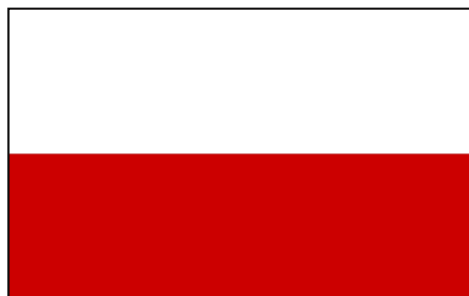


Kanada, wrzesień 2025 r.



# Świadczenia emerytalno- rentowe podlegające koordynacji na podstawie umowy o zabezpieczeniu społecznym między Polską i Kanadą

# Emerytura w Polsce

## Podstawa prawna



- Ustawa z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych ( Dz. U. z 2024r., poz. 1631) zwana ustawą emerytalną

# **Polskie świadczenia emerytalno-rentowe określone w ustawie emerytalnej**

- **emerytura**
- **renta z tytułu niezdolności do pracy**
- **renta rodzinna**
- **renta z tytułu wypadku przy pracy i choroby zawodowej**
- **jednorazowe odszkodowanie z tytułu wypadku przy pracy i choroby zawodowej**
- **dodatek pielęgnacyjny,**
- **zasiłek pogrzebowy**

# Prawo do emerytury

Dla ustalenia prawa do polskiej emerytury nie ma znaczenia długość przebytych okresów składkowych i nieskładkowych, czyli staż pracy.

- **Prawo** do emerytury uzyskujemy od dnia, w którym zostanie osiągnięty powszechny wiek emerytalny, nie wcześniej jednak niż od miesiąca, w którym zgłoszony został w tej sprawie wniosek.
- **Wiek emerytalny** – dla kobiet 60 lat, dla mężczyzn 65 lat
- **Wypłata** emerytury następuje na wniosek emeryta – **po rozwiązaniu umowy o pracę**. Warunek ten nie dotyczy prowadzących działalność na własny rachunek i osób z nimi współpracujących, osób zatrudnionych na podstawie umowy-zlecenia.

# Podstawa obliczenia emerytury

Podstawę obliczenia emerytury stanowi:

- **kwota składek na ubezpieczenie emerytalne**, z uwzględnieniem waloryzacji składek zewidencjonowanych na indywidualnym koncie ubezpieczonego do końca miesiąca poprzedzającego miesiąc, od którego przysługuje wypłata emerytury;
- **kwota zwaloryzowanego kapitału początkowego** (objęci ubezpieczeniem społecznym przed 1 stycznia 1999 r.);
- **kwota środków zewidencjonowanych na subkoncie w ZUS**, w tym również przeniesionych z OFE, z uwzględnieniem waloryzacji tych środków.

# Kapitał początkowy

- Kapitał stanowi jeden z elementów podstawy obliczenia emerytury dla ubezpieczonych przed 1999 r.
- Okresy składkowe i nieskładkowe przebyte przed 1999 r.
- Podstawa wymiaru składek za okresy ubezpieczenia przed 1999 r.
- Wysokość kapitału początkowego - tzw. hipotetyczna emerytura jaką ubezpieczony uzyskałby na dzień 1.01.1999 r., którą mnoży się przez średnie dalsze trwanie życia (kobiet i mężczyzn) w wieku 62 lat, tj. na dzień 1.01.1999 r. – 209 miesięcy.

# Wysokość emerytury

Wysokość emerytury zależy nie tylko od tego jak długo pracujemy, ile zarabiamy, lecz również od tego, w jakim momencie zdecydujemy się przejść na emeryturę.

**Kwota emerytury** to równowartość podstawy jej obliczenia podzielona przez średnie dalsze trwanie życia dla osób w wieku równym wiekowi, w którym ubezpieczony przechodzi na emeryturę (art. 26 ust. 1 ustawy emerytalnej).

$$\text{Emerytura} = \frac{\text{podstawa obliczenia emerytury}}{\text{średnie dalsze trwanie życia}}$$



## Renta z tytułu niezdolności do pracy

**Prawo** do renty z tytułu niezdolności do pracy przysługuje ubezpieczonemu, który spełnia łącznie następujące warunki:

- jest niezdolny do pracy
- ma wymagany okres składkowy i nieskładkowy (dla ubezpieczonych, którzy ukończyli 30 rok życia okres ten wynosi 5 lat w ostatnim dziesięcioleciu poprzedzającym datę zgłoszenia wniosku lub powstania niezdolności do pracy);
- niezdolność do pracy powstała w określonych ustawą okresach składkowych (np. okres zatrudnienia, okres ubezpieczenia) i nieskładkowych (np. w okresie pobierania zasiłku chorobowego lub opiekuńczego) albo nie później niż w ciągu 18 miesięcy od ustania tych okresów.

## Renta z tytułu niezdolności do pracy

Za niezdolną do pracy uważa się osobę, która całkowicie lub częściowo utraciła zdolność do pracy zarobkowej z powodu naruszenia sprawności organizmu i nie rokuje odzyskania tej zdolności po przekwalifikowaniu.

**Podstawę** do wydania decyzji w sprawie renty z tytułu niezdolności do pracy stanowi:

- orzeczenie lekarza orzecznika ZUS, od którego nie wniesiono sprzeciwu,
- orzeczenie komisji lekarskiej ZUS.

## Renta rodzinna

przysługuje po osobie, która:

- miała ustalone prawo do jednego ze świadczeń emerytalno-rentowych,
- spełniała warunki do ustalenia prawa do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy.

## Krąg uprawnionych do renty rodzinnej

- dzieci własne, dzieci drugiego małżonka oraz dzieci przysposobione,
- przyjęte na wychowanie i utrzymanie przed osiągnięciem pełnoletności wnuki, rodzeństwo i inne dzieci z wyłączeniem dzieci przyjętych na wychowanie i utrzymanie w ramach rodziny zastępczej lub rodzinnego domu dziecka,
- **małżonek (wdowa i wdowiec),**
- rodzice, w tym ojczym, macocha, i osoby przysposabiające.



## MAŁŻONEK – wdowa, wdowiec, który do dnia śmierci pozostawał z nim we wspólności małżeńskiej, jeżeli:



- w chwili śmierci małżonka ukończył 50 lat lub był niezdolny do pracy albo
- wychowuje co najmniej jedno z dzieci, wnuków lub rodzeństwa uprawnionych do renty rodzinnej po zmarłym współmałżonku, które nie ukończyło 16 lat, a jeżeli się kształci w szkole -18 lat lub
- jeżeli sprawuje pieczę nad dzieckiem całkowicie niezdolnym do pracy oraz do samodzielnej egzystencji lub całkowicie niezdolnym do pracy, uprawnionym do renty rodzinnej,

## Wysokość renty rodzinnej



### Renta rodzinna wynosi:

- dla jednej osoby uprawnionej – **85%** świadczenia, które przysługiwało albo przysługiwałoby zmarłemu,
- dla dwóch osób uprawnionych – **90%** świadczenia, które przysługiwało albo przysługiwałoby zmarłemu,
- dla trzech lub więcej osób uprawnionych – **95%** świadczenia, które przysługiwało albo przysługiwałoby zmarłemu.

### Uwaga!

Wszystkim uprawnionym członkom rodziny przysługuje jedna łączna renta rodzinna.

Jest ona dzielona na równe części między te osoby.

# **Renta wdowia nowy rodzaj pomocy finansowej dla seniorów**

Ustawa z dnia 26 lipca 2024 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych oraz niektórych innych ustaw – *tzw. renta wdowia*

## Zakres ustawy:

Ustawa wprowadza **nową regułę zbiegu świadczeń dla wdów lub wdowców** tj. renty rodzinnej z innymi świadczeniami emerytalno-rentowymi przysługującymi w organach emerytalnych i rentowych (w ZUS, KRUS, WBE, ZER MSWiA, BESW). Zależnie od wskazanego wyboru przez osobę uprawnioną, będzie przysługiwała wypłata:

- 100% świadczenia emerytalno-rentowego i 25% renty rodzinnej, albo
- 100% renty rodzinnej i 25% świadczenia emerytalno-rentowego.

**Procent drugiego świadczenia wypłacanego w zbiegu wynosi:**

- 1) 15 % w okresie od dnia 1 lipca 2025 r. do dnia 31 grudnia 2026 r.;
- 2) 25 % w okresie od dnia 1 stycznia 2027 r.



## Renta rodzinna i własne świadczenie

Jeśli jesteś wdową lub wdowcem i masz prawo do **renty rodzinnej** oraz **własnego świadczenia**, to możesz wybrać, żebyśmy wypłacali Ci:

**100% RENTY RODZINNEJ**  
ORAZ  
**15% WŁASNEGO  
ŚWIADCZENIA**

**LUB**

**100% WŁASNEGO  
ŚWIADCZENIA**  
ORAZ  
**15% RENTY RODZINNEJ**

## Komu będziemy wypłacać świadczenie w zbiegu z rentą rodzinną?

Żebyśmy mogli wypłacić Ci świadczenie w zbiegu z **rentą rodzinną**, musisz łącznie spełnić następujące warunki:

- mieć co najmniej **60 lat** (jeśli jesteś kobietą) lub **65 lat** (jeśli jesteś mężczyzną),
- do dnia śmierci Twojego małżonka pozostawać z nim we **wspólności małżeńskiej**,
- **w chwili śmierci małżonka** mieć skończone co najmniej **55 lat** ( w przypadku kobiet) lub **60 lat** ( w przypadku mężczyzn)
- mieć prawo do **co najmniej dwóch świadczeń** emerytalno-rentowych, w tym renty rodzinnej po zmarłym małżonku,
- **nie pozostawać** obecnie w związku małżeńskim.

### Ważne!

Prawo do wypłaty świadczeń w zbiegu z rentą rodzinną **ustaje z dniem poprzedzającym dzień, w którym zawrzesz nowy związek małżeński.**

Ustawa z dnia 26 lipca 2024 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych oraz niektórych innych ustaw – *tzw. renta wdowia*

## Wysokość ustalonych świadczeń w zbiegu:



- wysokość sumy świadczeń ustalonych w zbiegu nie może przekroczyć trzykrotności kwoty najniższej emerytury, o której mowa w art. 85 ust. 2 ustawy emerytalnej, tj. obecnie od 1 marca 2025 r. 3x 1878,91 zł, łącznie **5636,73 zł**,
- do ww. limitu ustalonych świadczeń w zbiegu uwzględnia się polskie i zagraniczne świadczenia emerytalno-rentowe :

Wnioskodawca zamieszkały w Kanadzie wraz z wnioskiem ERWD o ustalenie zbiegu świadczeń z rentą rodzinną powinien przedłożyć zaświadczenie wystawione przez Service Canada potwierdzające prawo do świadczeń kanadyjskich i wysokość

Ustawa z dnia 26 lipca 2024 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych oraz niektórych innych ustaw – *tzw. renta wdowia*

## Zasady postępowania o ustalenie zbiegu świadczeń:

- ustalenie zbiegu świadczeń oraz ich wypłata następują **na wniosek** osoby uprawnionej,
- wniosek **ERWD** o ustalenie zbiegu świadczeń z rentą rodzinną może zostać złożony elektronicznie lub papierowo,
- na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) dla klientów została zamieszczona interaktywna ankieta, dzięki której klient sprawdzi czy będzie mógł skorzystać z renty wdowiej,
- Ankieta została połączona z kalkulatorem do wyliczenia szacunkowej kwoty połączonych świadczeń. Kalkulator podpowiada, który wariant jest korzystniejszy.

# Świadczenia emerytalno-rentowe w świetle polsko-kanadyjskiej Umowy o zabezpieczeniu społecznym



## Podstawy prawne dotyczące zabezpieczenia społecznego w stosunkach polsko-kanadyjskich

Od dnia 1 października 2009 r. podstawę prawną współpracy w zakresie ustalania i wypłaty emerytur i rent między ZUS a Service Canada stanowi:

- Umowa o zabezpieczeniu społecznym między Rzeczpospolitą Polską a Kanadą, podpisana w Warszawie dnia 2 kwietnia 2008 r.,
- Porozumienie Administracyjne w sprawie stosowania Umowy o zabezpieczeniu społecznym między Rzeczpospolitą Polską a Kanadą, podpisane w Warszawie dnia 2 kwietnia 2008 r.



# Porozumienie o zabezpieczeniu społecznym między Rządem Rzeczypospolitej Polskiej a Rządem Quebecu

Od 1 września 2018r. podstawę prawną współpracy w zakresie ustalania i wypłaty emerytur i rent między ZUS a Retraite Quebec (RRQ) stanowi:

- Porozumienie o zabezpieczeniu społecznym między Rządem Rzeczypospolitej Polskiej a Rządem Quebecu podpisane w Quebecu 3 czerwca 2015r. ( Dz. U. z 2018r., poz. 1511)
- Porozumienie Administracyjne w sprawie stosowania Porozumienia o zabezpieczeniu społecznym między Rządem Rzeczypospolitej Polskiej a Rządem Quebecu podpisane 3 czerwca 2015r.

## Polskie świadczenia emerytalno-rentowe objęte zakresem przedmiotowym Umowy i Porozumienia

- emerytura
- renta z tytułu niezdolności do pracy
- renta rodzinna
- renta z tytułu wypadku przy pracy i choroby zawodowej
- jednorazowe odszkodowanie z tytułu wypadku przy pracy i choroby zawodowej
- dodatek pielęgnacyjny, dodatek do renty rodzinnej dla sieroty zupełnej
- zasiłek pogrzebowy

## Polskie świadczenia emerytalno-rentowe objęte zakresem przedmiotowym Umowy i Porozumienia

Poza świadczeniami realizowanym przez ZUS umowa ma zastosowanie również do świadczeń emerytalno-rentowych z ubezpieczenia społecznego rolników realizowanych przez **Kasę Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego**

# Zasady ułatwiające uzyskanie świadczeń z zastosowaniem umowy

## Równe traktowanie

Osoby, do których stosuje się postanowienia Umowy i Porozumienia są uprawnione do świadczeń z instytucji drugiego państwa na takich samych zasadach jak obywatele tego państwa.

Zasada znajduje zastosowanie bez względu na obywatelstwo osoby objętej zakresem podmiotowym umowy oraz bez względu na miejsce zamieszkania w Polsce, w Kanadzie lub w państwie trzecim.



## Sumowanie okresów uznawanych

Jeżeli osoba ubiegająca się o przyznanie emerytury lub renty w Polsce ma okresy składkowe i nieskładkowe niewystarczające do nabycia uprawnień do świadczeń na podstawie polskich przepisów prawnych, wówczas dla celów przyznania świadczenia dolicza się (sumuje) okresy uznawane przebyte w Kanadzie, pod warunkiem, że się nie pokrywają.

Okresy uznawane to:

**w Polsce** - okresy składkowe i nieskładkowe,

**w Kanadzie/Qubecu** - okresy składkowe CPP/ QPP i okresy zamieszkania OAS

### *Przykład*

*ZUS ustalając uprawnienia do emerytury mężczyźnie urodzonemu przed 1949r. posiadającemu okres ubezpieczenia w Polsce wynoszący 18 lat oraz okres ubezpieczenia w Kanadzie wynoszący 7 lat, uwzględni (zsumuje) oba te okresy, co umożliwi spełnienie przez zainteresowanego warunku posiadania 25-letniego okresu składkowego i nieskładkowego wymaganego do nabycia prawa do polskiej emerytury.*

## Uznawanie zdarzeń objętych ochroną

Zdarzenia, które wystąpiły na terytorium drugiego państwa traktuje się tak, jakby zaszły pod rządami ustawodawstwa państwa zobowiązanego do udzielenia świadczeń.

Zgodnie z tą zasadą instytucja właściwa jednego państwa uwzględnia w ramach stosowanych przez nią przepisów prawnych określone zdarzenia, od spełnienia których przepisy te uzależniają nabycie, zachowanie prawa do świadczeń albo zmniejszenie, zawieszenie lub wysokość świadczeń, również wtedy, gdy zdarzenia te zaszły na terytorium drugiego państwa.

### *Przykład*

*Zgodnie z postanowieniami art. 103a ustawy emerytalnej emerytura przysługuje pod warunkiem rozwiązania stosunku pracy, u którego wnioskodawca wykonywał zatrudnienie w dacie nabycia prawa do świadczenia. Przy ustalaniu czy osoba ubiegająca się o emeryturę będąca pracownikiem spełnia warunek rozwiązania stosunku pracy, uwzględnia się również stosunek pracy zawarty z pracodawcą kanadyjskim w rozumieniu przepisów prawnych obowiązujących w Kanadzie.*

## Obliczanie wysokości emerytur i rent ustalonych z uwzględnieniem kanadyjskich okresów ubezpieczenia

Jeżeli do uzyskania prawa do emerytury lub renty z ZUS konieczne było uwzględnienie okresów ubezpieczenia przebytych w Kanadzie, świadczenie obliczane jest i wypłacane **w wysokości częściowej**, odpowiadającej proporcji okresów ubezpieczenia przebytych w Polsce w stosunku do łącznych okresów ubezpieczenia przebytych w Polsce i Kanadzie.

## Ustalanie wysokości emerytur dla osób urodzonych po 31 grudnia 1948 r.

Zasady dotyczące obliczania wysokości świadczenia proporcjonalnego nie odnoszą się do nowej emerytury z ZUS, ustalonej osobom urodzonym po 31 grudnia 1948, oraz do rent rodzinnych po osobach uprawnionych do takiej emerytury.

Wymienione świadczenia ustalane są wyłącznie na podstawie polskich okresów ubezpieczenia – bez uwzględniania kanadyjskich okresów ubezpieczenia.

## **Zasady składania wniosków o świadczenia emerytalno-rentowe z ZUS przyznawanych z zastosowaniem umowy polsko-kanadyjskiej**

Jednostką organizacyjną ZUS wyznaczoną przez Prezesa Zakładu do rozpatrywania wniosków o emeryturę lub rentę podlegającą koordynacji na podstawie umowy polsko-kanadyjskiej jest:

**Zakład Ubezpieczeń Społecznych  
I Oddział w Łodzi  
Wydział Realizacji Umów Międzynarodowych  
ul. Zamenhofska 2, 90-431 Łódź**



Jednostka ta jest właściwa w odniesieniu do osób:

- posiadających wyłącznie polskie okresy ubezpieczenia, zamieszkałych w Kanadzie oraz
- posiadających łączone okresy ubezpieczenia polskie i kanadyjskie.

## Zasady składania wniosków o świadczenia emerytalno-rentowe z ZUS przyznawanych z zastosowaniem Umowy oraz Porozumienia

Wszczęcie w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych postępowania w sprawach emerytur i rent podlegających koordynacji na podstawie Umowy oraz Porozumienia **następuje na podstawie wniosku zgłoszonego przez osobę zainteresowaną** lub jej pełnomocnika do właściwej jednostki organizacyjnej ZUS.

Przyznanie polskich emerytur i rent następuje nie wcześniej niż od miesiąca, w którym zgłoszono wniosek.

## Zasady składania wniosków o świadczenia emerytalno-rentowe z ZUS przyznawanych z zastosowaniem umowy polsko-kanadyjskiej

**Wnioskodawca zamieszkały w Kanadzie** wniosek o przyznanie polskiej emerytury lub renty może złożyć w terenowej placówce Service Canada/Retraite Quebec

Zainteresowany wypełnia odpowiedni formularz wniosku o polskie świadczenie:

- CAN-PL 1 / QC-PL 2 - Wniosek o emeryturę
- CAN-PL 1 / QC-PL 5 - Wniosek o rentę z tytułu niezdolności do pracy
- CAN-PL 2 / QC-PL 3 - Wniosek o rentę rodzinną,
- CAN-PL 6 / QC-PL 4 - Wniosek o zasiłek pogrzebowy.

Do składanego wniosku zainteresowany powinien dołączyć dokumenty uzasadniające prawo do polskich świadczeń i obliczenie ich wysokości a w przypadku świadczenia uzależnionego od niezdolności do pracy – odpowiednią dokumentację medyczną oraz opinię lekarską sporządzoną na formularzu ZUS N-11C/KANADA / B-076(1404)

# Formularz wniosku o emeryturę lub rentę CAN-PL 1

## Na co zwrócić uwagę przy wypełnianiu

UMOWA O ZABEZPIECZENIU SPOŁECZNYM MIĘDZY RZECZĄPOSPOLITĄ POLSKĄ A KANADĄ  
AGREEMENT ON SOCIAL SECURITY BETWEEN THE REPUBLIC OF POLAND AND CANADA

**CAN-PL 1**

**WNIOSEK  
APPLICATION**

☐ O POLSKĄ EMERYTURĘ  
FOR POLISH RETIREMENT PENSION

☐ O POLSKĄ RENTĘ Z TYTUŁU NIEZDOLNOŚCI DO PRACY  
FOR POLISH INABILITY TO WORK PENSION

Formularz w pkt od 1 do 7 wypełnia wnioskodawca drukowanymi literami wpisując tekst w miejscach wykopkowanych  
oraz zaznaczając krzyżykiem odpowiednią kolumnę.  
Formularz w pkt 8 wypełnia Instytucja Kanadyjska.  
Applicants must complete Sections 1 to 7 of the form in block letters using the dotted lines and placing a cross in boxes.  
The Canadian competent institution completes section 8 of this form.

**1. Informacje dotyczące osoby ubezpieczonej / Information concerning the Insured person**

1.1 Nazwisko / Family name .....

1.2 Nazwisko rodowe / Family name at birth .....

1.3 Inne używane nazwiska / Other family names used .....

1.4 Imiona / Given names .....

1.5 Data urodzenia / Date of birth ..... (1) Miejsce urodzenia / Place of birth .....

1.6 Imię ojca / Father's given name ..... Imię matki / Mother's given name .....

1.7 Płeć / Sex ☐ mężczyzna / male ☐ kobieta / female

1.8 Stan cywilny / Etat civil

☐ wolny / single ☐ żonaty / zameżna / married ☐ rozwiedziony / divorced

☐ w separacji / separated ☐ wdowiec / wdowa / widowed

1.9 Adres zamieszkania w Kanadzie / Current address in Canada .....

1.10 Ostatni adres zamieszkania w Polsce / Last home address in Poland .....

1.11 Numer identyfikacyjny w Polsce (2) / Polish Identification Number (2) .....

1.12 Numer ubezpieczenia w Kanadzie / Canadian Social Insurance Number .....

1.13 Zgłaszałem/am poprzednio w polskiej instytucji ubezpieczeniowej wniosek o emeryturę – rentę z tytułu niezdolności do pracy / I already filed an application for a retirement pension or in respect of my inability to work with an insurance institution in Poland

☐ tak / yes ☐ nie / no

Jeśli tak, podać / If yes, please indicate:

nazwę instytucji / name of the institution .....

adres instytucji / address of the institution .....

numer sprawy / file number .....

1.14 Ubiegam się o rentę z tytułu niezdolności do pracy spowodowanej / I apply for a pension for my inability to work due to:

- wypadkiem przy pracy lub chorobą zawodową / an accident at work or an occupational disease

☐ tak (3) / yes (3) ☐ nie / no

- wypadkiem w drodze do pracy lub z pracy / accident on the way to or from work

☐ tak (4) / yes (4) ☐ nie / no

1.15 Ubiegam się o rentę rolniczą z tytułu niezdolności do pracy spowodowanej wypadkiem przy pracy rolniczej lub rolniczą chorobą zawodową / I am applying for an agricultural pension since my inability to work was caused by an accident at work in agricultural functions or caused by an agricultural occupational disease

☐ tak (5) / yes (5) ☐ nie / no

w związku z wypadkiem przy pracy rolniczej w dniu ..... (1)

in connection with an accident at work on agricultural functions

Prawo do jednorazowego odszkodowania jeśli było rozpatrywane przez jednostkę KRUS w .....  
Right to a single compensation is / was considered by the Agricultural Social Insurance Fund in .....

UMOWA O ZABEZPIECZENIU SPOŁECZNYM MIĘDZY RZECZĄPOSPOLITĄ POLSKĄ A KANADĄ  
 AGREEMENT ON SOCIAL SECURITY BETWEEN THE REPUBLIC OF POLAND AND CANADA

CAN-PL 1

**WNIOSEK**  
**APPLICATION**

☐ **O POLSKĄ EMERYTURĘ**  
**FOR POLISH RETIREMENT PENSION**

☐ **O POLSKĄ RENTĘ Z TYTUŁU NIEZDOLNOŚCI DO PRACY**  
**FOR POLISH INABILITY TO WORK PENSION**

*Formularz w pkt od 1 do 7 wypełnia wnioskodawca drukowanymi literami wpisując tekst w miejscach wykropkowanych  
 oraz zaznaczając krzyżykiem odpowiednią kratkę.  
 Formularz w pkt 8 wypełnia instytucja kanadyjska.*

*Applicants must complete Sections 1 to 7 of the form in block letters using the dotted lines and placing a cross in boxes.  
 The Canadian competent institution completes section 8 of this form.*

|     |                                                                                            |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Informacje dotyczące osoby ubezpieczonej/ <i>Information concerning the insured person</i> |
| 1.1 | Nazwisko/ <i>Family name</i> .....                                                         |
| 1.2 | Nazwisko rodowe/ <i>Family name at birth</i> .....                                         |
| 1.3 | Inne używane nazwiska/ <i>Other family names used</i> .....                                |

1. Informacje dotyczące osoby ubezpieczonej/ *Information concerning the insured person*

- 1.1 Nazwisko/ *Family name* .....
- 1.2 Nazwisko rodowe/ *Family name at birth* .....
- 1.3 Inne używane nazwiska/ *Other family names used* .....
- 1.4 Imiona/ *Given names* .....
- 1.5 Data urodzenia/ *Date of birth* | | | | | | | | | | (1) Miejsce urodzenia/ *Place of birth* .....
- 1.6 Imię ojca/ *Father's given name* ..... Imię matki/ *Mother's given name* .....
- 1.7 Płeć/ *Sex* ☐ mężczyzna/ *male* ☐ kobieta/ *female*
- 1.8 Stan cywilny/ *Etat civil*
- |                                                          |                                                           |                                                            |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> wolny/a<br><i>single</i>        | <input type="checkbox"/> żonaty/zamężna<br><i>married</i> | <input type="checkbox"/> rozwiedziony/a<br><i>divorced</i> |
| <input type="checkbox"/> w separacji<br><i>separated</i> | <input type="checkbox"/> wdowiec/ wdowa<br><i>widowed</i> |                                                            |

- 1.9 Adres zamieszkania w Kanadzie/ *Current address in Canada* .....
- 1.10 Ostatni adres zamieszkania w Polsce/ *Last home address in Poland* .....
- 1.11 Numer identyfikacyjny w Polsce <sup>(2)</sup> / *Polish Identification Number* <sup>(2)</sup> .....
- 1.12 Numer ubezpieczenia w Kanadzie/ *Canadian Social Insurance Number* .....
- 1.13 Zgłaszałem/am poprzednio w polskiej instytucji ubezpieczeniowej wniosek o emeryturę – rentę z tytułu niezdolności do pracy  
*I already filed an application for a retirement pension or in respect of my inability to work with an insurance institution in Poland*
- ☐ tak/ yes ☐ nie/ no
- Jeśli tak, podać/ *If yes, please indicate:*
- nazwę instytucji/ *name of the institution* .....
- adres instytucji/ *address of the institution* .....
- numer sprawy/ *file number* .....
- 1.14 Ubiegam się o rentę z tytułu niezdolności do pracy spowodowanej/ *I apply for a pension for my inability to work due to:*
- wypadkiem przy pracy lub chorobą zawodową/ *an accident at work or an occupational disease*  
☐ tak <sup>(3)</sup> / yes <sup>(3)</sup> ☐ nie/ no
  - wypadkiem w drodze do pracy lub z pracy/ *accident on the way to or from work*  
☐ tak <sup>(4)</sup> / yes <sup>(4)</sup> ☐ nie/ no

2. Informacje dotyczące przebiegu ubezpieczenia/ *Information concerning the insurance periods*

| W okresie/ <i>During which periods</i>                              |                                                                   | <p>Podać kolejno, co Pan/ i robił/ a od ukończenia 15 lat życia: studia, praca najemna, praca na własny rachunek, służba wojskowa, pozostawanie bez pracy, wychowywanie dzieci <sup>(6)</sup></p> <p><i>Please indicate in chronological order information on your career from age 15: studies, work and self-employment, military service, inactivity, parental leave <sup>(6)</sup></i></p> | <p>Dokładnie określić rodzaj wykonywanego zawodu lub pracy</p> <p><i>Please specify the nature of your profession or activity</i></p> | <p>Państwo wykonywanej pracy</p> <p><i>Country where the profession or activity occurred</i></p> | <p>Wymienić dołączone dowody <sup>(7)</sup></p> <p><i>Please list the documents attached <sup>(7)</sup></i></p> |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| od/ <i>From</i><br>(rok–miesiąc–dzień)<br>( <i>Year-Month-Day</i> ) | do/ <i>To</i><br>(rok–miesiąc–dzień)<br>( <i>Year-Month-Day</i> ) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |
|                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       |                                                                                                  |                                                                                                                 |

4. Oświadczenie wnioskodawcy/ *Declaration of the applicant*Oświadczam, że/ *I declare that:*4.1 Nadal wykonuję działalność zawodową/ *I am still performing a professional activity* ☐ tak/ *yes* ☐ nie/ *no*Data, od której ustała lub ustanie działalność zawodowa  
*Current date or date of termination of the occupation*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

<sup>(1)</sup>Miesięczna wysokość przychodu z tytułu wykonywanej działalności zawodowej .....  
*Please indicate the monthly income of this occupation or professional activity*4.2 Pobieram/ *I am currently receiving*☐ wynagrodzenie za czas niezdolności do pracy, zasiłek chorobowy z ubezpieczenia społecznego lub świadczenie rehabilitacyjne<sup>(10)</sup> ☐ tak/ *yes* ☐ nie/ *no*  
*the payment of wages for a disease or a disease or rehabilitation benefit from a social insurance scheme*<sup>(10)</sup>Data zaprzestania pobierania tych świadczeń  
*Date of cessation of collection of these benefits*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

<sup>(1)</sup>

4.3 Pobieram polską emeryturę–rentę  
*I am currently receiving a Polish retirement pension*

☐

tak/ yes

☐

nie/ no

Jeśli tak, podać/ *If yes, please indicate:*

nazwę instytucji wypłacającej świadczenie/ *name of the institution* .....

adres instytucji/ *address of the institution* .....

numer świadczenia/ *pension number or file number* .....

4.6 Zgłaszałem/am wniosek o ustalenie kapitału początkowego <sup>(11)</sup>  
*I filed an application to set my initial capital <sup>(11)</sup>*

☐

tak/ yes

☐

nie/ no

Jeśli tak, należy podać oddział ZUS .....

*If yes, please indicate with which ZUS unit*

6. Identyfikacja bankowa/ *Bank information*

- 6.1 Należności z tytułu przysługującej emerytury–renty proszę przekazywać na rachunek bankowy/ *Please pay the amounts due for my retirement in this bank account:*
- 6.2 Pełna nazwa banku/ *Full name of the bank* .....
- 6.3 Pełny adres banku/ *Full address of the bank* .....  
.....
- 6.4 Kod identyfikacyjny banku (BIC/SWIFT)/ *Bank identification code (BIC/SWIFT)* .....
- 6.5 Numer rachunku bankowego <sup>(15)</sup>/ *Bank account number* <sup>(15)</sup> .....
- 6.6 Oświadczam, że ☐ jestem ☐ nie jestem  
*I declare that I am I am not*  
właścicielem lub współwłaścicielem ww. rachunku bankowego  
*owner or co-owner of above-mentioned bank account*

Do wniosku dołączam ..... dowodów  
*I am including with this application documents*

7. Świadomy/a odpowiedzialności karnej za składanie nieprawdziwych zeznań oświadczam, że wszystkie dane zawarte we wniosku podane zostały zgodnie z prawdą, co potwierdzam własnoręcznym podpisem/ *I am aware of the criminal liability for making false statements and I can certify that all the information contained in this application form is true.*

Data .....  
*Date*

Podpis wnioskodawcy .....  
*Signature of the applicant*

# Mieszkam w Kanadzie

## Wypełniłem wniosek o emeryturę lub rentę

### Gdzie go złożyć ?



## Składanie wniosku w kanadyjskiej instytucji ubezpieczeniowej

Do wniosku składanego za pośrednictwem kanadyjskiej instytucji należy załączyć **oryginały** lub **uwierzytelnione kopie dokumentów** potwierdzających okresy zatrudnienia przebyte na terenie Polski oraz tzw. okresy nieskładkowe uwzględniane przy ustalaniu prawa i obliczaniu wysokości polskich świadczeń.

**Potwierdzenia za zgodność z oryginałem** może dokonać pracownik kanadyjskiej instytucji ubezpieczeniowej, notariusz lub upoważniony pracownik ambasady lub konsulatu.

## Jakie dokumenty należy dołączyć do wniosku o emeryturę lub rentę



# Dokumenty i oświadczenia uzasadniające przyznanie polskich świadczeń i obliczenie ich wysokości

## Okresy składkowe (art.6) np.:

- **okresy zatrudnienia** - pisemne zaświadczenia pracodawców, świadectwa pracy lub legitymacje ubezpieczeniowe, inne dowody, takie np. jak: legitymacje służbowe, umowy o pracę, wpisy w dowodach osobistych, pisma kierowane przez zakład pracy do pracownika w czasie trwania zatrudnienia, np. o powołaniu, mianowaniu, angażowaniu itp.
- **okresy służby wojskowej** – zaświadczenie z Wojskowej Komendy Uzupełnień (WKU) lub książeczka wojskowa
- **okresy pobierania zasiłków dla bezrobotnych** – zaświadczenie z Urzędu Pracy

# Dokumenty i oświadczenia uzasadniające przyznanie polskich świadczeń i obliczenie ich wysokości

Okresy nieskładkowe (art.7) np. :

- **okresy pobierania po dniu 14.11.1991 r. zasiłków z ubezpieczenia społecznego:** chorobowego i opiekuńczego oraz świadczenia rehabilitacyjnego zarówno w czasie zatrudnienia (ubezpieczenia), jak i po ustaniu zatrudnienia (ubezpieczenia) – zaświadczenia pracodawców lub potwierdzenia Wydziału Zasiłków
- **okresy opieki nad dziećmi** – oświadczenie o okresie sprawowania opieki oraz akty urodzenia dzieci
- **okres nauki w szkole wyższej** – zaświadczenie z uczelni potwierdzające okres studiów i programowy tok ich trwania

## Gdzie szukać dokumentów?

- u pracodawców lub ich następców prawnych
- w archiwach lokalnych

- Archiwum Państwowe w Milanówku  
ul. Stefana Okrzei 1  
05-822 Milanówek  
tel. 0048 22 724 76 05

Dokumentacja osobowa, płacowa, informacja gdzie szukać dokumentów



- baza zlikwidowanych zakładów pracy na stronie internetowej ZUS [www.zus.pl](https://www.zus.pl/swiadczenia/emerytury/baza-zlikwidowanych-lub-przekształconych-zakladow-pracy)  
<https://www.zus.pl/swiadczenia/emerytury/baza-zlikwidowanych-lub-przekształconych-zakladow-pracy>

## Przekazywanie (transfer) emerytury lub renty z ZUS osobie zamieszkałej w Kanadzie

Osoba uprawniona do emerytury lub renty z ZUS **zamieszkała w Kanadzie**, może otrzymywać świadczenie, zgodnie z dyspozycją złożoną w ZUS:

- w Polsce - na rachunek bankowy świadczeniobiorcy lub na konto bankowe osoby upoważnionej przez niego do odbioru świadczenia, która mieszka w Polsce, albo
- w Kanadzie - na rachunek bankowy osoby uprawnionej, prowadzony w banku w Kanadzie.

Wypłata polskich emerytur i rent odbywa się w terminach miesięcznych, w dniu ustalonym w decyzji organu rentowego jako termin płatności świadczeń.

Za dzień wypłaty polskich świadczeń emerytalno-rentowych przekazywanych do Kanady, uważa się dzień przekazania należności do banku.



# Kontrola uprawnień do emerytury lub renty osoby zamieszkałej w Kanadzie



**Świadczeniobiorca zamieszkały w Kanadzie** obowiązany jest informować jednostkę organizacyjną ZUS przekazującą mu emeryturę lub rentę o każdorazowej zmianie:

- miejsca zamieszkania,
- rachunku bankowego oraz
- o wszystkich okolicznościach mających wpływ na prawo lub wysokość świadczeń albo na ich wypłatę, takich jak kontynuowanie zatrudnienia u kanadyjskiego pracodawcy, podjęcie zatrudnienia lub pracy na własny rachunek, odzyskanie zdolności do pracy, zakończeniu studiów przez dziecko uprawnione do renty rodzinnej.

Polskie przepisy dotyczące **zmniejszenia wysokości lub zawieszenia prawa** do emerytury lub renty ze względu na osiągnięcie przychodów stosowane są również w odniesieniu do osób osiągających przychody w Kanadzie. Osoby te mają obowiązek informowania jednostek ZUS wypłacających świadczenia o osiąganym przychodzie w tym o kwocie tych przychodów.

## Kontrola uprawnień do emerytury lub renty osoby zamieszkałej w Kanadzie

ZUS przekazując polskie świadczenia emerytalno-rentowe osobom uprawnionym zamieszkałym w Kanadzie, przeprowadza kontrolę istnienia dalszego prawa świadczeniobiorców do pobierania świadczeń – w tym celu okresowo przesyła emerytom i rencistom do wypełnienia i własnoręcznego podpisania formularz **ZUS-RZ-OZS-01 „Oświadczenie emeryta/rencisty zamieszkałego za granicą o istnieniu dalszego prawa do pobierania świadczenia”**.

Własnoręczność podpisu złożonego na formularzu *Poświadczenie życia i zamieszkania* przez zamieszkałego za granicą (np. w Kanadzie) emeryta, rencistę lub upoważnioną osobę sprawującą faktyczną opiekę nad emerytem lub rencistą, może być potwierdzona przez właściwy urząd lub osobę do tego upoważnioną w państwie zamieszkania wymienionych osób, albo przez osobę upoważnioną w polskiej placówce dyplomatycznej lub konsularnej.

**ZUS nie jest organem podatkowym a jedynie jako płatnik potrąca podatek z kwot emerytur i rent i odprowadza do polskiego urzędu skarbowego**

## Opodatkowanie polskich świadczeń emerytalno-rentowych wypłacanych osobom zamieszkałym w Kanadzie

W odniesieniu do:

- **osób zamieszkałych w Polsce** – świadczenia wypłaca się w kwotach netto po potrąceniu zaliczki na podatek dochodowy ustalonej zgodnie z przepisami polskiej ustawy podatkowej,
- **osobom zamieszkałym w Kanadzie** - świadczenia wypłaca się w kwotach netto – zgodnie z postanowieniami konwencji między Rzeczpospolitą Polską a Kanadą w sprawie unikania podwójnego opodatkowania i zapobiegania uchylaniu się od opodatkowania w zakresie podatków od dochodu podpisana w Ottawie 14 maja 2012 r. ( Dz. U z 2013 r., poz. 1371)
- **osobom zamieszkałym w państwie „trzecim”** - świadczenia wypłaca się w kwotach brutto lub kwotach netto – odpowiednio do postanowień umowy międzynarodowej o unikaniu podwójnego opodatkowania zawartej przez Polskę z państwem zamieszkania świadczeniobiorcy, a w przypadku braku takiej umowy świadczenia wypłaca się w kwotach netto – po potrąceniu zaliczki na podatek dochodowy zgodnie z przepisami polskiej ustawy podatkowej.

# Opodatkowanie polskich świadczeń emerytalno-rentowych

Tzw. Polski Ład od stycznia 2022 r. wprowadził zasadę, że emerytury i renty w miesięcznej kwocie brutto do 2500 zł nie będą podlegały opodatkowaniu.

Oznacza to, że od rocznego dochodu w kwocie do 30 000 – nie pobieramy zaliczek na podatek dochodowy.

Na podstawie art. 34 ust. 1 ustawy PIT, organy rentowe są jednak zobowiązane jako płatnicy pobierać miesięczne zaliczki od wypłacanych bezpośrednio emerytur i rent.

Powyższe oznacza, że w odniesieniu do osób zamieszkałych w Kanadzie – świadczenia, które w danym miesiącu przekroczą kwotę brutto 2500 zł wypłacamy w kwotach netto – po potrąceniu zaliczki na podatek dochodowy tylko od kwoty przekraczającej 2500 zł.

Taka sytuacja może mieć miejsce przy wypłacie tzw. „13” i „14” emerytur.

# Wniosek o niepobieranie zaliczki na podatek dochodowy EPD-21

Jeżeli roczny dochód z emerytury lub renty wynosi 30 000 albo mniej – można złożyć wniosek o niepobieranie zaliczki na podatek dochodowy.

Ma to wpływ m.in. na wysokość wypłacanych świadczeń dodatkowych tzw. „13” i „14” emerytury.



## Co się stanie, gdy złożycie Państwo wniosek EPD-21:

- do momentu, gdy suma świadczeń, które wypłacimy Państwu w danym roku, nie przekroczy 30 tys. zł, nie będziemy pobierać miesięcznych zaliczek na podatek od emerytury lub renty oraz dodatkowych świadczeń (np. „13” i „14” emerytury),
- gdy suma świadczeń w danym roku przekroczy 30 tys. zł, zaczniemy pobierać miesięczne zaliczki na podatek z Państwa świadczeń,
- w kolejnym roku otrzymacie Państwo z ZUS PIT-11A

## Ważne!

- jeśli złożycie Państwo wniosek **EPD-21**, będzie on obowiązywał do czasu, gdy go wycofacie lub złożycie inny wniosek podatkowy.
- jeżeli zajdą nowe okoliczności, które mają wpływ na obliczenie zaliczki na podatek, powinni Państwo wycofać lub zmienić złożony wniosek podatkowy.

## Roczne rozliczenie podatkowe PIT

Po zakończeniu roku podatkowego sporządzamy i przekazujemy do naszych świadczeniobiorców roczne obliczenie podatku (**PIT-11A**) oraz urzędowi skarbowemu właściwemu w sprawach opodatkowania osób mieszkających za granicą.

W PIT wykazujemy kwotę przychodu (dochodu) z tytułu emerytury oraz kwotę zaliczki na podatek dochodowy. Dochód i pobrana zaliczka powinna zostać wykazana przez Państwa w rocznym zeznaniu podatkowym w miejscu zamieszkania.

Sposób opodatkowania dochodu uzyskanego w Polsce zgodnie z prawem podatkowym Kanady, zasady przeliczania dochodu na walutę kanadyjską, oraz zakres wymaganej dokumentacji regulują przepisy prawa krajowego Kanady.

**ZUS nie jest organem właściwym w zakresie obejmowania ubezpieczeniem zdrowotnym w Polsce. Jest nim Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ)  
ZUS jedynie jako płatnik potrąca składkę na ubezpieczenie zdrowotne w odniesieniu do emerytów i rencistów objętych ubezpieczeniem zdrowotnym w Polsce**

## Ubezpieczenie zdrowotne w Polsce polskich emerytów i rencistów zamieszkałych w Kanadzie

Świadczenia zdrowotne nie zostały objęte zakresem przedmiotowym Umowy.

Pobierane emerytury lub renty z ZUS przez osoby zamieszkałe w Kanadzie nie stanowi tytułu do podlegania ubezpieczeniu zdrowotnemu w Polsce, co oznacza, że z wypłacanych tym osobom świadczeń organ rentowy **ZUS nie pobiera składki na ubezpieczenie zdrowotne** w NFZ.

### **UWAGA!!**

czasowy pobyt w Polsce nie uprawnia do zgłoszenia do ubezpieczenia zdrowotnego.  
Tylko stała zmiana centrum interesów życiowych z Kanady na Polskę upoważnia do zgłoszenia do ubezpieczenia zdrowotnego

# Usługi Elektroniczne ZUS

## Usługi Elektroniczne ZUS:

1. PUE i ePUAP
2. E-wizyta w ZUS

PODMIOT ODPOWIEDZIALNY

PUE



ePUAP



kliknij tutaj aby,  
dowiedzieć się więcej



kliknij tutaj aby,  
dowiedzieć się więcej

**profil PUE**

- ➔ umożliwia przeglądanie danych zgromadzonych w ZUS
- ➔ umożliwia przesyłanie drogą elektroniczną dokumentów ubezpieczeniowych
- ➔ umożliwia składanie wniosków i otrzymywanie na nie odpowiedzi
- ➔ daje możliwość rezerwacji wizyty w ZUS
- ➔ umożliwia zadawanie pytań i otrzymywać odpowiedzi z ZUS
- ➔ gwarantuje bezpieczeństwo dostępu do danych

<https://www.zus.pl/ezus/logowanie?jezyk=pl>

**profil zaufany (PZ)**

- ➔ to bezpłatna metoda potwierdzania tożsamości obywatela w systemach elektronicznej administracji
- ➔ dzięki niemu można wysyłać przez Internet dokumenty i wnioski do różnych urzędów
- ➔ działa jak odręczny podpis. Potwierdza tożsamość Obywatela, skutecznie zastępuje podpis w kontaktach z podmiotami publicznymi

## SPOSOBY REJESTRACJI I ZAUFANIA\* PROFILU PUE

### KLIENT SAMODZIELNIE

rejestruje profil na stronie

Na etapie rejestracji klient wybiera, w jaki sposób zostanie potwierdzona jego tożsamość.

Profil założony tymi metodami jest od razu zaufany\*



PROFIL ZAUFANY/LOGIN.GOV.PL



TWÓJ KWALIFIKOWANY PODPIS ELEKTRONICZNY



TWOJA BANKOWOŚĆ ELEKTRONICZNA



### PRACOWNIK ZUS

w trakcie osobistej wizyty klienta

Rejestracja profilu przez pracownika jest równoznaczna z zaufaniem\* profilu PUE.

DO REJESTRACJI



**\*\*Konieczne  
potwierdzenie  
tożsamości przez  
pracownika ZUS  
w terminie 7 dni**



### pracownik ZUS

w trakcie **osobistej wizyty** klienta  
lub **e-wizyty**

\* Zaufanie profilu umożliwia użytkownikowi zalogowania się do profilu oraz daje mu dostęp do usług wymagających uwierzytelnienia.

\*\* Ze względów bezpieczeństwa, jeśli klient nie posiada profilu zaufanego (PZ), e-dowodu, kwalifikowanego podpisu elektronicznego albo nie będzie korzystać z rejestracji profilu za pośrednictwem bankowości elektronicznej, konieczne jest potwierdzenie tożsamości klienta przez pracownika ZUS. W trakcie rozmowy z pracownikiem wystarczy okazać dokument potwierdzający tożsamość, np. dowód osobisty.

## E-WIZYTA

The screenshot shows the ZUS website interface. At the top, there's a navigation bar with the ZUS logo, contact information, and links for registration and login. Below this is a main menu with categories like 'Świadczenia', 'Firmy', 'Pracujący', 'Lekarze', 'Wzory formularzy', 'Baza wiedzy', and 'O ZUS'. The main content area features a large heading 'Wygodna wizyta w ZUS' and a section titled '► E-WIZYTA przez internet'. This section lists three ways to book an appointment: by phone, through the PUE (Public User Interface), or via the mZUS mobile app. To the right of the text is a photo of a woman and a man looking at a laptop. Below the photo is a section for the podcast 'ZUS na głos' dated 28.01.2025. At the bottom of the page is a horizontal menu with various service categories, including 'Wakacje składkowe', 'Renta wdowia', 'Świadczenie honorowe', 'Pomoc dla powodźian', 'Aktywny Rodzic', and 'Wizyta w ZUS' (which is highlighted in green). A blue arrow points from the 'E-WIZYTA' header to the 'Wizyta w ZUS' menu item.

**Wygodna wizyta w ZUS**

► **E-WIZYTA** przez internet

- Umów się na wideorozmowę z pracownikiem placówki ZUS

► **Zarezerwuj wizytę w placówce ZUS** na konkretny dzień i godzinę:

- **przez telefon**  
zadzwoń do najbliższego oddziału ZUS
- **przez PUE**  
wybierz [Wizyty] > [Rezerwacja wizyty]
- **przez aplikacje mobilną mZUS**  
wybierz [Wizyty] > [Wizyty w ZUS].

**Wizyta w ZUS**

E-wizyta to wideorozmowa z ekspertem ZUS. Aby z niej skorzystać wystarczy komputer lub inne urządzenie z dostępem do Internetu, mikrofonem i kamerą. Usługa dostępna jest w dni robocze w godzinach 9.00-14.00. Aby umówić się na e-wizytę należy:

Wejść na stronę [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

Wybrać zakładkę E-wizyta

Kliknąć w link „Umów się na wideorozmowę z pracownikiem placówki ZUS”



## GDZIE OTRZYMASZ POMOC?

### KONTAKT

- ➔ [www.zus.pl](http://www.zus.pl).
- ➔ Centrum Kontaktu Klientów ZUS (CKK) dostępne w dni robocze (pn.-pt.) w godzinach 7.00-18.00 pod numerem ogólnopolskiej infolinii **22 560 16 00**.
- ➔ e-mail: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)
- ➔ za pośrednictwem formularza [Formularz kontaktowy zapytania ogólnego](#)
- ➔ e-wizyta w ZUS w dni robocze, w godzinach 9.00-14.00.

# Dziękuję za uwagę