



2026/2027

Lekcje z **ZUS**

**MATERIAŁY
DLA UCZNIA**

Lekcje z

**MATERIAŁY
DLA UCZNIA**

2026/2027

OPRACOWANIE MERYTORYCZNE: ZUS

OPRACOWANIE METODYCZNE: Małgorzata Meissner, Marta Koch-Kozioł

PROJEKT GRAFICZNY: Marzena Kasietczuk, Gabinet Prezesa ZUS

SKŁAD: Poligrafia ZUS w Warszawie. Zam. nr 1868/26

Rysunki do lekcji 1, okładka: Krzysztof Kałucki

Rysunki do lekcji 2 i 4, komiksy: Katarzyna Rożek

Rysunki do lekcji 3: Beata Smugaj

OPRACOWANIE REDAKCYJNE: Gabinet Prezesa ZUS

© Copyright by Zakład Ubezpieczeń Społecznych

Warszawa 2026

Wydanie XIII

ISBN 978-83-68286-23-6

WYDAWCA:

Zakład Ubezpieczeń Społecznych

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warszawa

www.zus.pl/edukacja

Drodzy Uczniowie,

oddajemy w Wasze ręce nowe materiały edukacyjne przygotowane w ramach projektu „Lekcje z ZUS”. Zakład Ubezpieczeń Społecznych realizuje ten projekt pod patronatem Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej oraz Ministerstwa Edukacji Narodowej.



System ubezpieczeń społecznych to ważny element funkcjonowania nowoczesnego państwa. Obejmuje rozwiązania, które gwarantują bezpieczeństwo socjalne obywateli, bez czego trudno o rozwój w wymiarze indywidualnym i społecznym. Dotyczy on każdego z nas – zarówno w momencie podejmowania pierwszej pracy lub zakładania biznesu, jak i w sytuacjach wymagających wsparcia, takich jak choroba, rodzicielstwo czy osiągnięcie wieku emerytalnego. Wiedza na temat zasad działania ubezpieczeń społecznych pozwala świadomie planować swoją przyszłość zawodową i finansową.

Materiały na rok szkolny 2026/2027 są przystępne i praktyczne. Znajdziecie w nich konkretne przykłady, aktualne informacje oraz zadania, które pomogą Wam zrozumieć, czym są składki, jakie prawa i obowiązki ma osoba pracująca oraz w jaki sposób buduje się bezpieczeństwo socjalne.

Mam nadzieję, że udział w projekcie pozwoli Wam lepiej zrozumieć mechanizmy funkcjonowania państwa oraz wzmocni Wasze kompetencje obywatelskie i ekonomiczne. To Wasza inwestycja w świadome i odpowiedzialne dorosłe życie.

Agnieszka Dziemianowicz-Bąk

Agnieszka Dziemianowicz-Bąk
Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

Spis treści

Lekcja 1 – Świadomy zawsze ubezpieczony 7

Cel ubezpieczeń społecznych	8
Historia ubezpieczeń	9
Najważniejsze zadania ZUS	11
ZUS ≠ FUS	12
Ćwiczenie – mapa myśli	15
Krzyżówka	16
Komiks	17

Lekcja 2 – Co Ci się należy, kiedy płacisz składki. . . .19

System ubezpieczeń społecznych	20
Praca zarobkowa a ubezpieczenia	21
Świadczenia z ubezpieczenia chorobowego	22
Świadczenia z ubezpieczenia wypadkowego	30
Ćwiczenie – mapa myśli	32
Ćwiczenie – test	33
Komiks	34

Lekcja 3 – Renty i emerytury. 37

Świadczenia z ubezpieczeń rentowych	38
Świadczenia z ubezpieczenia emerytalnego	43
Emerytura – Twoja przyszłość w Twoich rękach	44
Ćwiczenie – mapa myśli	51
Ćwiczenie – mapa myśli 2	52
Ćwiczenie – prawda, fałsz	53
Komiks	54

Lekcja 4 – ABC przedsiębiorcy. 55

Rejestracja firmy	56
Zgłoszenie do ubezpieczeń	57
Ulgi w płaceniu składek	58
Rozliczenia z ZUS	65
Ćwiczenie – mapa myśli	68
Ćwiczenie	69
Komiks	71



Lekcja 1

Świadomy zawsze ubezpieczony

- 📌 Cel ubezpieczeń społecznych
- 📌 Historia ubezpieczeń
- 📌 Zadania ZUS
- 📌 ZUS ≠ FUS

Cel ubezpieczeń społecznych

Ubezpieczenia społeczne zapewnią Ci pieniądze na pokrycie podstawowych potrzeb, gdy nie będziesz mógł pracować, np. z powodu choroby, macierzyństwa czy wypadku przy pracy, lub gdy będziesz w wieku emerytalnym.

ZUS wypłaca świadczenia przez określony czas (np. zasiłek chorobowy, macierzyński) albo do końca życia (np. emeryturę).



Powszechne ubezpieczenia społeczne

Społeczeństwo to wspólnota wszystkich obywateli. Są oni narażeni na przewidywalne zagrożenia czy dolegliwości (ryzyka), np. chorobę, wypadek czy starość. Skoro wszyscy tworzymy pewną wspólnotę, to naturalnym zachowaniem jest, że podejmujemy wspólne działania, aby przeciwdziałać spełnieniu się ryzyka lub łagodzić jego skutki. Dlatego płacimy składki na ubezpieczenia społeczne. W zamian za to zapewniamy sobie prawo do świadczeń, gdy nie będziemy mogli pracować, np. z powodu choroby, macierzyństwa, wypadku przy pracy czy podeszłego wieku.

Ważne!

Ubezpieczenia społeczne są powszechne, bo większość pracujących osób płaci składki. Płaci je, choć nie wie, czy i kiedy skorzysta ze zgromadzonego w ten sposób kapitału. Dzięki temu, że ubezpieczenia społeczne są powszechne, składki są niższe. Osoby ubezpieczone mają gwarancję wypłaty świadczeń, np. w razie choroby, wypadku.

Historia ubezpieczeń

Pomysł na obowiązkowe ubezpieczenia społeczne powstał w Niemczech pod koniec XIX wieku. Wprowadził je kanclerz II Rzeszy Otto von Bismarck. Wiele państw, w tym Polska, uznało niemieckie rozwiązania za warte naśladowania.

Polska po odzyskaniu niepodległości rozpoczęła prace nad własnym systemem ubezpieczeń społecznych. Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) powołał prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Ignacy Mościcki rozporządzeniem z 24 października 1934 r.



ZUS - czym jest i co robi

ZUS działa na podstawie ustawy z 13 października 1998 r. Poszczególne człony nazwy Zakład Ubezpieczeń Społecznych oznaczają:



ZAKŁAD – czyli instytucja państwowa, która działa na podstawie prawa i której decyzje oceniają sądy.

UBEZPIECZEŃ – czyli pełni funkcje ubezpieczeniowe, tzn. pokrywa potrzeby finansowe (na zasadach określonych przepisami), aby chronić osoby ubezpieczone od skutków różnych sytuacji życiowych.

SPOŁECZNYCH – czyli świadczy usługi powszechnie, tym osobom, które są objęte ubezpieczeniami społecznymi.

Czy wiesz, że...

ZUS nie tworzy prawa. To parlament określa:

- wysokość składek na ubezpieczenia,
- zasady przyznawania i obliczania świadczeń.

ZUS nie ma wpływu na wysokość składek na ubezpieczenia społeczne, ale musi je zbierać i zapisywać na kontach. Nie decyduje też, jaka jest wysokość świadczeń, ale musi je prawidłowo obliczyć i wypłacić.

Uczestnicy powszechnego systemu ubezpieczeń społecznych

Uczestnikami systemu ubezpieczeń społecznych są:

ubezpieczeni

m.in. pracownicy, zleceniobiorcy
(ponad 16 mln),



świadczeniobiorcy

m.in. emeryci, renciści, osoby,
które pobierają zasiłki
(około 10 mln emerytów i rencistów),

płatnicy składek

m.in. pracodawcy, zleceniodawcy,
osoby, które prowadzą działalność
gospodarczą (około 3 mln).



Najważniejsze zadania ZUS

ZUS wykonuje różne zadania dla poszczególnych uczestników systemu ubezpieczeń społecznych. Przede wszystkim:

wobec ubezpieczonych:

- prowadzi indywidualne konta ubezpieczonych;
- pobiera od płatników składki na ubezpieczenia społeczne i zapisuje informacje o nich na indywidualnych kontach ubezpieczonych;
- wydaje decyzje dotyczące podlegania ubezpieczeniom społecznym i prawa do świadczeń;
- pobiera od płatników składki na ubezpieczenie zdrowotne i przekazuje je do Narodowego Funduszu Zdrowia.

wobec

świadczeniobiorców:

- przyznaje i wypłaca tzw. świadczenia długoterminowe, m.in. emerytury, renty;
- przyznaje i wypłaca tzw. świadczenia krótkoterminowe, m.in. zasiłki chorobowe, macierzyńskie, opiekuńcze;
- kieruje na rehabilitację leczniczą.

wobec płatników

składek:

- prowadzi konta płatników składek i rozliczenia z płatnikami;
- na wniosek dłużnika może odroczyć termin płatności składek, rozłożyć dług na raty;
- dofinansowuje projekty, które poprawiają bezpieczeństwo i warunki pracy na stanowiskach pracy.

Od składki po świadczenie

Istotą ubezpieczeń jest to, że ze świadczeń korzysta ten, za kogo są opłacane składki na ubezpieczenia społeczne i kto spełnił określone warunki.

Składki są więc po to, by otrzymać świadczenie w sytuacji, którą obejmuje ubezpieczenie. Nawet jeśli ktoś jest zatrudniony, ale jego pracodawca nie zgłosi tego do ZUS i nie opłaci składek, to ta osoba i tak może zwrócić się do ZUS, ponieważ ubezpieczeniom podlega się z mocy samej ustawy (zaniechanie innej osoby nie może pozbawiać ubezpieczonego jego praw). Ubezpieczenia społeczne chronią tych, którzy utrzymują się z własnej pracy.

Świadczenia, które wypłaca ZUS, można podzielić na cztery grupy:

emerytalne

rentowe

chorobowe

wypadkowe

Dlatego są cztery składki na ubezpieczenia społeczne:

emerytalna

rentowa

chorobowa

wypadkowa

ZUS pobiera też składki na ubezpieczenie zdrowotne, ale ich nie gromadzi, tylko przekazuje je od razu do Narodowego Funduszu Zdrowia wraz z informacją, kogo dotyczą. Obecnie z usług ZUS korzysta ponad 26 mln klientów. Prawie każdy obywatel zetknie się z tą instytucją w ciągu swojego życia.

ZUS ≠ FUS

Składki na ubezpieczenia społeczne wpływają do specjalnego funduszu – **Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (FUS)**. Ze środków FUS finansowane są świadczenia, m.in. emerytury, renty i zasiłki. Świadczenia te wypłaca ZUS albo wypłacają je płatnicy składek. Funduszem Ubezpieczeń Społecznych zarządza Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

ZUS dysponuje środkami Funduszu Ubezpieczeń Społecznych, m.in. wypłaca świadczenia – emerytury, renty, zasiłki. Nie prowadzi jednak własnej polityki finansowej i nie może samodzielnie ustalać np. stóp procentowych składek ani zasad obliczania świadczeń (decyduje o tym parlament w ustawach).



Wydatki FUS

Planowane wydatki FUS w 2026 roku to **500,7** mld zł.
Planowane w tym roku wydatki budżetu państwa to **918,9** mld zł.
FUS wydaje więc około 54,4% tego, co wydaje budżet państwa.

Ryzyko (nie)ubezpieczeniowe

Cechą ubezpieczeń społecznych, podobnie jak wszystkich innych rodzajów ubezpieczeń, jest przewidywalność zdarzeń. Każdy dorosły, zdroworozsądkowo myślący człowiek jest w stanie przewidzieć pewne rodzaje zagrożeń bądź sytuacji, które mogą go w życiu spotkać. Mogą to być np. choroba lub wypadek, które powodują niezdolność do pracy, a także starość lub macierzyństwo. Eksperci nazywają każde z takich przewidywalnych zdarzeń ryzykiem ubezpieczeniowym i są w stanie określić prawdopodobieństwo jego wystąpienia.



Dzięki osiągnięciom cywilizacyjnym możemy zmniejszyć to prawdopodobieństwo, jednak nigdy nie będziemy mieć całkowitej pewności, że w naszym życiu nie wydarzy się nic złego. Świadomość, że tak jest, pozwala nam zawczasu spróbować złagodzić skutki ewentualnego nieszczęścia, np. przez zapewnienie sobie pieniędzy na okres niezdolności do pracy. W podobny sposób możemy zabezpieczyć się na starość – gdy już nie będziemy mogli pracować. To właśnie jest ubezpieczenie.

Aby zminimalizować ryzyko ubezpieczeniowe, w szczególności ryzyko niezdolności do pracy i ryzyko wypadku przy pracy lub choroby zawodowej, ZUS prowadzi prewencję rentową i wypadkową. Działania prewencyjne mają nam pomóc uniknąć trwałej utraty zdolności do pracy i utrzymać zdolność do pracy przez cały okres aktywności zawodowej.



Gdy ubezpieczysz się na wypadek danego ryzyka ubezpieczeniowego (np. niezdolności do pracy), zagwarantujesz sobie prawo do wypłaty odpowiedniego świadczenia (np. zasiłku chorobowego, renty), jeśli to ryzyko się spełni. Jeżeli przestaniesz spełniać wszystkie warunki (np. z powodu przerwy w opłacaniu składek), nie otrzymasz świadczenia.



Pomoc społeczna to nie to samo co ubezpieczenia społeczne

Trzeba rozróżnić pojęcia pomocy społecznej i ubezpieczeń społecznych. Pomoc społeczna – jako element polityki społecznej – ma wspierać obywateli, by mogli przezwyciężyć trudności życiowe, których nie są w stanie pokonać samodzielnie. Te szczególne sytuacje życiowe to przede wszystkim okoliczności wymienione w ustawie o pomocy społecznej: ubóstwo, sieroctwo, bezdomność, bezrobocie, niepełnosprawność, długotrwała lub ciężka choroba, przemoc w rodzinie, alkoholizm, narkomania, zdarzenia losowe i klęski żywiołowe.

Należy zapobiegać sytuacjom, które zmuszają obywateli do korzystania z pomocy społecznej. Pomoc społeczna powinna w miarę możliwości doprowadzić do życiowego usamodzielnienia się osób, którym jest udzielana, oraz do ich integracji ze środowiskiem. Ma ona również zapobiegać marginalizacji obywateli, którzy są w trudnej sytuacji życiowej.

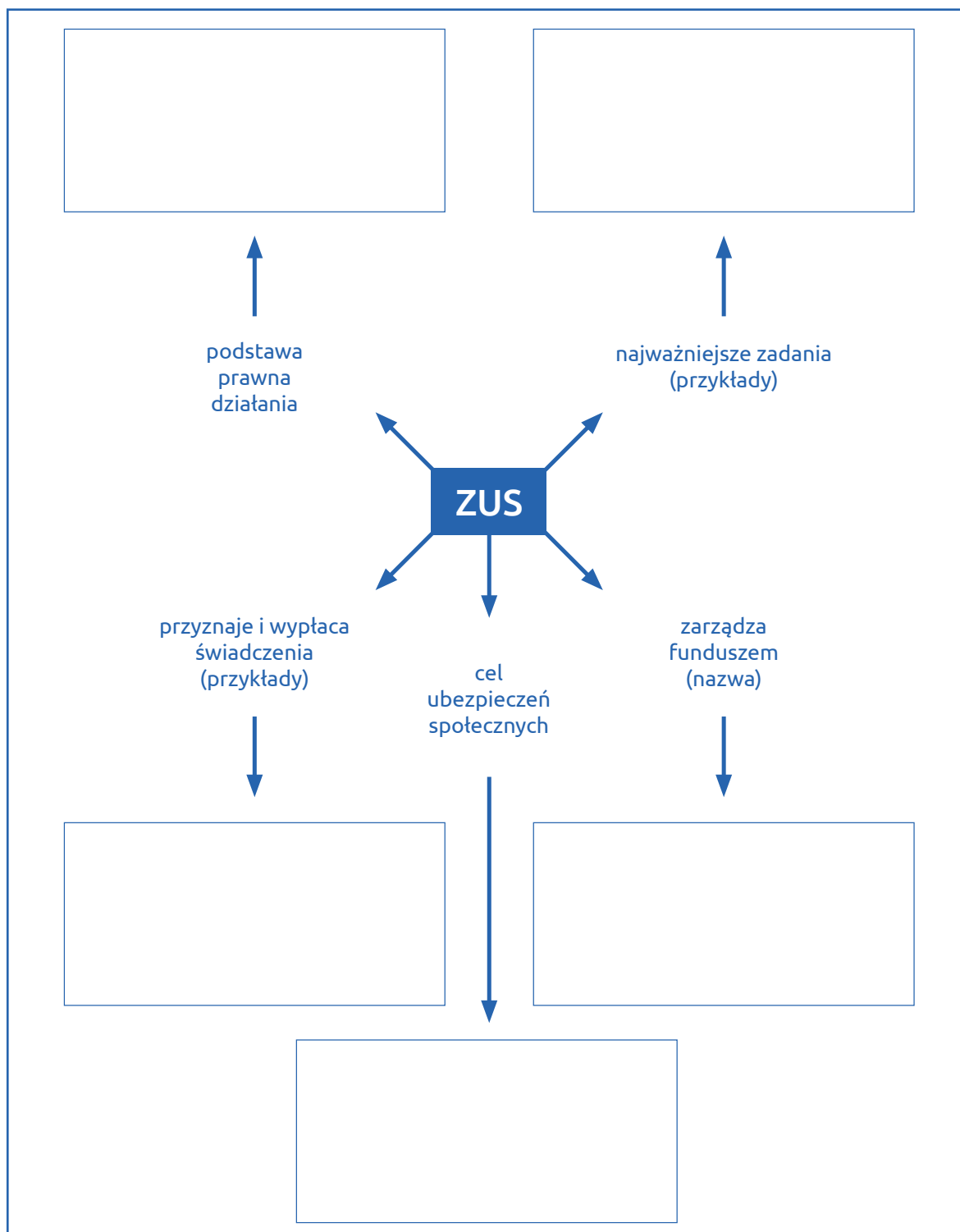
Natomiast ubezpieczenia społeczne gwarantują prawo do świadczeń w zamian za opłacanie składek. Może z nich skorzystać osoba ubezpieczona, która np. zachoruje, urodzi dziecko lub ulegnie wypadkowi przy pracy.

Do ubezpieczenia społecznego podobne jest zaopatrzenie społeczne. Wsparcie to tym różni się od ubezpieczenia, że osoby nim objęte nie muszą płacić żadnych składek. Świadczeniami z zaopatrzenia społecznego są np. emerytury policyjne czy świadczenie wychowawcze 800+.



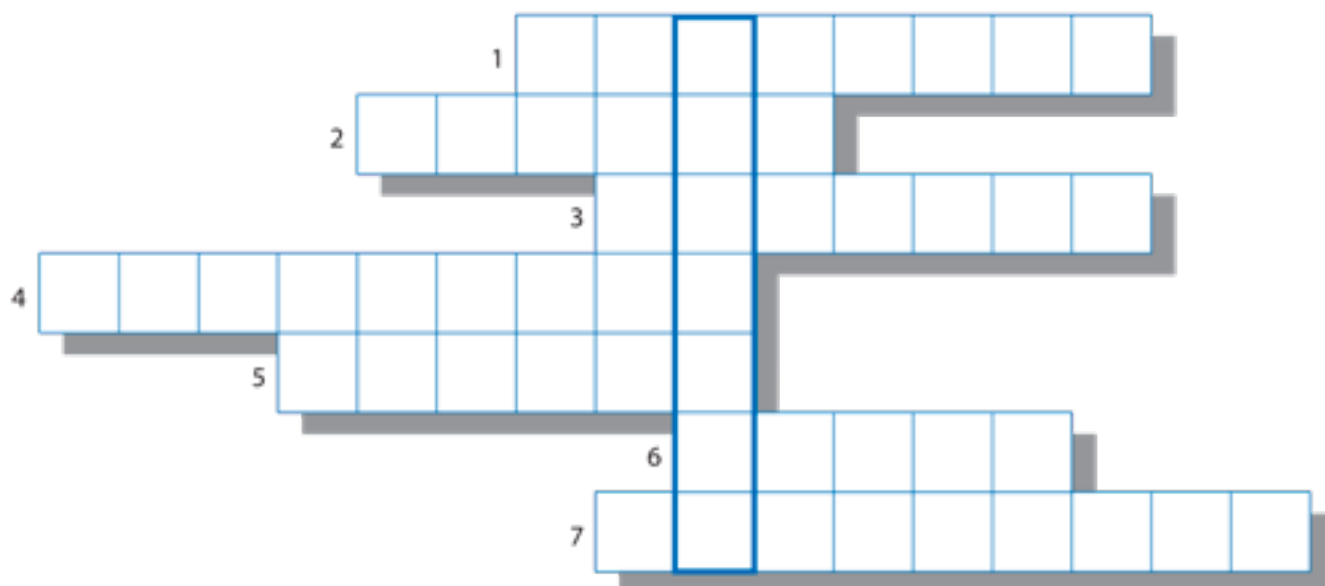
Ćwiczenie - mapa myśli

Na podstawie wiadomości z lekcji wypisz informacje o ZUS. Skorzystaj z poniższej mapy myśli jako wzoru albo zrób to na dużym arkuszu papieru.





Krzyżówka



1. Wprowadził ubezpieczenia społeczne w II Rzeszy.
2. Tak eksperci nazywają chroniony świadczeniem skutek zdarzenia losowego.
3. Tę funkcję pełni w ubezpieczeniu społecznym np. pracodawca czy zleceniodawca.
4. Świadczenie, które przyznaje i wypłaca ZUS, jeśli osiągniesz określony wiek.
5. ...Ubezpieczeń Społecznych.
6. ZUS prowadzi je dla każdego ubezpieczonego i płatnika składek.
7. Instytucja, która uchwała zasady funkcjonowania systemu ubezpieczeń.



Komiks



Handwriting practice lines consisting of 30 horizontal dotted lines.



Lekcja 2

Co Ci się należy, kiedy płacisz składki

- ☐ System ubezpieczeń społecznych
- ☐ Praca zarobkowa a ubezpieczenia
- ☐ Świadczenia z ubezpieczenia chorobowego
- ☐ Świadczenia z ubezpieczenia wypadkowego

System ubezpieczeń społecznych

Poszczególne rodzaje ubezpieczeń społecznych stanowią wsparcie dla osób w różnych sytuacjach życiowych:

starość	→ ubezpieczenie emerytalne
niezdolność do pracy	→ ubezpieczenia rentowe
wypadek przy pracy	→ ubezpieczenie wypadkowe
macierzyństwo i choroba	→ ubezpieczenie chorobowe

Ze świadczeń z ubezpieczeń społecznych korzystamy przez całe życie

Najważniejsze świadczenia, z których możesz skorzystać w ciągu życia, to:

- zasiłek macierzyński,
- zasiłek opiekuńczy,
- zasiłek chorobowy,
- świadczenie rehabilitacyjne,
- rehabilitacja lecznicza,
- renta z tytułu niezdolności do pracy.



Praca zarobkowa a ubezpieczenia

W zależności o tego, na jakich zasadach wykonujesz pracę, ubezpieczenia są dla Ciebie obowiązkowe lub dobrowolne albo Cię nie obejmują. Przedstawia to tabela.

Ubezpieczenie	Umowa o dzieło	Umowa zlecenia z uczniami i studentami (do skończenia przez nich 26 lat)	Umowa zlecenia	Umowa o pracę	Działalność gospodarcza
Emerytalne					
Rentowe					
Chorobowe					
Wypadkowe					
Zdrowotne					

 Ubezpieczenie obowiązkowe
  Ubezpieczenie dobrowolne
  Brak ubezpieczenia

Te zasady ubezpieczeń obowiązują, gdy umowa lub prowadzenie działalności jest jedynym źródłem zarobków.

Stopy procentowe składek i zasady ich finansowania

Składki na poszczególne ubezpieczenia stanowią procent wynagrodzenia. Są one finansowane ze środków pracodawcy lub pracownika. Tabela przedstawia stopy procentowe składek na poszczególne ubezpieczenia i zasady ich finansowania.

Ubezpieczenie	Stopa procentowa składki	Zasady finansowania składek od umowy o pracę i umowy zlecenia		Zasady finansowania składek przez osobę, która prowadzi działalność gospodarczą
		ze środków pracodawcy, zleceniodawcy	ze środków pracownika, zleceniobiorcy	
Emerytalne	19,52%	9,76%	9,76%	wszystkie składki w całości z własnych środków
Rentowe	8%	6,5%	1,5%	
Chorobowe	2,45%	–	w całości	
Wypadkowe	jest zróżnicowana	w całości	–	
Zdrowotne	9% albo 4,9% dla przedsiębiorców opodatkowanych wyłącznie podatkiem liniowym	–	w całości	

Świadczenia z ubezpieczenia chorobowego

Z ubezpieczenia chorobowego możesz otrzymać następujące świadczenia:

zasilek chorobowy



zasilek macierzyński

zasilek opiekuńczy

świadczenie rehabilitacyjne



Zasiłek chorobowy

Zasiłek chorobowy otrzymasz zamiast pensji, gdy będziesz chorować i korzystać ze zwolnienia lekarskiego. Możesz otrzymać ten zasiłek, jeśli spełniasz następujące warunki:

- jesteś niezdolny do pracy z powodu choroby i korzystasz ze zwolnienia lekarskiego od pracy;
- masz wymagany okres ubezpieczenia chorobowego;
- w dniu powstania prawa do świadczenia nie zalegasz z opłacaniem składek lub Twoje zadłużenie nie przekracza 1% minimalnego wynagradzania za pracę (jeśli prowadzisz pozarolniczą działalność gospodarczą, współpracujesz z osobą, która ją prowadzi, jesteś osobą duchowną lub marynarzem).

Maksymalny okres wypłaty zasiłku chorobowego wynosi:

- 182 dni;
- 270 dni – jeśli Twoja niezdolność do pracy wystąpi w czasie ciąży albo będzie spowodowana gruźlicą;
- 91 dni – jeżeli Twoja niezdolność do pracy wystąpi lub trwa po ustaniu tytułu ubezpieczenia chorobowego i przysługuje nie dłużej niż do wyczerpania 182 dni okresu zasiłkowego.

Nie dotyczy to:

- niezdolności do pracy z powodu poddania się niezbędnym badaniom lekarskim przewidzianym dla kandydatów na dawców komórek, tkanek i narządów oraz zabiegowi ich pobrania;
- niezdolności do pracy spowodowanej gruźlicą;
- niezdolności do pracy w czasie ciąży.



Zasiłek chorobowy wynosi:

- 80% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego);
- 100% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego), jeśli Twoja niezdolność do pracy będzie spowodowana m.in. wypadkiem w drodze do pracy lub z pracy albo wystąpi w czasie ciąży.

Jeśli pracodawca zatrudnia (więc zgłasza do ubezpieczenia chorobowego) powyżej 20 osób, to wypłaca im zasiłki, a następnie rozlicza się z ZUS. W pozostałych przypadkach zasiłki wypłaca ZUS.

Okres wyczekiwania na zasiłek chorobowy

Wymagany okres ubezpieczenia chorobowego to tzw. okres wyczekiwania na zasiłek. Zależy on od rodzaju ubezpieczenia chorobowego.

Jeśli ubezpieczenie chorobowe jest obowiązkowe (np. z umowy o pracę), to możesz otrzymać zasiłek chorobowy po 30 dniach nieprzerwanego ubezpieczenia. Jeśli natomiast ubezpieczenie chorobowe jest dobrowolne (np. z prowadzonej działalności gospodarczej), to prawo do zasiłku chorobowego przysługuje Ci po 90 dniach nieprzerwanego ubezpieczenia.

Do okresu wyczekiwania na zasiłek wlicza się poprzednie okresy ubezpieczenia chorobowego, zarówno obowiązkowego, jak i dobrowolnego, jeżeli przerwa między nimi nie przekroczyła 30 dni lub była spowodowana:

- urlopem wychowawczym,
- urlopem bezpłatnym,
- odbywaniem czynnej służby wojskowej przez żołnierza niezawodowego.

Do okresu wyczekiwania zalicza się także okres, w którym byłeś objęty ubezpieczeniem społecznym rolników.

przykład 1

Tomasz zawarł umowę zlecenia obowiązującą od 1 lutego, a 17 lutego tego samego roku zachorował i lekarz wystawił mu zwolnienie lekarskie. Tomasz jest objęty ubezpieczeniem chorobowym od pierwszego dnia umowy (od 1 lutego). Przed zawarciem umowy zlecenia Tomasz wykonywał umowę o pracę przez pół roku – do 15 stycznia. W związku z tym, że łączny okres ubezpieczenia chorobowego Tomasza z umowy o pracę i umowy zlecenia wynosi ponad 90 dni i przerwa między tymi okresami nie przekroczyła 30 dni, Tomasz ma prawo do zasiłku chorobowego od pierwszego dnia niezdolności do pracy.

Zasada i wyjątek

Od zasady, że trzeba mieć określony okres ubezpieczenia, aby otrzymać zasiłek chorobowy, jest wyjątek. Przepisy przewidują, że można otrzymać zasiłek chorobowy bez okresu wyczekiwania. Na taki zasiłek możesz liczyć, jeśli m.in.:

- jesteś absolwentem szkoły lub uczelni albo osobą, która zakończyła kształcenie w szkole doktorskiej, i zostałeś objęty ubezpieczeniem chorobowym (np. jako pracownik) albo przystąpiłeś do tego ubezpieczenia (np. jako osoba prowadząca działalność gospodarczą) w ciągu 90 dni od dnia, w którym ukończyłeś szkołę
- lub uzyskałeś dyplom ukończenia studiów wyższych (na kierunkach lekarskich, lekarsko-dentystycznych i weterynarii – od dnia, w którym złożyłeś ostatni wymagany planem studiów egzamin, a na farmacji – od dnia, w którym zaliczyłeś ostatnią przewidzianą w planie studiów praktykę albo zakończyłeś kształcenie w szkole doktorskiej);
- Twoja niezdolność do pracy wynika z wypadku w drodze do pracy lub z pracy;
- jesteś ubezpieczony obowiązkowo i wcześniej miałeś przez co najmniej 10 lat obowiązkowe ubezpieczenie chorobowe.

przykład 2

Karol ukończył szkołę w czerwcu. Po wakacjach – od 1 września – rozpoczął pracę na podstawie umowy zlecenia. Zleceniodawca zgłosił Karola do ubezpieczeń społecznych (w tym – na jego wniosek – do chorobowego). Po dwóch tygodniach Karol zachorował i otrzymał zwolnienie lekarskie. Choć Karol był tak krótko ubezpieczony, przysługuje mu zasiłek chorobowy. Jeśli absolwent szkoły zostaje objęty ubezpieczeniem chorobowym w ciągu 90 dni od jej ukończenia, ma prawo do zasiłku chorobowego bez okresu wyczekiwania.

przykład 3

Piotr podjął zaraz po studiach swoją pierwszą pracę na podstawie umowy o pracę. Gdy wracał z pracy pierwszego dnia, uległ wypadkowi, który pracodawca uznał za wypadek w drodze z pracy. Piotr był z powodu tego wypadku niezdolny do pracy przez ponad dwa miesiące. Najpierw za 33 dni otrzymał wynagrodzenie za czas choroby (finansowane przez pracodawcę), a następnie, mimo że tak krótko był ubezpieczony, otrzymał zasiłek chorobowy.

Ważne!

Zasiłki zawsze stanowią jakiś odsetek zarobków. Wysokość zasiłków oblicza się jako procent podstawy wymiaru – podobnie jak składki na ubezpieczenie. Do wyliczenia zasiłku przyjmuje się kwotę, od której były obliczane składki na ubezpieczenie chorobowe (lub wypadkowe – jeśli doszło do wypadku przy pracy) w okresie 12 miesięcy kalendarzowych poprzedzających powstanie prawa do zasiłku.

W szczególnych przypadkach, określonych w przepisach, podstawę wymiaru zasiłku można ustalić z krótszego okresu. Jeśli na przykład pracownik zachoruje i stanie się niezdolny do pracy, zanim minie 12 miesięcy kalendarzowych jego zatrudnienia (i ubezpieczenia), podstawę wymiaru zasiłku trzeba ustalić na podstawie pełnych miesięcy kalendarzowych, podczas których pracownik był objęty ubezpieczeniem.

przykład 4

Marcin jest zatrudniony na podstawie umowy o pracę od 10 kwietnia. Zachorował i stał się niezdolny do pracy od 15 lipca. Aby ustalić podstawę wymiaru zasiłku, trzeba przyjąć przeciętne miesięczne wynagrodzenie Marcina za pełne miesiące kalendarzowe zatrudnienia, czyli za maj i czerwiec.

Świadczenie rehabilitacyjne

To świadczenie przysługuje Ci, jeśli:

- wykorzystasz zasiłek chorobowy przez maksymalny okres, a nadal będziesz niezdolny do pracy;
- możliwe jest, że odzyskasz zdolność do pracy po dalszym leczeniu lub rehabilitacji;
- nie jesteś uprawniony do innego świadczenia, jak emerytura, renta z tytułu niezdolności do pracy czy zasiłek dla bezrobotnych.

Abyś mógł skorzystać ze świadczenia rehabilitacyjnego, lekarz orzecznik ZUS musi wydać Ci orzeczenie o niezdolności do pracy na okres nie dłuższy niż 12 miesięcy.



Jeżeli lekarz orzecznik stwierdzi, że jesteś zdolny do pracy, a Ty się z tym nie zgadzasz, możesz wnieść sprzeciw wobec tego orzeczenia.

Świadczenie rehabilitacyjne możesz otrzymywać maksymalnie przez 12 miesięcy.

Wynosi ono:

- 90% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego) przez pierwsze 90 dni, a w pozostałym okresie 75% pensji;
- 100% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego), jeśli niezdolność do pracy przypada w czasie ciąży.

Zasiłek macierzyński

Otrzymasz zasiłek macierzyński, jeśli urodzisz dziecko albo przyjmiesz dziecko na wychowanie.

Okres wypłaty zasiłku będzie zależał od liczby dzieci, które urodzisz podczas jednego porodu lub jednocześnie przyjmiesz na wychowanie.

Z zasiłku macierzyńskiego może też skorzystać ubezpieczony ojciec dziecka.

Rodzice mogą korzystać z zasiłku nawet przez 61 tygodni, ale jedno z nich nie może pobierać zasiłku dłużej niż przez 52 tygodnie.



Ważne!

Gdy urodzisz 1 dziecko, zasiłek macierzyński wynosi:

- **100% pensji** (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego) za pierwsze 20 tygodni;
- **70% pensji** za kolejne 32 tygodnie oraz za 9 tygodni zarezerwowanych wyłącznie dla drugiego rodzica.

Czy wiesz, że...

Możesz zdecydować, że chcesz pobierać zasiłek w takiej samej wysokości przez 52 tygodnie. Wtedy wyniesie on **81,5% pensji**. Jeśli drugi rodzic skorzysta z pozostałych 9 tygodni zasiłku, to otrzyma wówczas 70% pensji.

Zasiłek macierzyński za urlop ojcowski

Zasiłek ten otrzymasz w wymiarze do 2 tygodni, nie dłużej jednak niż do ukończenia przez dziecko 12 miesięcy. Możesz go wykorzystać jednorazowo albo niewielej niż w 2 częściach, z których żadna nie może być krótsza niż tydzień.

Zasiłek wynosi 100% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego).

Zasiłek macierzyński za okres uzupełniającego urlopu macierzyńskiego

Masz prawo do uzupełniającego urlopu macierzyńskiego bezpośrednio po urlopie macierzyńskim, jeśli:

- urodzisz dziecko przed ukończeniem 28 tygodnia ciąży lub z masą urodzeniową nie większą niż 1000 g – do tygodnia urlopu za każdy tydzień pobytu dziecka w szpitalu, do upływu 15 tygodnia po porodzie;
- urodzisz dziecko po ukończeniu 28 tygodnia ciąży i przed ukończeniem 37 tygodnia ciąży i z masą urodzeniową większą niż 1000 g – do tygodnia urlopu za każdy tydzień pobytu dziecka w szpitalu, do upływu 8 tygodnia po porodzie;
- urodzisz dziecko po ukończeniu 37 tygodnia ciąży i po porodzie dziecko będzie w szpitalu przez co najmniej 2 kolejne dni, przy czym pierwszy z tych dni będzie przypadał w okresie od 5 do 28 dnia po porodzie – do tygodnia urlopu za każdy tydzień pobytu dziecka w szpitalu, w okresie od 5 dnia do upływu 8 tygodnia po porodzie.

Zasiłek opiekuńczy

Taki zasiłek otrzymasz, gdy będziesz opiekować się:

- zdrowym dzieckiem w wieku do 8 lat w sytuacjach określonych w przepisach lub chorym dzieckiem do 14 lat, w tym także dzieckiem z niepełnosprawnością w tym wieku (60 dni w roku kalendarzowym);
- dzieckiem z niepełnosprawnością w wieku 8–18 lat w związku z porodem, chorobą albo pobytem w szpitalu Twojego małżonka lub rodzica tego dziecka, który stale się nim opiekuje (30 dni w roku kalendarzowym).



- chorym dzieckiem z niepełnosprawnością w wieku 14–18 lat (30 dni w roku kalendarzowym);
- chorym dzieckiem w wieku powyżej 14 lat lub innym chorym członkiem rodziny (np. małżonkiem, rodzicem), jeśli będziesz z nim mieszkać w czasie choroby (14 dni w roku kalendarzowym).



Zasiłek opiekuńczy wynosi 80% pensji (średniej z 12 miesięcy lub z okresu krótszego). Łączny okres pobierania zasiłku opiekuńczego w danym roku kalendarzowym nie może przekroczyć 60 dni.

Świadczenia z ubezpieczenia wypadkowego

Świadczenie z ubezpieczenia wypadkowego możesz otrzymać, jeśli będziesz niezdolny do pracy z powodu wypadku przy pracy lub choroby zawodowej.

Może to być:

- zasiłek chorobowy,
- świadczenie rehabilitacyjne,
- renta wypadkowa,
- jednorazowe odszkodowanie, zwrot kosztów wyrobów medycznych, świadczeń stomatologicznych i szczepień ochronnych.



Renty i zasiłki z ubezpieczenia wypadkowego:

- są korzystniejsze niż renty i zasiłki z ubezpieczeń chorobowego albo rentowych, ponieważ chronią przed skutkami wypadków przy pracy i chorób zawodowych;
- przysługują niezależnie od tego, jak długo pracujesz. Nawet jeśli do wypadku doszło pierwszego dnia pracy.

Zasiłek chorobowy i świadczenie rehabilitacyjne z ubezpieczenia wypadkowego zawsze wynoszą 100% pensji.

Czy wiesz, że...

Wszystkie renty wypadkowe są korzystniejsze niż świadczenia z innych ubezpieczeń.

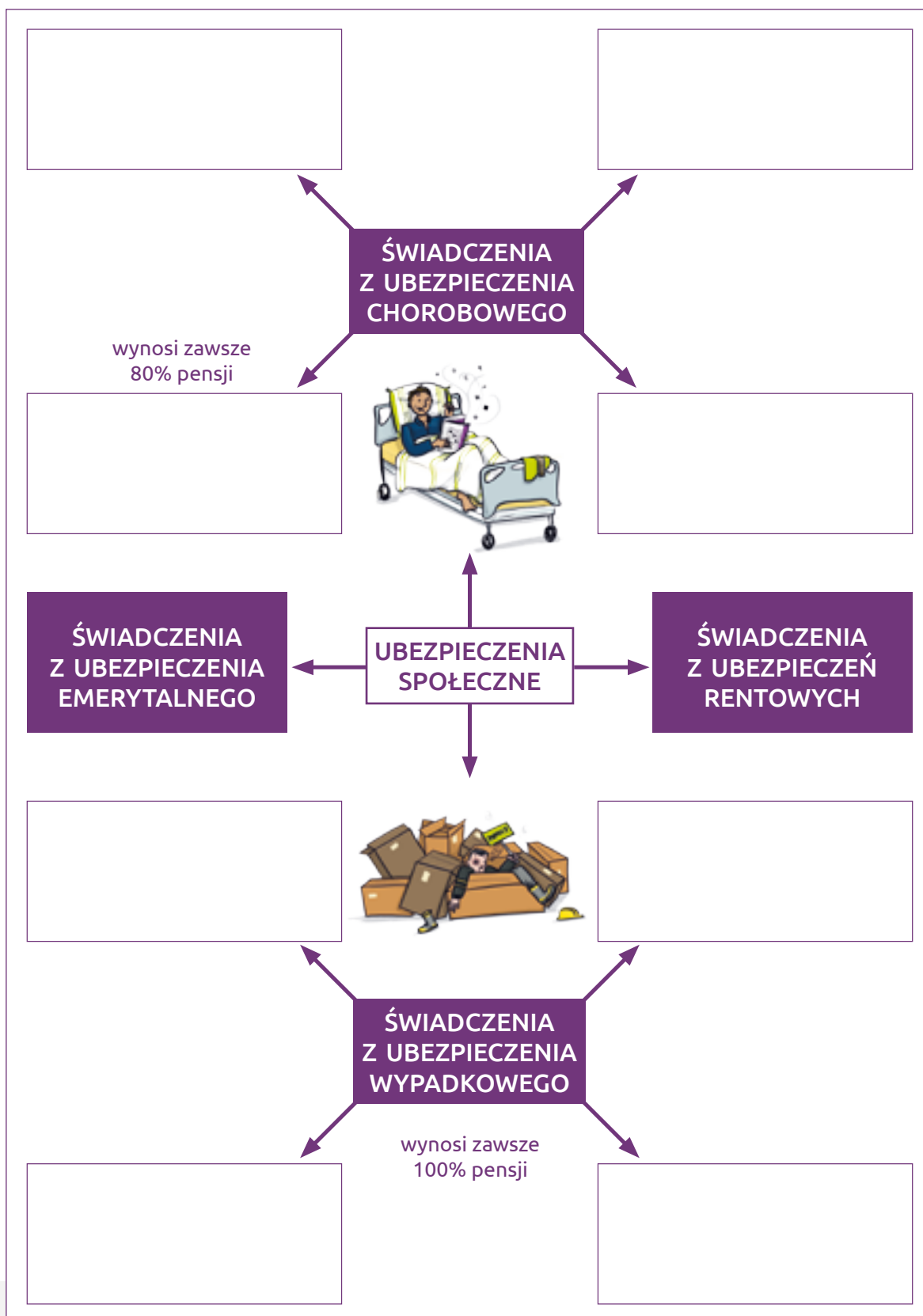
Tylko z ubezpieczenia wypadkowego można otrzymać jednorazowe odszkodowanie, które przysługuje w wysokości 20% przeciętnego wynagrodzenia za każdy procent stałego lub długotrwałego uszczerbku na zdrowiu.





Ćwiczenie - mapa myśli

Na podstawie wiadomości z lekcji wypisz informacje o świadczeniach z ubezpieczenia chorobowego i wypadkowego. Skorzystaj z poniższej mapy myśli albo zrób to na dużym arkuszu papieru.





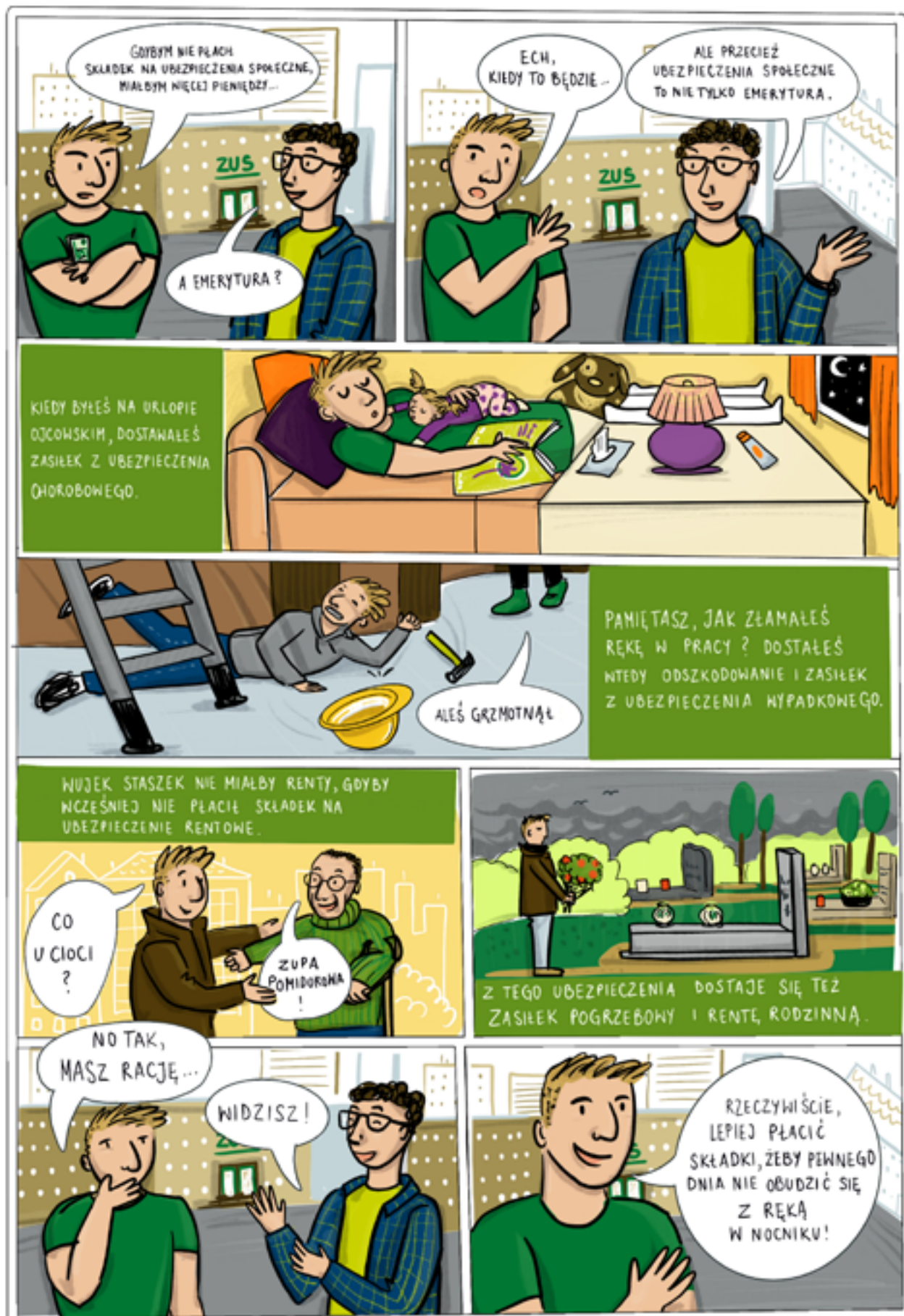
Ćwiczenie - test

Jest to test wielokrotnego wyboru, co oznacza, że każde z pytań może mieć od 1 do 4 poprawnych odpowiedzi. Otrzymasz 1 punkt, gdy udzielisz pełnej odpowiedzi na pytanie. Wybraną odpowiedź zaznacz znakiem „X” w kratce przy tej odpowiedzi.

PYTANIA		PUNKTACJA
1. Zasiłek chorobowy z ubezpieczenia chorobowego wynosi 100% pensji:		
A tylko gdy niezdolność do pracy jest spowodowana wypadkiem przy pracy;	A ☐	
B gdy niezdolność do pracy jest spowodowana m.in. wypadkiem w drodze do pracy lub z pracy albo wystąpi w czasie ciąży;	B ☐	
C za pierwsze 90 dni i 75% pensji w pozostałym okresie;	C ☐	
D zawsze, gdy chory pracownik ma skończone 40 lat.	D ☐	
2. Świadczenia z ubezpieczenia wypadkowego może otrzymać osoba niezdolna do pracy z powodu:		
A wypadku w drodze do pracy lub z pracy;	A ☐	
B wypadku przy pracy;	B ☐	
C każdego wypadku, także niezwiązanego z pracą;	C ☐	
D choroby zawodowej.	D ☐	
3. Tzw. okres wyczekiwania:		
A zależy od sposobu przystąpienia do ubezpieczenia chorobowego;	A ☐	
B dotyczy wyłącznie zasiłku chorobowego;	B ☐	
C dla pracowników wynosi 30 dni;	C ☐	
D nie dotyczy m.in. tych osób, których niezdolność do pracy wynika z wypadku w drodze do pracy lub z pracy.	D ☐	
4. Świadczenie rehabilitacyjne przysługuje:		
A obowiązkowo każdej osobie, która pobierała zasiłek chorobowy;	A ☐	
B w wysokości 100% pensji, jeśli niezdolność do pracy przypada w czasie ciąży;	B ☐	
C przez maksymalnie 12 miesięcy;	C ☐	
D w wysokości 90% pensji przez pierwsze 90 dni i 70% pensji w pozostałym okresie.	D ☐	
5. Zasiłek opiekuńczy przysługuje:		
A tylko z powodu opieki nad chorym dzieckiem;	A ☐	
B tylko z ubezpieczenia chorobowego;	B ☐	
C w wysokości 80% pensji;	C ☐	
D m.in. z tytułu opieki nad chorym dzieckiem w wieku do 14 lat (przez 60 dni w roku kalendarzowym).	D ☐	
SUMA PUNKTÓW ZA POPRAWNE ODPOWIEDZI z pytań 1–5		



Komiks



Handwriting practice lines consisting of 30 horizontal dotted lines.

Handwriting practice lines consisting of 30 horizontal dotted lines.



Lekcja 3

Renty i emerytury

- ❑ Świadczenia z ubezpieczeń rentowych
- ❑ Świadczenia z ubezpieczenia emerytalnego
- ❑ Emerytura – Twoja przyszłość w Twoich rękach

System ubezpieczeń społecznych

Jeśli będziesz płacić składki (samodzielnie lub za pośrednictwem płatnika składek), otrzymasz świadczenie, gdy znajdziesz się w sytuacji, którą obejmuje ubezpieczenie:

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| starość | → ubezpieczenie emerytalne, |
| niezdolność do pracy | → ubezpieczenia rentowe, |
| wypadek przy pracy | → ubezpieczenie wypadkowe, |
| macierzyństwo i choroba | → ubezpieczenie chorobowe. |

Świadczenia z ubezpieczeń rentowych

Z ubezpieczeń rentowych możesz otrzymać następujące świadczenia:

- renta z tytułu niezdolności do pracy,
- rehabilitacja lecznicza,
- renta rodzinna,
- zasiłek pogrzebowy.

Renta z tytułu niezdolności do pracy

Możesz otrzymać rentę z tytułu niezdolności do pracy, jeśli dostaniesz orzeczenie o niezdolności do pracy od lekarza orzecznika ZUS. Przyznanie renty zależy także od tego, czy:

- stałeś się niezdolny do pracy w trakcie okresu wymienionego w przepisach;
- potwierdzisz okresy składkowe i nieskładkowe – ich liczba zależy od wieku, w którym stałeś się niezdolny do pracy;
- nie masz prawa do emerytury z FUS i nie spełniasz warunków, by ją uzyskać.



Czym jest niezdolność do pracy

Osoba niezdolna do pracy to taka, która utraciła zdolność do pracy zarobkowej z powodu naruszenia sprawności organizmu. Niezdolność do pracy może być całkowita albo częściowa. O niezdolności całkowitej mówimy, jeśli utraciłeś zdolność do tego, by wykonywać jakąkolwiek pracę zarobkową (tj. taką, dzięki której będziesz w stanie się utrzymać). Z kolei niezdolność częściowa występuje wtedy, gdy utraciłeś zdolność, aby wykonywać pracę zgodną z Twoimi kwalifikacjami, ale możesz wykonywać inną pracę lub nawet dotychczasową, ale krócej, na przykład na pół etatu.



Niezdolność do pracy na potrzeby ubezpieczenia rentowego orzekają lekarze orzecznicy ZUS i komisje lekarskie ZUS. Jeśli nie zgadzasz się z orzeczeniem lekarza orzecznika, możesz wnieść sprzeciw do komisji lekarskiej (II instancji) w ciągu 14 dni od dnia, w którym otrzymasz orzeczenie. Od 1 stycznia 2027 r. Twój sprzeciw rozpatrzy inny lekarz orzecznik. Sprawy szczególnie skomplikowane ponownie rozpatrzy trzech lekarzy orzeczników (orzekających łącznie).

Jeśli nie zgodzisz się z orzeczeniem II instancji, to kiedy ZUS wyda decyzję na podstawie tego orzeczenia, masz prawo odwołać się od tej decyzji do sądu okręgowego. Wówczas to, czy istnieje niezdolność, będzie oceniał lekarz biegły sądowy.

Lekarze orzecznicy ZUS lub komisje lekarskie orzekają niezdolność do pracy na maksymalnie 5 lat. Jeśli jednak zgodnie z aktualną wiedzą medyczną nie ma szansy, że odzyskasz zdolność do pracy w takim czasie, mogą orzec niezdolność na dłuższy okres.

Gdy lekarz będzie orzekał o całkowitej niezdolności do pracy, może również stwierdzić niezdolność do samodzielnej egzystencji. Występuje ona, gdy naruszenie sprawności organizmu powoduje, że wymagasz stałej lub długotrwałej opieki i pomocy innej osoby w czynnościach życia codziennego.



Czy wiesz, że...

Świadczeniem dla osób niezdolnych do pracy jest także **renta socjalna**. Możesz ją otrzymać po osiągnięciu pełnoletności, jeżeli stałeś się całkowicie niezdolny do pracy z powodu naruszenia sprawności organizmu, które powstało:

- zanim skończyłeś 18 lat,
- w trakcie nauki w szkole lub szkole wyższej, zanim skończyłeś 25 lat,
- w trakcie studiów doktoranckich lub aspirantury naukowej.

Renta socjalna nie jest świadczeniem z ubezpieczenia społecznego, ale jest finansowana przez państwo. Do renty socjalnej przysługuje dodatek dopełniający. Możesz go otrzymać, jeżeli jesteś całkowicie niezdolny do pracy i samodzielnej egzystencji.

Ważne!

Nawet jeżeli masz orzeczoną przez lekarza orzecznika ZUS lub komisję lekarską ZUS niezdolność do pracy, częściową lub całkowitą, **możesz dodatkowo zarabiać**. Oznacza to, że jeśli otrzymujesz rentę z tytułu niezdolności do pracy lub rentę socjalną, możesz podejmować zatrudnienie. Praca, którą podejmiesz, nie może być sprzeczna z orzeczoną niezdolnością. Jeśli wykonujesz pracę, która nie jest sprzeczna z orzeczoną niezdolnością, musisz pamiętać, że zależnie od wysokości Twojego zarobku renta może być zmniejszona lub zawieszona. Dotyczy to tylko zarobków z działalności objętej obowiązkowymi ubezpieczeniami społecznymi, np. z umowy o pracę, zlecenia lub pozarolniczej działalności gospodarczej. Te zasady obowiązują również, jeżeli masz orzeczoną niezdolność do samodzielnej egzystencji i pobierasz dodatek dopełniający do renty socjalnej.

Więcej na temat kwot, które powodują zmniejszenie lub zawieszenie renty, znajdziesz [na stronie www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Baza wiedzy] → [Składki, wskaźniki, odsetki] → [Wskaźniki] → [Emerytury i renty] → [Wysokość kwot przychodu powodujących zmniejszenie lub zawieszenie świadczeń emerytów i rencistów].

Osoba z niepełnosprawnością może nie otrzymać renty

Aby otrzymać rentę z tytułu niezdolności do pracy, którą wypłaca ZUS, trzeba uzyskać **orzeczenie o niezdolności do pracy**, a nie orzeczenie o niepełnosprawności. Renta z tytułu niezdolności do pracy jest świadczeniem, które rekompensuje brak możliwości pracowania, a nie problemy zdrowotne czy niemożność wypełniania ról społecznych.

System orzecznictwa o niepełnosprawności i system orzecznictwa o niezdolności do pracy to zupełnie odrębne systemy. Orzekaniem o niepełnosprawności i orzekaniem o niezdolności do pracy zajmują się inne instytucje, które działają na podstawie zupełnie innych przepisów. W jednym i drugim systemie orzeczenia wydawane są w różnych celach.



Lekarze orzekający w ZUS wydają orzeczenia o niezdolności do pracy. Może się zdarzyć, że uznają osobę z niepełnosprawnością za zdolną do pracy.

Osoba, która porusza się na wózku inwalidzkim, a więc niewątpliwie osoba z niepełnosprawnością, może być doskonałym grafikiem komputerowym, dziennikarzem, muzykiem, a nawet pełnić najwyższą funkcję w państwie (jak prezydent USA Franklin Delano Roosevelt).

ZUS wypłaca rentę osobom, które utraciły zdolność do pracy i zarabiania na własne utrzymanie. Każdemu z nas grozi takie ryzyko i dlatego jesteśmy od niego ubezpieczeni.

Gdy nastąpi wypadek lub choroba, które sprawią, że nie będziesz mógł pracować, otrzymasz rentę z tytułu niezdolności do pracy.

Jeśli lekarze orzekający w ZUS ustalą, że mimo choroby możesz się przekwalifikować i wykonywać inną pracę niż dotychczas, dostaniesz orzeczenie o celowości przekwalifikowania zawodowego. Na przykład górnik, który choruje na pylicę płuc, może się przekwalifikować (np. zostać sprzedawcą) i nadal pracować.

Renta rodzinna

Możesz otrzymać rentę rodzinną, gdy jesteś członkiem rodziny osoby zmarłej, która w chwili śmierci:

- mogłaby otrzymać emeryturę lub rentę, bo spełniała warunki, by ją uzyskać;
- miała prawo do emerytury, emerytury pomostowej lub renty z tytułu niezdolności do pracy;
- pobierała zasiłek przedemerytalny, świadczenie przedemerytalne lub nauczycielskie świadczenie kompensacyjne.

Renta rodzinna to sposób na zabezpieczenie przyszłości najbliższych na wypadek śmierci osoby, która utrzymuje rodzinę.

Z renty rodzinnej możesz skorzystać, m.in. gdy jesteś dzieckiem albo małżonkiem zmarłej osoby. Musisz spełnić warunki określone w przepisach.

Renta rodzinna połączona z innym świadczeniem, tzw. renta wdowia

Rentę rodzinną połączoną z innym świadczeniem, czyli rentę wdowią, może pobierać osoba, która:

- ma własne świadczenie długoterminowe lub jest do niego uprawniona,
- ma co najmniej 60 lat (kobieta) lub 65 lat (mężczyzna),
- do dnia śmierci małżonka pozostawała z nim we wspólności małżeńskiej,
- nabyła prawo do renty rodzinnej po zmarłym małżonku niewcześniej niż w dniu ukończenia 55 lat (kobieta) lub 60 lat (mężczyzna),
- nie jest w związku małżeńskim.

Zasiłek pogrzebowy

Otrzymasz zasiłek pogrzebowy, jeśli pokryjesz koszty pogrzebu osoby, która była objęta ubezpieczeniem społecznym, czyli na przykład:

- osoby ubezpieczonej, np. pracownika;
- osoby, która pobierała świadczenie wypłacane przez ZUS, np. emeryturę;
- członka rodziny osoby ubezpieczonej albo emeryta lub rencisty.



Jeśli jesteś członkiem rodziny osoby zmarłej i organizujesz pogrzeb, dostaniesz 7 tys. zł zasiłku (nie ma znaczenia, w jakiej wysokości poniosłeś koszty).

Jeśli nie jesteś członkiem rodziny osoby zmarłej, otrzymasz zasiłek w wysokości poniesionych kosztów – maksymalnie 7 tys. zł.

Świadczenia z ubezpieczenia emerytalnego

Emerytura ma zabezpieczyć Twój byt na starość, gdy z powodu wieku nie będziesz już mógł lub chciał pracować.

Składki, które teraz wpłacają osoby aktywne zawodowo, ZUS przekazuje na wypłatę świadczeń obecnym emerytom. Te składki ZUS zapisuje na kontach osób aktywnych zawodowo, a suma składek zdecyduje kiedyś o tym, jaka będzie ich emerytura. Można to nazwać umową międzypokoleniową lub solidaryzmem społecznym.



Model systemu emerytalnego

W 1999 r. zmienił się model systemu emerytalnego w Polsce (reforma emerytalna).

Przed zmianą obowiązywał:

model zdefiniowanego świadczenia – emerytura osób urodzonych przed 1949 r. zależała od długości stażu ubezpieczenia oraz najlepszych zarobków z okresu 10 lub 20 lat.

Po zmianie mamy:

model zdefiniowanej składki – emerytura to wynik podzielenia składek zapisanych na koncie i subkoncie w ZUS (i waloryzowanych co roku) przez liczbę miesięcy, w których będzie wypłacana (czyli przez tak zwaną średnią dalszą długość trwania życia).

Emerytura - Twoja przyszłość w Twoich rękach

Wysokość emerytury zależy przede wszystkim od:

- składek emerytalnych zapisanych na Twoim koncie, które prowadzi ZUS (koncie ubezpieczonego), i ich waloryzacji;
- kapitału początkowego;
- długości średniego dalszego trwania życia ustalonej dla wieku, w którym przechodzisz na emeryturę.



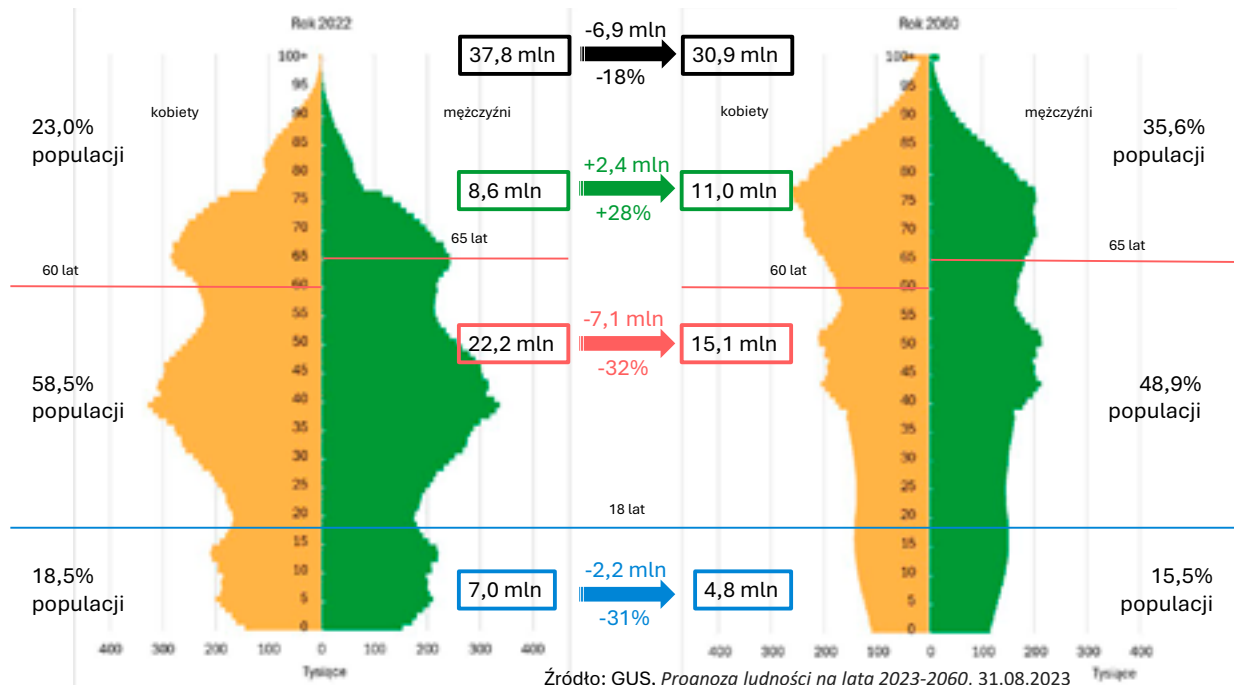
Każda składka to wyższa emerytura

Im dłużej będziesz pracować, tym wyższą emeryturę dostaniesz – odłożysz więcej składek, a średnie dalsze trwanie życia (przez które dzieli się zgromadzone składki emerytalne i kapitał początkowy po waloryzacji) będzie krótsze.

Czy wiesz, że...

Zmiany dotyczące ludności Polski

Obserwujemy w Polsce zjawisko starzenia się społeczeństwa. Polega ono na tym, że rodzi się coraz mniej dzieci, a ludzie żyją dłużej. Wykres przedstawia prognozę Głównego Urzędu Statystycznego.



Wiek emerytalny w Polsce

W Polsce kobiety mogą przejść na emeryturę, gdy skończą 60 lat, a mężczyźni – 65 lat.

Możesz wystąpić o emeryturę od razu po osiągnięciu tego wieku – to prawo, a nie obowiązek.



Wiek emerytalny na świecie

Wiele krajów podwyższa obecnie wiek emerytalny. Proces ten jest zwykle rozciągnięty w czasie, tzn. wiek emerytalny rośnie w różnym tempie dla różnych roczników. W większości krajów wiek emerytalny kobiet i mężczyzn jest jednakowy.

Wiek emerytalny w wybranych krajach wynosi:



Prognozowana wysokość emerytury

Jeśli obliczysz kwotę prognozowanej emerytury, będziesz mógł wybrać najkorzystniejszy dla Ciebie moment zakończenia aktywności zawodowej.

Możesz sprawdzić prognozowaną wysokość swojej emerytury:

- **za pomocą kalkulatora emerytalnego:**

- na portalu eZUS,
- na www.zus.pl,
- w aplikacji mZUS;

- **u doradcy emerytalnego:**

- w placówce ZUS,
- podczas e-wizyty,
- w czasie rozmowy z konsultantem z Centrum Kontaktu Klientów ZUS (CKK).

Komu i kiedy przysługuje emerytura

Wiek emerytalny wynosi w Polsce 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn. ZUS przyzna Ci emeryturę, gdy osiągniesz ten wiek i złożysz wniosek.

Tylko jeśli osiągniesz wiek emerytalny podczas pobierania renty z tytułu niezdolności do pracy, nie musisz składać wniosku o emeryturę. Wtedy ZUS sam przyzna Ci świadczenie automatycznie.



Staż ubezpieczenia

Emeryturę otrzymasz, jeśli potwierdzisz jakikolwiek okres ubezpieczenia. Nie musisz więc mieć ściśle określonego stażu ubezpieczenia, aby nabyć prawo do emerytury.

Natomiast pewność, że emerytura nie będzie niższa od określonej w przepisach gwarantowanej najniższej kwoty emerytury, zależy od okresów składkowych i nieskładkowych. Taką pewność ma kobieta, która będzie miała co najmniej 20 lat składkowych i nieskładkowych, i mężczyzna, który będzie miał ich co najmniej 25.

Czy wiesz, że...

Aktualną najniższą kwotę emerytury znajdziesz na stronie www.zus.pl w zakładce [Baza wiedzy] → [Składki, wskaźniki, odsetki] → [Wskaźniki] → [Emerytury i renty] → [Najniższe emerytury i renty].

Ważne!

Okresy składkowe to okresy związane z aktywnością zawodową, m.in. okresy:

- podlegania ubezpieczeniu emerytalnemu i ubezpieczeniom rentowym (na przykład na podstawie umowy o pracę, zlecenia, pobierania zasiłku macierzyńskiego czy prowadzenia działalności gospodarczej);
- uznane za składkowe, np. okresy czynnej służby wojskowej w Wojsku Polskim.

Okresy nieskładkowe to okresy braku aktywności zawodowej, które jednak ustawodawca postanowił zaliczyć do stażu. Są to m.in. okresy:

- nauki w szkole wyższej na jednym kierunku (jeśli tę naukę ukończysz);
- pobierania zasiłku chorobowego, świadczenia rehabilitacyjnego.

Okresy nieskładkowe, które chcesz zgłosić do Twojego stażu, nie mogą przekraczać 1/3 Twoich okresów składkowych.

Wysokość emerytury

Aby obliczyć emeryturę, musisz zsumować: **zwaloryzowane składki emerytalne** (zgromadzone po 1998 r.) i **zwaloryzowany kapitał początkowy** (wartość pracy wykonywanej przed 1999 r.) oraz kwoty **zapisane na subkoncie**.

Następnie sumę tę podziel przez średnie dalsze trwanie życia ustalone dla wieku przejścia na emeryturę. **Średnie dalsze trwanie życia** to wielkość statystyczna, która określa przeciętny okres, jaki upływa od ustalenia prawa do emerytury do śmierci.

Tablice trwania życia (w miesiącach) ogłasza w komunikacie prezes Głównego Urzędu Statystycznego.



Emerytura

$$\begin{aligned} & \left\{ \begin{array}{l} \text{zwaloryzowane składki} \\ \text{na ubezpieczenie emerytalne} \\ + \\ \text{zwaloryzowany kapitał} \\ \text{początkowy} \\ + \\ \text{zwaloryzowane składki} \\ \text{i środki zapisane na subkoncie} \end{array} \right\} / \begin{array}{l} \text{średnie dalsze} \\ \text{trwanie życia} \\ \text{(w miesiącach)} \end{array} \end{aligned}$$

Ważne!

- **Waloryzacja** to ochrona wartości:
 - składek na ubezpieczenie emerytalne (zapisanych na koncie i subkoncie w ZUS),
 - kapitału początkowego,
 - środków przekazanych przez otwarte fundusze emerytalne (OFE).
- **Kapitał początkowy** to środki zgromadzone na emeryturę przed reformą emerytalną (przed 1999 r.).
- **Subkonto** to wydzielona część konta, które prowadzi ZUS. Środki gromadzone na subkoncie są waloryzowane. Podlegają też dziedziczeniu i podziałowi, np. w wyniku rozvodu.

Kwoty zapisane na koncie i subkoncie ZUS mnoży co roku przez odpowiedni wskaźnik i zwiększa w ten sposób ich wartość. Ten wskaźnik dla konta indywidualnego i kapitału początkowego nie tylko kompensuje wzrost cen (inflację), ale również uwzględnia wzrost wynagrodzeń w gospodarce. Wzrost wartości środków na subkoncie zależy natomiast od tempa rozwoju gospodarczego (od PKB, czyli produktu krajowego brutto) w ciągu ostatnich 5 lat.

Dłuższa praca to wyższa emerytura

Im później zgłosisz się po emeryturę, tym wyższa ona będzie. Odłożysz więcej składek, które będą waloryzowane, a Twoje średnie dalsze trwanie życia (przez które dzieli się zgromadzone składki emerytalne i kapitał początkowy po waloryzacji) będzie krótsze.



Przy kilku prostych założeniach możesz spróbować obliczyć, ile powinienes odłożyć kapitału emerytalnego, aby otrzymać emeryturę w oczekiwanej wysokości. Możesz również sprawdzić stopę zastąpienia, czyli stosunek przeciętnej emerytury do przeciętnej pensji. Warto zrobić takie wyliczenia, aby zaplanować emerytalną przyszłość – czyli mieć świadomość tego, jakimi środkami będziesz dysponować na emeryturze.

Ważne!

W nowym systemie emerytalnym liczy się każda zapłacona (i pominięta) składka. Im byłeś młodszy, gdy została odprowadzona, tym większe ma znaczenie. Dlatego nie warto godzić się na pracę, która nie jest objęta ubezpieczeniem (np. umowa o dzieło).

przykład 1

Pan Edward jako 65-latek w maju 2024 r. przeszedł na emeryturę. W 1999 r. jako 40-latek zgodził się wykonać prace na podstawie nieobjętej ubezpieczeniem umowy o dzieło, przez co 1000 zł nie trafiło jako składka na jego konto. Na początku 2024 r. inne 1000 zł trafiło na jego konto, ponieważ wiedząc, że zbliża się jego emerytura, zażądał podpisania umowy, od której należy odprowadzić składki. W efekcie 1000 zł niewniesione do systemu 25 lat temu oznacza emeryturę niższą o 30 zł, a ta sama kwota wniesiona tuż przed przejściem na emeryturę zwiększy ją zaledwie o 4 zł 60 gr!

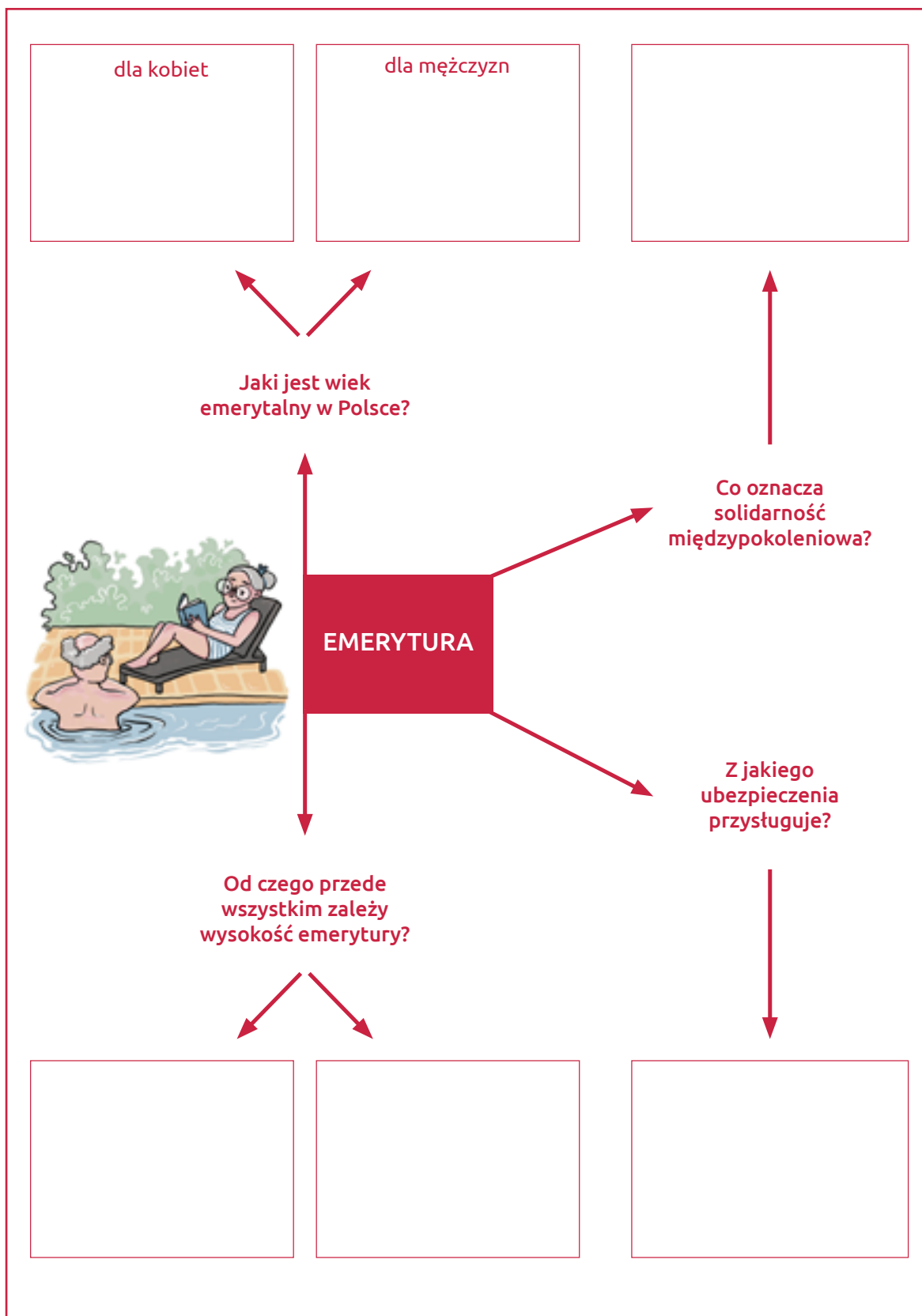
Jeśli przejdziesz na emeryturę, możesz ponownie podjąć zatrudnienie i dodatkowo zarabiać. Po tym, jak osiągniesz powszechny wiek emerytalny (60 lub 65 lat), bez względu na wysokość Twoich zarobków ZUS nie zmniejszy ani nie zawiesi Twojej emerytury. Otrzymasz ją w pełnej wysokości. Nie musisz informować ZUS, że pracujesz i masz przychody.

Emeryt, który wykonuje pracę zarobkową i ma w związku z tym płacone składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe, może złożyć raz w roku wniosek o ponowne obliczenie emerytury z uwzględnieniem składek zapisanych na swoim koncie w ZUS (i subkoncie, jeśli pobiera okresową emeryturę kapitałową).



Ćwiczenie - mapa myśli

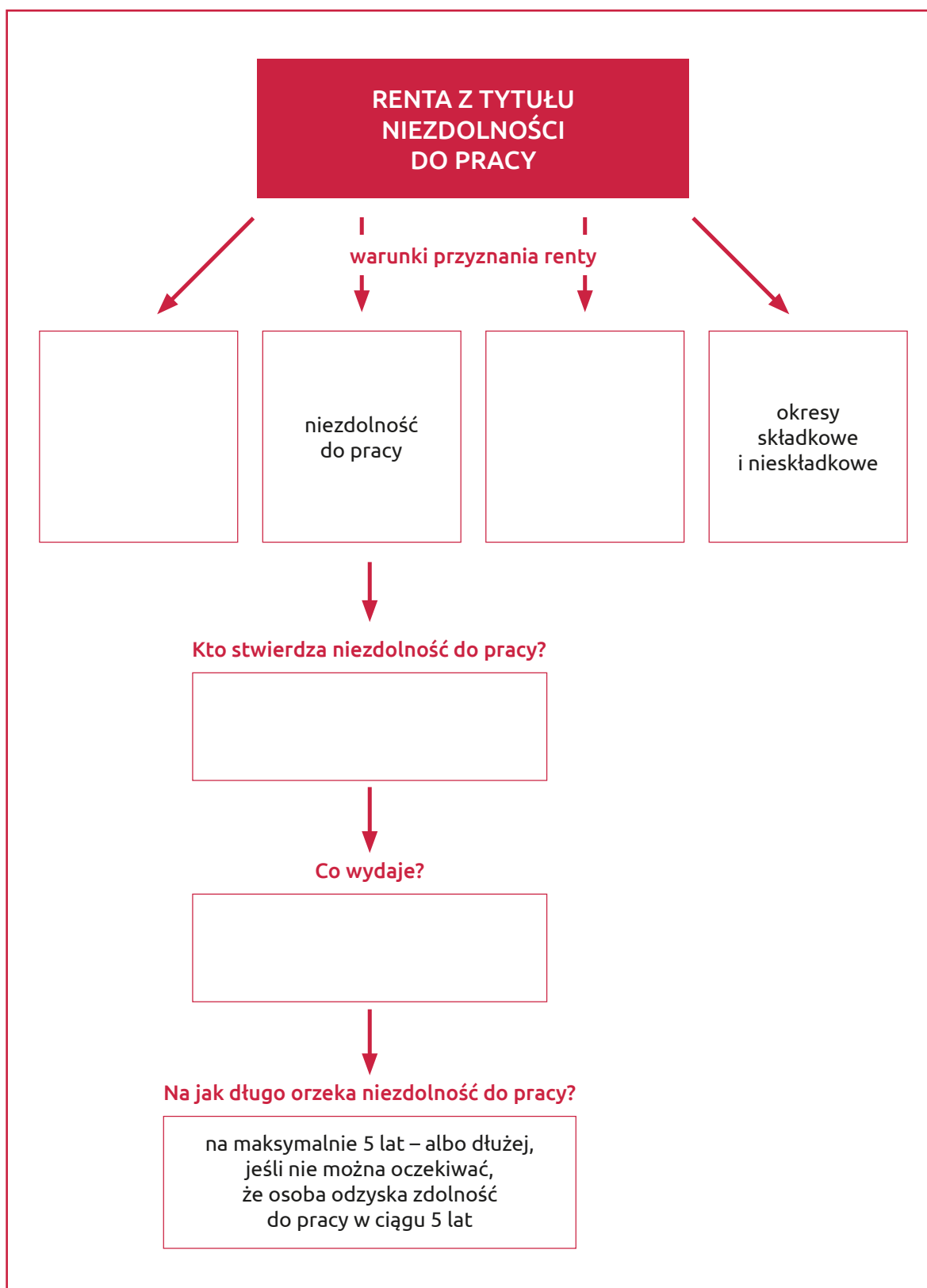
Na podstawie wiadomości z lekcji wypisz informacje o emeryturze.
Skorzystaj z poniższej mapy myśli albo zrób to na dużym arkuszu papieru.





Ćwiczenie - mapa myśli 2

Na podstawie wiadomości z lekcji wypisz informacje o rencie z tytułu niezdolności do pracy. Skorzystaj z poniższej mapy myśli albo zrób to na dużym arkuszu papieru.





Ćwiczenie - prawda, fałsz

Oceń, które zdanie jest prawdziwe, a które – fałszywe. Postaw X we właściwej kolumnie.

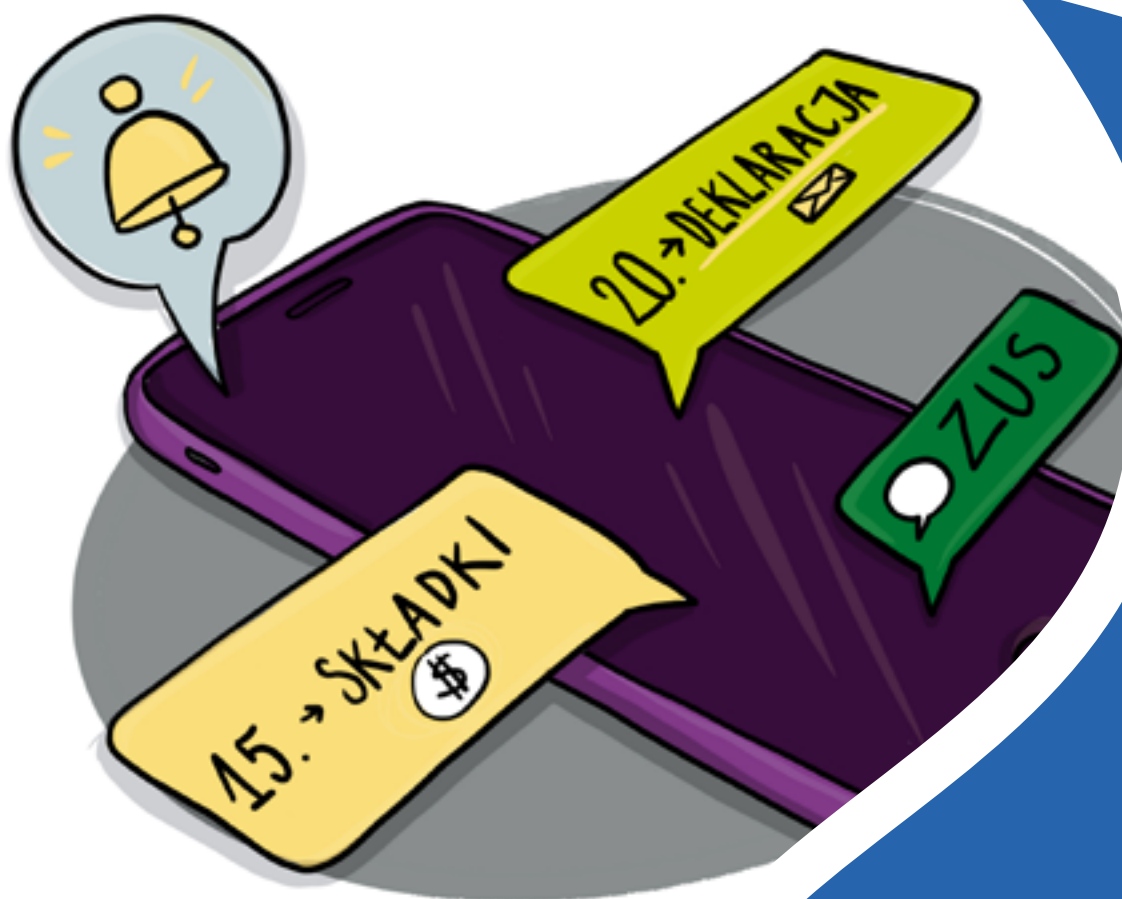
PYTANIA	PRAWDA	FAŁSZ
W systemie zdefiniowanej składki wysokość emerytury zależy tylko od wysokości ostatniego wynagrodzenia.		
Dłuższa praca to wyższa emerytura.		
Osoba z niepełnosprawnością nie zawsze jest niezdolna do pracy.		
Osoba jest całkowicie niezdolna do pracy, gdy utraciła zdolność, aby wykonywać pracę zgodną ze swoimi kwalifikacjami.		
Okresami składkowymi nie są m.in. okresy pobierania zasiłku chorobowego i świadczenia rehabilitacyjnego.		
Z rehabilitacji leczniczej może skorzystać osoba, która pobiera rentę z tytułu całkowitej niezdolności do pracy na stałe albo pobiera emeryturę.		





Komiks





Lekcja 4

ABC przedsiębiorcy

- 📌 Rejestracja firmy
- 📌 Zgłoszenie do ubezpieczeń
- 📌 Ulgi w płaceniu składek
- 📌 Rozliczenia z ZUS

Rejestracja firmy

Działalność gospodarczą zarejestrujesz w urzędzie gminy lub miasta. Możesz też wysłać elektronicznie wniosek o wpis do CEIDG. Zgłosisz się w ten sposób także jako płatnik składek. Zrobisz to na jednym wniosku CEIDG-1.

W ten sposób zgłosisz swoją firmę jednocześnie w:

- gminie;
- urzędzie skarbowym;
- Głównym Urzędzie Statystycznym;
- Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych.



CEIDG to Centralna Ewidencja i Informacja o Działalności Gospodarczej, czyli spis przedsiębiorców.

Działalność nieewidencjonowana (nierejestrowana)

Jeśli prowadzisz drobną działalność nieewidencjonowaną (bez konieczności rejestracji w CEIDG), np. prowadzisz bloga, nie jesteś objęty ubezpieczeniami społecznymi.

Skutki prowadzenia działalności nieewidencjonowanej: **brak składek to brak świadczeń** z ubezpieczeń społecznych.



Zgłoszenie do ubezpieczeń

Przy rejestracji firmy w urzędzie gminy lub miasta wraz z wnioskiem CEIDG-1 możesz też złożyć odpowiednie dokumenty i zgłosić:

- siebie do ubezpieczeń społecznych i ubezpieczenia zdrowotnego (lub tylko do ubezpieczenia zdrowotnego) – na formularzu ZUS ZUA lub ZUS ZZA;
- członków swojej rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego – na formularzu ZUS ZCNA;
- zatrudnione osoby, m.in. pracowników, zleceniobiorców, osoby współpracujące, do ubezpieczeń społecznych i ubezpieczenia zdrowotnego albo tylko do ubezpieczenia zdrowotnego – na formularzu ZUS ZUA lub ZUS ZZA;
- członków rodziny zatrudnionych osób do ubezpieczenia zdrowotnego – na formularzu ZUS ZCNA.

Możesz to również zrobić bezpośrednio w placówce ZUS, listownie albo elektronicznie (przez program Płatnik lub aplikację ePłatnik).

Zgłoszenie osób zatrudnionych

Jeżeli zatrudnisz pracowników albo zleceniobiorców, to musisz w ciągu 7 dni od dnia zatrudnienia zgłosić ich do ubezpieczeń w ZUS.

Osoby zatrudnione możesz także zgłosić do ubezpieczeń wraz z wnioskiem CEIDG-1 (na dodatkowych formularzach). Dokumenty możesz złożyć w urzędzie miasta lub gminy albo wysłać elektronicznie.



Osoby współpracujące z Tobą przy prowadzeniu działalności to: małżonek, dzieci (własne, drugiego małżonka, przysposobione), rodzice, macocha i ojczym oraz osoby przysposabiające Ciebie, jeśli spełniają oba warunki:

- pozostają z Tobą we wspólnym gospodarstwie domowym;
- współpracują z Tobą przy prowadzeniu działalności.

Ubezpieczenia przedsiębiorcy

Dla przedsiębiorcy **obowiązkowe** są następujące ubezpieczenia:

- ubezpieczenia społeczne:
 - emerytalne,
 - rentowe,
 - wypadkowe;
- ubezpieczenie zdrowotne.

Dobrowolne jest dla przedsiębiorcy ubezpieczenie chorobowe. Jeśli przystąpisz do tego ubezpieczenia, możesz korzystać ze świadczeń w razie choroby i macierzyństwa.

Ulgi w płaceniu składek

Składki na ubezpieczenia społeczne będziesz naliczać za siebie od co najmniej 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego.

Jeśli jednak spełnisz warunki określone w przepisach, możesz skorzystać z:

- ulgi na start,
- preferencyjnych składek,
- małego ZUS+,
- zwolnienia ze składek dla emerytów,
- wakacji składkowych.

Prawo określa minimalne kwoty, od których musisz naliczać swoje składki jako przedsiębiorca. Jednak możesz zadeklarować wyższą kwotę. Im wyższe składki będziesz płacić, tym wyższe świadczenia otrzymasz, np. w razie choroby czy wypadku przy pracy.



Jeśli będziesz korzystać z ulgi na start, preferencyjnych składek czy małego ZUS+, musisz liczyć się z konsekwencjami – będziesz mieć niższe świadczenia z ubezpieczeń społecznych lub w ogóle ich nie dostaniesz.

Naliczanie składek

Jako przedsiębiorca podajesz w dokumentach ubezpieczeniowych kwotę, od której co miesiąc obliczasz za siebie składki na ubezpieczenia społeczne. Jest to tzw. podstawa wymiaru składek. Ta kwota musi wynosić co najmniej 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego (w 2026 r. – 5652 zł).



Aktualną wysokość minimalnej podstawy wymiaru składek i kwoty składek znajdziesz na stronie www.zus.pl w zakładce [\[Baza wiedzy\]](#) → [\[Składki, wskaźniki, odsetki\]](#) → [\[Składki\]](#) → [\[Wysokość składek na ubezpieczenia\]](#).

Ulgą na start

Możesz przez 6 miesięcy od rozpoczęcia działalności firmy nie płacić składek na ubezpieczenia społeczne, jeśli:

- rozpoczniesz działalność gospodarczą po raz pierwszy albo ponownie po co najmniej 60 miesiącach od jej ostatniego zawieszenia lub zakończenia;
- nie wykonujesz dla byłego pracodawcy tego, co robiłeś dla niego jako pracownik w tym lub w poprzednim roku.

Musisz jednak wiedzieć, że jeśli skorzystasz z ulgi na start, nie będziesz w tym okresie objęty ubezpieczeniami społecznymi.



Oznacza to, że gdy w tym czasie zachorujesz, będziesz opiekować się dzieckiem lub innym chorym członkiem rodziny albo urodzi Ci się dziecko, nie otrzymasz świadczeń z ubezpieczenia chorobowego:

- zasiłku chorobowego,
- świadczenia rehabilitacyjnego,
- zasiłku macierzyńskiego,
- zasiłku opiekuńczego.

Dotyczy to także świadczeń z ubezpieczenia wypadkowego w razie wypadku przy pracy lub choroby zawodowej.



Kiedy korzystasz z ulgi na start, masz obowiązkowe ubezpieczenie zdrowotne. Opłacasz składki tylko na to ubezpieczenie.

Preferencyjne składki

Gdy wykorzystasz ulgę na start przez 6 miesięcy lub wcześniej z niej zrezygnujesz, będziesz płacić preferencyjne składki. Możesz też płacić preferencyjne składki od razu po rozpoczęciu działalności. To Ty decydujesz, czy skorzystasz z ulgi na start i przez jaki okres. Preferencyjne składki oznaczają, że przez 24 miesiące składki na ubezpieczenia społeczne obliczasz od podanej przez siebie kwoty – nienizszej niż 30% minimalnego wynagrodzenia, jeśli:

- w ostatnich 60 miesiącach przed rozpoczęciem działalności gospodarczej nie prowadziłeś pozarolniczej działalności (nie prowadziłeś więc działalności gospodarczej, ale także nie byłeś np. wspólnikiem jednoosobowej spółki z ograniczoną odpowiedzialnością, wspólnikiem spółki jawnej, twórcą czy artystą);
- nie będziesz wykonywał na rzecz byłego pracodawcy tego, co robiłeś dla niego jako pracownik w roku założenia działalności lub w roku poprzednim.



Skutki płacenia preferencyjnych składek: **niższe składki to niższe świadczenia** z ubezpieczeń społecznych. Jeśli będziesz płacić składki od 30% minimalnego wynagrodzenia, to od tej kwoty będzie obliczony m.in. Twój zasiłek chorobowy, macierzyński czy opiekuńczy.

Mały ZUS+

Możesz płacić niższe składki na ubezpieczenia społeczne – od podstawy ustalonej z uwzględnieniem Twojego dochodu z działalności gospodarczej za poprzedni rok – maksymalnie przez 36 miesięcy kalendarzowych w każdym okresie 60 miesięcy kalendarzowych prowadzenia działalności gospodarczej.

Aby płacić mały ZUS+, musisz spełnić m.in. następujące warunki:

- Twoje przychody z działalności za ubiegły rok nie mogą przekroczyć 120 tys. zł;
- w poprzednim roku kalendarzowym prowadziłeś działalność gospodarczą przez co najmniej 60 dni;
- nie wykonujesz dla byłego pracodawcy tego, co robiłeś dla niego jako pracownik w tym lub poprzednim roku.

Podstawa, od której będziesz płacić składki, zależy od Twojego dochodu z działalności gospodarczej za poprzedni rok kalendarzowy. Najniższą podstawę wymiaru składek na dany rok możesz ustalić według specjalnego wzoru albo skorzystać z kalkulatora na stronie www.zus.pl lub www.eskladka.pl.



Skutki korzystania z małego ZUS+: **niższe składki to niższe świadczenia** z ubezpieczeń społecznych. Jeśli będziesz płacić składki od niższej podstawy, wpłynie to na wysokość świadczeń z ubezpieczenia chorobowego i wypadkowego. Okres, przez który będziesz płacić obniżone składki, wpłynie też na wysokość Twojej przyszłej emerytury lub renty.

Ulgi w płaceniu składek na ubezpieczenia społeczne

Rodzaj ulgi	Okres, przez jaki możesz korzystać z ulgi	Składki na ubezpieczenia społeczne		Świadczenia z ubezpieczeń społecznych	Składka na ubezpieczenie zdrowotne
ulga na start	maksymalnie przez 6 miesięcy, od kiedy rozpocznesz działalność	brak składek		brak świadczeń	Zasady ustalania podstawy wymiaru składki na ubezpieczenie zdrowotne zależą od formy opodatkowania
preferencyjne składki	maksymalnie przez 24 miesiące, od kiedy rozpocznesz działalność albo przestaniesz korzystać z ulgi na start	najniższa podstawa, od której obliczasz składki, to 30% minimalnego wynagrodzenia (w 2026 r. – 1441,80 zł)	Ważne! Możesz płacić wyższe składki, ale są limity: - podstawa wymiaru składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe jest ograniczona w danym roku kalendarzowym (w 2026 r. – 282 600 zł) - podstawa wymiaru składki na dobrowolne ubezpieczenie chorobowe jest ograniczona w danym miesiącu (w 2026 r. – 23 550 zł)	ZUS obliczy świadczenie od kwoty, od której opłacasz składki	
mały ZUS+	maksymalnie przez 36 miesięcy kalendarzowych w każdym okresie 60 miesięcy kalendarzowych prowadzenia działalności gospodarczej	- podstawa ustalona z uwzględnieniem wysokości dochodu z działalności gospodarczej - podstawa mieści się między 30% minimalnego wynagrodzenia (w 2026 r. – 1441,80 zł) a 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego (w 2026 r. od 5652 zł)			

Działalność nieewidencjonowana (nierejestrowana)

Jeśli prowadzisz drobną działalność nieewidencjonowaną (bez konieczności rejestracji w CEIDG), np. prowadzisz bloga, nie jesteś objęty ubezpieczeniami społecznymi.

Skutki prowadzenia działalności nieewidencjonowanej: **brak składek to brak świadczeń** z ubezpieczeń społecznych.

Minimalne kwoty składek na ubezpieczenia społeczne przedsiębiorcy (bez ubezpieczenia chorobowego)

	Standardowe składki	Preferencyjne składki
Podstawa wymiaru składek	od 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia miesięcznego (w 2026 r. od 5652 zł)	od 30% minimalnego wynagrodzenia (w 2026 r. od 1441,80 zł)
Łączna kwota składek na ubezpieczenia: emerytalne, rentowe i wypadkowe (ryczałt 1,67%)	1649,82 zł	420,86 zł

Wakacje składkowe

Jeśli prowadzisz działalność gospodarczą, możesz raz w roku skorzystać ze zwolnienia z opłacenia składek z tego tytułu na własne obowiązkowe ubezpieczenia emerytalne, rentowe i wypadkowe, na dobrowolne ubezpieczenie chorobowe, a także na Fundusz Pracy i Fundusz Solidarnościowy (tzw. wakacje składkowe).

Jest to ulga, która:

- przysługuje za jeden miesiąc kalendarzowy w danym roku;
- jest liczona od najniższej obowiązującej Cię minimalnej podstawy wymiaru;
- stanowi pomoc de minimis.

W miesiącu, w którym otrzymasz zwolnienie z opłacenia składek (wakacje składkowe), składki będą sfinansowane z budżetu państwa. Aby otrzymać ulgę, musisz spełnić określone warunki i złożyć wniosek przez eZUS. Istotne jest, że wniosek składasz w miesiącu poprzedzającym ten, za który chcesz uzyskać zwolnienie z opłacenia składek, czyli jeśli chcesz uzyskać ulgę i nie opłacać składek za sierpień, złóż wniosek w lipcu. Zwolnienie nie obejmuje składki zdrowotnej.

Składka zdrowotna

Jeśli prowadzisz działalność gospodarczą, jesteś obowiązkowo objęty ubezpieczeniem zdrowotnym. Podlegasz temu ubezpieczeniu od dnia, od którego prowadzisz działalność, do dnia, w którym ją zakończysz (z wyjątkiem okresu, na który zawieszysz działalność).

Zasady ustalania składki zdrowotnej zależą od formy opodatkowania. Inaczej podstawę wymiaru ustalają np. przedsiębiorcy opodatkowani na zasadach ogólnych, a inaczej – przedsiębiorcy opodatkowani w formie karty podatkowej lub ryczałtem od przychodów ewidencjonowanych.

Na przykład przedsiębiorca, który stosuje zasady ogólne, od 1 lutego 2026 r. do 31 stycznia 2027 r. opłaca składkę miesięczną od kwoty swojego dochodu z działalności gospodarczej z poprzedniego miesiąca, przy czym minimalna miesięczna podstawa wymiaru nie może być niższa od kwoty minimalnego wynagrodzenia.

Natomiast przedsiębiorca, który stosuje kartę podatkową, płaci składkę na ubezpieczenie zdrowotne za okres od 1 stycznia 2026 r. do 31 grudnia 2026 r. od podstawy, którą jest kwota minimalnego wynagrodzenia obowiązującego 1 stycznia 2026 r. W tym przypadku w 2026 r. miesięczna podstawa wymiaru składki na ubezpieczenie zdrowotne wynosi 4806 zł, a składka wyliczona od tej podstawy to 432,54 zł.

Składkę zdrowotną musisz zawsze opłacić w pełnej wysokości. Dzieje się tak nawet wtedy, gdy działalność gospodarczą wykonujesz tylko przez część miesiąca, bo np. pobierałeś zasiłek chorobowy.

Rozliczenia z ZUS

Jeśli będziesz rozliczać składki za ponad 5 osób, to dokumenty do ZUS będziesz obowiązkowo przekazywać w formie elektronicznej.

Możesz skorzystać z przygotowanego przez ZUS bezpłatnego programu Płatnik albo ePłatnik.



Przesyłanie dokumentów do ZUS

Jako płatnik składek musisz przekazywać do ZUS tzw. dokumenty rozliczeniowe. Są to:

- deklaracja rozliczeniowa ZUS DRA – są w niej wszystkie składki za dany miesiąc;
- raporty imienne za każdą osobę, za którą opłacasz składki:
 - ZUS RCA – o należnych składkach i wypłaconych świadczeniach;
 - ZUS RPA – o przychodach ubezpieczonego / okresach pracy nauczycielskiej;
 - ZUS RSA – o wypłaconych świadczeniach i przerwach w opłacaniu składek.

Nawet jeśli prowadzisz działalność gospodarczą i opłacasz składki tylko na własne ubezpieczenia, musisz co miesiąc przekazywać dokumenty rozliczeniowe do ZUS. Obowiązek ten wynika ze zmian w ustalaniu podstawy wymiaru składki na ubezpieczenie zdrowotne. Składasz w takim przypadku wyłącznie deklarację ZUS DRA, w której rozliczasz składki za siebie.

Zwolnieni ze składania dokumentów co miesiąc są tylko:

- marynarze, którzy zgłaszają się jako płatnicy składek na bieżąco,
- duchowni,
- osoby składające dokumenty za nianie,
- osoby, które są objęte dobrowolnymi ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi.

Jeśli rozliczasz składki za ponad 5 osób, to przekazujesz dokumenty obowiązkowo w formie elektronicznej. Możesz to robić za pośrednictwem ePłatnika albo programu Płatnik.

Aplikacja ePłatnik (internetowy odpowiednik programu Płatnik) jest powiązana z kontem płatnika na portalu eZUS. Musisz mieć więc konto na eZUS. Możesz używać ePłatnika, jeśli rozliczasz składki za maksymalnie 100 ubezpieczonych. Aplikacja pozwala podpisywać dokumenty nie tylko kwalifikowanym podpisem elektronicznym, lecz także podpisem osobistym (e-dowodem) lub profilem zaufanym ze strony pz.gov.pl.

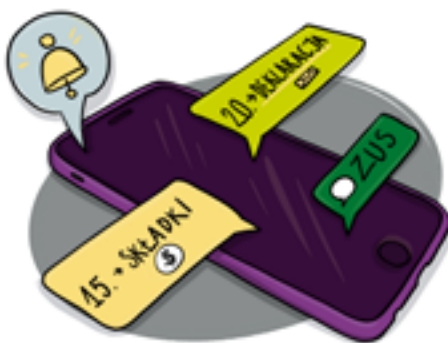
Z programu Płatnik możesz korzystać niezależnie od liczby ubezpieczanych osób. Jednak do przekazywania dokumentów za pomocą programu Płatnik potrzebny Ci będzie kwalifikowany podpis elektroniczny.

Terminy opłacania składek i przekazywania dokumentów

Opłacasz składki i przekazujesz dokumenty za dany miesiąc w terminie do:

- 15 dnia następnego miesiąca – jeśli prowadzisz m.in. spółkę kapitałową, spółdzielnię, stowarzyszenie, fundację, jednostkę samorządu terytorialnego, uczelnię wyższą, Kościół, zakład opieki zdrowotnej (ZOZ), czyli instytucję, która ma status osoby prawnej,
- 20 dnia następnego miesiąca – jeśli jesteś osobą fizyczną, przedsiębiorcą i m.in. opłacasz składki wyłącznie na własne ubezpieczenia, prowadzisz spółkę osobową, zatrudniasz pracowników.

Jeżeli 15 lub 20 dzień miesiąca przypada w sobotę, niedzielę lub święto, to ostatnim dniem na opłacenie składek i przekazanie dokumentów jest następny dzień po dniu lub dniach wolnych od pracy.



Ważne!

Wszystkie składki opłacasz jednym przelewem na swój numer rachunku składkowego (NRS).

Wniosek o odroczenie terminu płatności, rozłożenie długu na raty

Jeżeli nie będziesz w stanie na bieżąco opłacać składek, możesz wystąpić do ZUS z wnioskiem, aby odroczyć termin ich płatności. Jeśli już będziesz mieć zaległości składkowe, możesz złożyć wniosek, aby rozłożyć ten dług na raty. ZUS może też umorzyć należności z tytułu składek, ale musisz spełniać warunki określone w przepisach.

Dofinansowanie płatników składek

Jeśli nie będziesz zalegać z opłacaniem składek w ZUS, możesz uzyskać dofinansowanie na poprawę warunków bezpieczeństwa i higieny pracy w Twojej firmie.

ZUS przyznaje dofinansowanie w ramach corocznego konkursu na projekty dotyczące utrzymania zdolności do pracy przez cały okres aktywności zawodowej.

Maksymalna kwota dofinansowania wynosi:

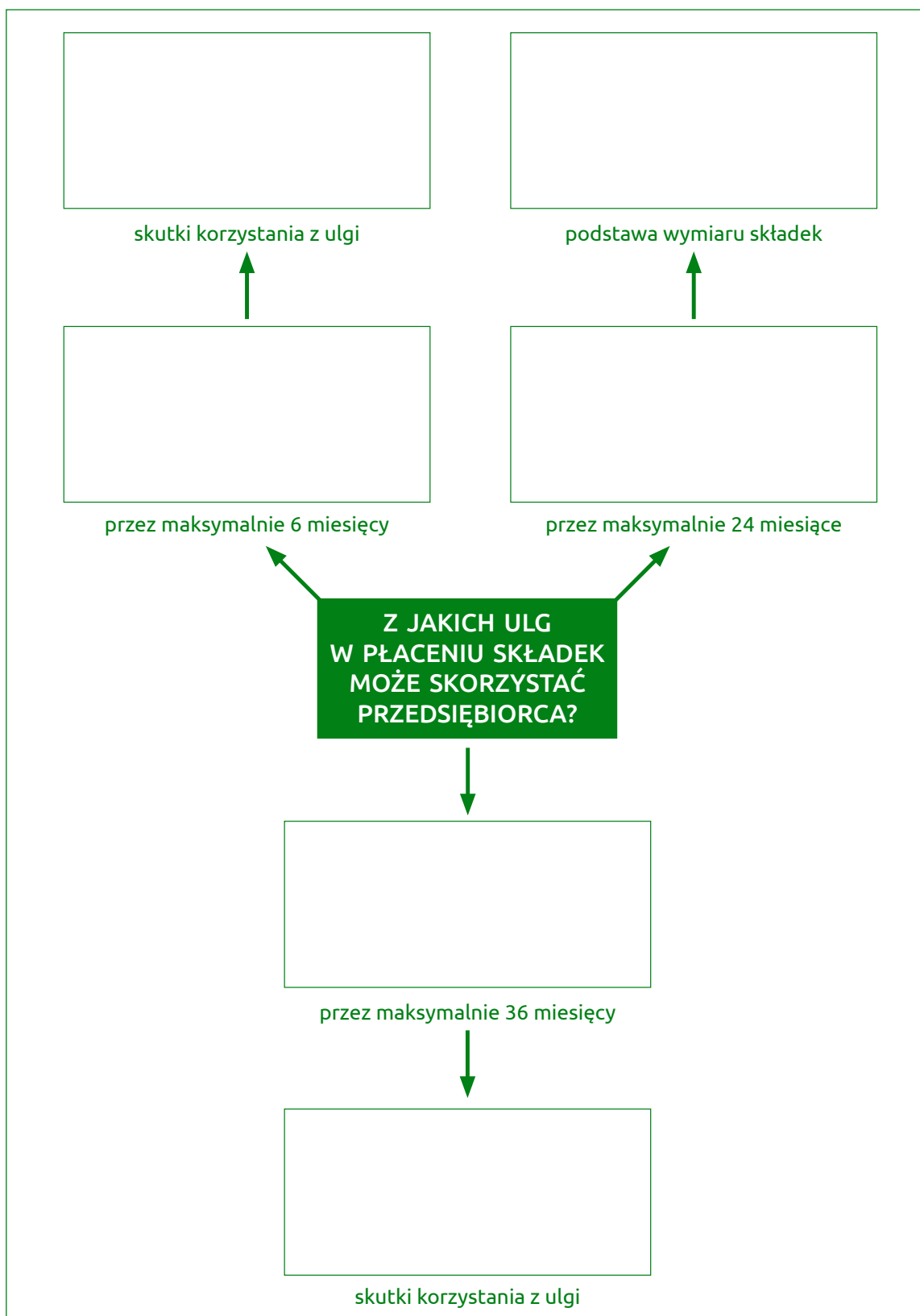
- do 80% szacowanej wartości projektu,
- nie mniej niż 15 tys. zł,
- nie więcej niż 350 tys. zł.





Ćwiczenie - mapa myśli

Na podstawie wiadomości z lekcji wypisz informacje o ulgach dla przedsiębiorców. Skorzystaj z poniższej mapy myśli albo zrób to na dużym arkuszu papieru.





Ćwiczenie

Rozwiąż zadania.

Zadanie 1

Anna prowadzi od 1 kwietnia 2026 r. działalność gospodarczą – internetowy sklep z produktami ekologicznymi. Od 1 kwietnia korzysta z ulgi na start. W maju Anna uległa wypadkowi przy pracy i jest niezdolna do pracy. Na jakie świadczenia może liczyć Anna?

Odpowiedź:

Zadanie 2

Piotr prowadzi restaurację. Zatrudnia Adama, który jest studentem i ma 23 lata, na podstawie umowy zlecenia. Wymień, jakie składki musi płacić Piotr od umowy zlecenia z Adamem.

Odpowiedź:

Zadanie 3

Andrzej prowadzi działalność gospodarczą – bar (jest to jego jedyna działalność zarobkowa). Zatrudnia na podstawie umowy o pracę jednego pracownika – Katarzynę. Andrzej opłaca za siebie preferencyjne składki (bez składki chorobowej). Wymień, jakie ubezpieczenia są obowiązkowe dla Andrzeja jako przedsiębiorcy, a jakie – dla Katarzyny. Na jakie świadczenia z ubezpieczenia chorobowego mogą oni liczyć w razie choroby i dlaczego?

Odpowiedź:

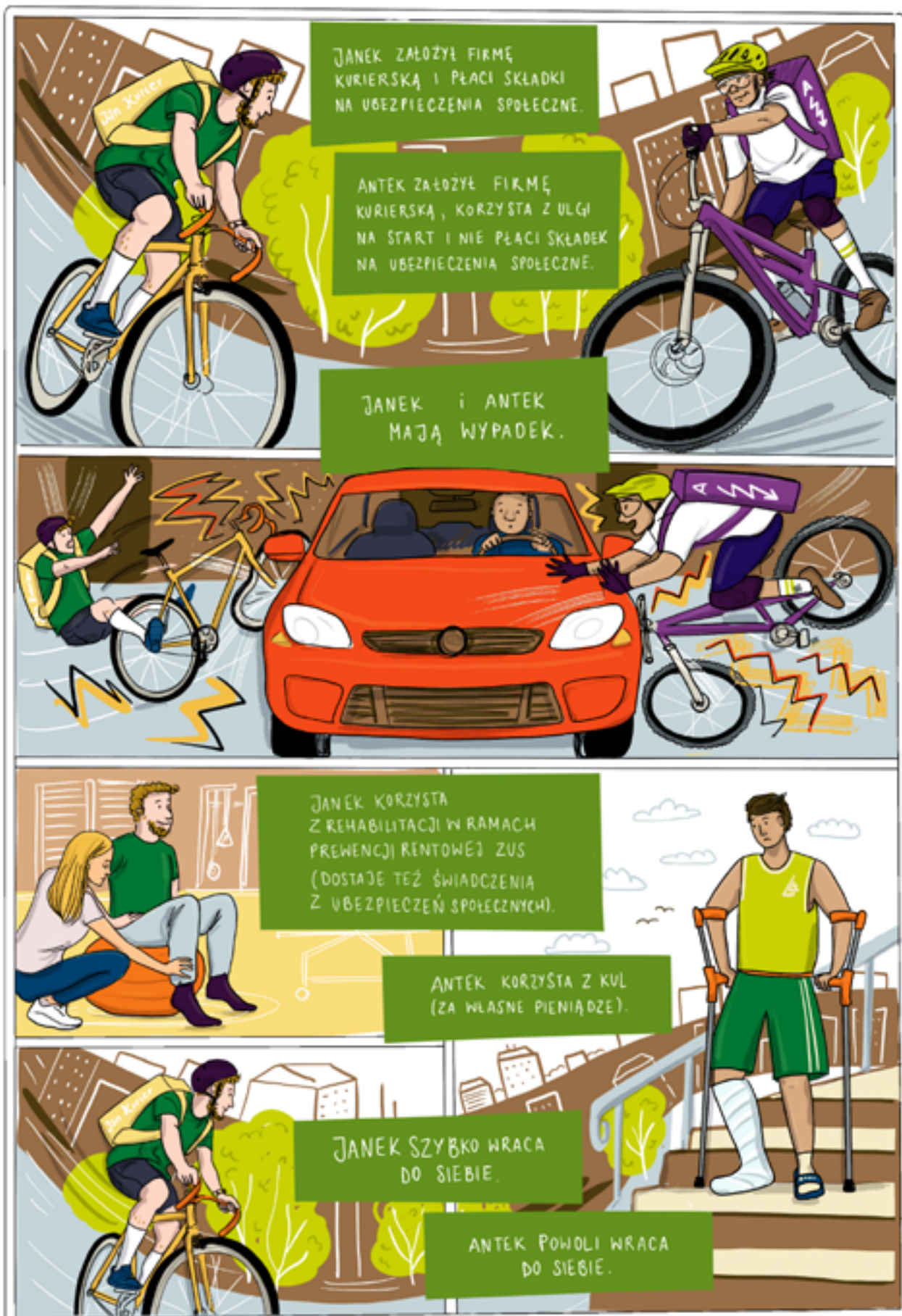
Zadanie 4

Maria prowadzi działalność gospodarczą – sklep z zabawkami dla dzieci. Korzystała przez 6 miesięcy z ulgi na start. Teraz opłaca składki na ubezpieczenia społeczne (w tym na ubezpieczenie chorobowe) od 30% minimalnego wynagrodzenia. Maria jest w ciąży. Czy będzie mogła skorzystać z zasiłku macierzyńskiego, gdy urodzi dziecko? Od jakiej kwoty ZUS będzie obliczał zasiłek?

Odpowiedź:



Komiks



Handwriting practice lines consisting of 30 horizontal dotted lines.

Cztery lekcje z ZUS

- 1. Świadomy zawsze ubezpieczony**
- 2. Co Ci się należy, kiedy płacisz składki**
- 3. Renty i emerytury**
- 4. ABC przedsiębiorcy**



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH