali moderne. Content creator, influencer e rider trovano informazioni su come iscriversi alla Gestione Separata (cioè il fondo INPS per chi non ha un contratto fisso). Per chi guadagna meno di 5.000 euro all'anno con lavori saltuari non deve pagare contributi. La guida include le novità della legge di bilancio 2026. Spiega gli sconti sui contributi per aziende che assumono under 35 con contratto stabile. Descrive anche gli incentivi per chi offre lavoro a tempo indeterminato. Il documento illustra strumenti utili come il riscatto della laurea agevolato (pagare contributi per gli anni di università). Spiega la NASpI, cioè l'assegno di disoccupazione per chi perde il lavoro. Descrive il TFR (la liquidazione che si accumula lavorando) e i rischi del lavoro in nero. Include informazioni pratiche sull'estratto conto contributivo e su come sommare i contributi pagati anche all'estero. La guida è disponibile in formato PDF da 673KB sul sito INPS.

COME TI RIGUARDA

Se hai meno di 35 anni e stai per iniziare a lavorare, questa guida ti aiuta a capire i tuoi diritti. Se sei uno studente universitario che fa stage, ora sai che non accumuli contributi pensione ma acquisisci esperienza. Se invece fai l'apprendista, paghi contributi ridotti ma hai un contratto vero con tutele. Se lavori come content creator o rider e guadagni più di 5.000 euro all'anno, devi iscriverti alla Gestione Separata INPS e pagare circa il 25% di contributi sui tuoi guadagni. Puoi scaricare gratuitamente la guida dal sito INPS per avere tutte le informazioni dettagliate sulla tua situazione specifica.

DATI DELL'ATTO

Data:	20/03/2026

Fonte ufficiale: https://www.inps.it/it/it/inps-comunica/notizie/dettaglio-news-page.news.2026.03.insieme-per-il-tuo-futuro.html