

# ZUS dla Seniora



W numerze

**UWAŻAJ NA OSZUSTÓW,  
KTÓRZY TWIERDZĄ, ŻE SĄ  
PRACOWNIKAMI ZUS**

s. 2

**ZADBAJ O UBEZPIECZENIE  
ZDROWOTNE SWOJEJ  
RODZINY**

s. 4

Szanowni Państwo!

Dbamy o Państwa bezpieczeństwo i dlatego współpracujemy z Policją i Urzędem Ochrony Konkurencji i Konsumentów.

W tym numerze „ZUS dla Seniora” piszemy o osobach podszywających się pod pracowników ZUS, a Policja przestrzega seniorów przed nadmierną ufnością wobec osób obcych i udziela ważnych rad. Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów przedstawia z kolei najczęstsze scenariusze działania oszustów i wyjaśnia, jak wybrnąć z kłopotów.

Zapraszamy do lektury! Zapraszamy też Państwa na „Dzień Seniora” organizowany w naszych placówkach w październiku.

*prof. Gertruda Uścińska  
prezes Zakładu Ubezpieczeń Społecznych*

*dr Elżbieta Ostrowska  
przewodnicząca Polskiego Związku Emerytów,  
Rencistów i Inwalidów*

*Marek Niechciał  
prezes Urzędu Ochrony Konkurencji  
i Konsumentów*

*gen. insp. dr Jarosław Szymczyk  
komendant główny Policji*

## EMERYTURY

**Jak poinformować ZUS  
o zmianie adresu  
albo o pracy zarobkowej**

Jeśli jesteś emerytem i zmienisz adres zamieszkania, nazwisko lub numer rachunku bankowego, powiadom nas o tym. Wypełnij prosty formularz i złóż go w naszej placówce albo wyślij elektronicznie lub pocztą.

Jeśli mieszkasz w Polsce, zgłoś zmianę swoich danych na formularzu EZP. Możesz go pobrać z naszej strony [www.zus.pl](http://www.zus.pl) albo wziąć z naszej najbliższej placówki.

Możesz też wypełnić wniosek na Platformie Usług Elektronicznych ZUS (PUE ZUS), jeśli masz tam konto. W katalogu usług wybierz „Złożenie dokumentu ZUS ER WZD-01”. Następnie wydrukuj wniosek albo wyślij elektronicznie, gdy masz podpis kwalifikowany lub profil zaufany ePUAP.

Wniosek o zmianę danych może także złożyć w Twoim imieniu pełnomocnik, ale musi mieć Twoje pisemne pełnomocnictwo.

Wypełnienie wniosku o zmianę danych nie sprawi Ci kłopotu. Uprościliśmy go – musisz podać tylko niezbędne dane. Jeśli jednak o czymś zapomnisz albo nie załączysz potrzebnych dokumentów, poprosimy Cię o uzupełnienie.

### Nowy rachunek bankowy

Jeśli likwidujesz dotychczasowy rachunek bankowy i otwierasz nowy, na który mamy przekazywać Twoją



Fot.: © gpointstudio/Fotolia.com



ZAKŁAD  
UBEZPIECZEŃ  
SPOŁECZNYCH



## DZIEŃ SENIORA

październik  
2018

Sprawdź,  
co się będzie działo  
w Twojej okolicy na:  
[www.zus.pl/senior](http://www.zus.pl/senior)

emeryturę, zawiadom nas o tym minimum 20 dni przed terminem płatności świadczenia. W ten sposób unikniesz opóźnienia w wypłacie. Jeśli poinformujesz nas o tym za późno, świadczenie trafi na nieczynne konto, bank nam je zwróci, a następnie my przekazemy je zgodnie z Twoją dyspozycją.

### Pismo o zmianie danych

Gdy złożysz wniosek EZP, otrzymasz od nas pismo, w którym podamy, od jakiej daty te zmiany będą obowiązywać. Otrzymasz je na adres do korespondencji, który podasz we wniosku. Możesz też odebrać pismo osobiście lub przez pełnomocnika w naszej placówce albo elektronicznie na swoim koncie na PUE ZUS. O wystąpieniu dokumentu Cię e-mailem lub dodatkowo SMS-em (na adres lub numer telefonu podany na Twoim koncie na PUE ZUS).

**WAŻNE!** Jeśli mieszkasz za granicą i chcesz zmienić dane adresowe, poinformować o zmianie nazwiska lub numeru rachunku bankowego, wypełnij formularz EZZ (możesz go pobrać ze strony [www.zus.pl](http://www.zus.pl) albo wziąć z naszej placówki). Możesz też złożyć przez PUE ZUS formularz ZUS-RZ-WZD-01.

### Informacja o przychodzie

Jeśli masz prawo do emerytury (wcześniejszej, pomostowej) i nie jesteś jeszcze w wieku emerytalnym (60 lat – kobieta, 65 lat – mężczyzna), musisz powiadomić nas o swojej pracy zarobkowej, która podlega obowiązkowi ubezpieczeń społecznych (np. o zawarciu umowy o pracę, umowy zlecenia, prowadzeniu działalności gospodarczej).

→ czytaj więcej na str. 2

## Zadbaj o swoje bezpieczeństwo

Seniorzy są szczególnie narażeni na działania przestępcze. Jest tak, bo są nadmiernie ufni i mają ograniczony dostęp do informacji o nowych metodach działania przestępców.

W 2017 r. popełniono w Polsce 40 208 przestępstw na szkodę osób starszych (65+), co stanowi ponad 5% wszyst-



Fot.: materiały Policji

kich przestępstw. Najczęstsze z nich to kradzieże, kradzieże z włamaniem, oszustwa, uszkodzenia rzeczy oraz przestępstwa drogowe. Dlatego chcielibyśmy udzielić każdemu seniorowi kilku rad.

Zamykaj drzwi na klucz lub na wewnętrzny zamek. Warto wyrobić w sobie taki odruch. Jeżeli wychodzisz z domu do ogrodu, zamknij drzwi ta-

rasowe. Podobnie z oknami – jeśli wychodzisz z domu na dłużej, pozamykaj je. Kiedy idziesz do sklepu, nawet tylko na kilka minut, włącz alarm.

Zachowaj także ostrożność podczas wizyt osób nieznanymi. Podstawowa zasada brzmi: nie wpuszczaj obcych do domu. Zawsze możesz poprosić o wizytę o innej porze, gdy ktoś jeszcze będzie w domu. Ofert, ulotek nie musisz odbierać osobiście, proś o zostawienie ich w skrzynce pocztowej lub pod drzwiami. Gdy zdecydujesz, że wpuścisz gościa, zwróć uwagę, czy jest sam. Kilku osób nie upilnujesz, a złodzieje często

z tego korzystają. Jeśli wpuścisz gościa do domu, nie zostawiaj go samego i nie pozwalaj mu chodzić po Twoim domu.

Nie trzymaj w domu rzeczy wartościowych. Podziel swoje skarby na takie, które możesz zdeponować w skrytce w banku i takie, których będziesz często używać i przechowywać w domu. Nie trzymaj oszczędności w domu – zainwe-

nas także, jeśli przewidujesz, że osiągniesz przychód w innej wysokości, niż podałeś nam wcześniej.

Oświadczenie o tym, że po przyznaniu emerytury zamierzasz (albo nie zamierzasz) osiągać przychód z działalności podlegającej obowiązkowi ubezpieczeń społecznych, możesz złożyć już w chwili składania wniosku o emeryturę. Wystarczy, że zaznaczysz odpowiedni punkt w formularzu wniosku o emeryturę (formularz EMP, strona 5, punkt 4). Podaj w nim także, czy wysokość przychodu spowoduje zawieszenie lub zmniejszenie świadczenia czy też nie spowoduje takich skutków.

Formularze EROP i EMP możesz wziąć z naszej placówki albo pobrać ze strony [www.zus.pl](http://www.zus.pl).

## Uważaj na oszustów, którzy twierdzą, że są pracownikami ZUS

**Nie zapraszamy telefonicznie na spotkania w sprawie dziedziczenia składek emerytalnych, nie odwiedzamy naszych klientów w domach, aby obliczyć albo przeliczyć im świadczenia i nie wysyłamy e-mailem faktur.**

Takie zaproszenia i spotkania służą wyłudzeniu Twoich danych. Oszuści mogą ich użyć nielegalnie, np. do oszustw finansowych. Dlatego przestrzegamy przed kontaktami z osobami, które podają, że są naszymi pracownikami. Ostrzegamy też przed otwieraniem e-maili ponoć z ZUS z informacją o konieczności opłacenia faktury. Jest to zainfekowana korespondencja. My nie kontaktujemy się z klientami w ten sposób. Informacje drogą elektroniczną przesyłamy tylko tym, którzy mają konto na Platformie Usług Elektronicznych ZUS i tylko przez PUE ZUS.

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości co do otrzymanej korespondencji, zaproszenia, spotkania, skontaktuj się z nami. Możesz zadzwonić pod numer 22 560 16 00.

stuj je lub zdeponuj w banku. W domu najlepiej trzymać tylko tyle gotówki, aby starczyło na bieżące wydatki. Jeżeli jednak zdecydujesz się przechowywać w domu drogą biżuterię czy większą gotówkę, koniecznie zainwestuj w niewielki sejf i mocno przytwierdź go do podłogi lub ściany.

Jednym ze sposobów zapobiegania przestępczości jest edukacja, m.in. w zakresie zabezpieczenia mienia czy metod i sposobów działania sprawców. Przestępcy bardzo często modyfikują zasady postępowania, gdyż na te nagłośnione medialnie coraz trudniej kogoś nabrać. Tak było w przypadku oszustwa na wnuczka, które zostało przekształcone w przestępstwo na policjanta, funkcjonariusza Centralnego Biura Śledczego Policji czy też na prokuratora. Dlatego warto znać najnowsze metody działania sprawców. W razie jakichkolwiek wątpliwości skontaktuj się z policją. Chodź na spotkania, które organizujemy dla seniorów – prezentujemy na nich lokalne zagrożenia i omawiamy sposoby ich unikania.

Wydział Profilaktyki Społecznej  
Biura Prewencji  
Komendy Głównej Policji

### Jak poinformować ZUS o zmianie adresu albo o pracy zarobkowej

→ ciąg dalszy ze str. 1

Przychody z takiej pracy mogą spowodować zawieszenie albo zmniejszenie świadczenia, jeśli przekroczą określone progi zarobkowe (progi te możesz sprawdzić na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce: Baza wiedzy – Składki, wskaźniki, odsetki – Wskaźniki). Dlatego musisz złożyć oświadczenie. Najwygodniej będzie, jeśli wykorzystasz formularz EROP.

W oświadczeniu podaj, z jakiego tytułu osiągasz przychód i czy spowoduje on zawieszenie świadczenia albo jego zmniejszenie, czy też nie będzie miał wpływu na jego wysokość. Poinformuj

**Podpisałeś umowę z akwizytorem? Możesz od niej odstąpić**

Jeśli zawarłeś umowę na pokazie lub akwizytor podstępem namówił Cię do zmiany sprzedawcy prądu czy gazu, możesz w ciągu 14 dni od niej odstąpić.

**Jak działa oszust**

Scenariusz może wyglądać tak: odbierasz telefon, a ktoś twierdzi, że jest z elektrowni, telekomunikacji, gazowni. Ma ponoć lepszą ofertę, ale mówi cicho i szybko. Nie mówi wprost, jaką firmę reprezentuje.

Zgadzasz się na jego warunki, więc kurier przywozi umowę, którą podpisujesz. W tej chwili zmieniasz dostawcę usług, a rachunki są wyższe, nie jesteś w stanie ich opłacać, rezygnujesz z nowej umowy, więc pojawiają się kary.

Inny scenariusz może być taki: dostajesz telefoniczne zaproszenie na rzekomo bezpłatne badania. Badanie trwa kilka minut i przeprowadza je pracownik działu marketingu. Prawdziwym celem tego zaproszenia jest sprzedaż drogiego ubezpieczenia medycznego.

Możesz też dostać zaproszenie po odbiór rzekomej nagrody, ale pod wpływem nieuczciwego sprzedawcy kupisz niewarte swojej ceny produkty, np. garnki, lampę solną, masażer.

**Problemy konsumentów**

Jaki jest ciąg dalszy takich scenariuszy? Chcesz wrócić do poprzedniego sprzedawcy prądu, ale nowa firma żąda wysokiej opłaty za wcześniejsze zakończenie umowy.

Gdy chcesz oddać magiczną lampę solną, okazuje się, że nie ma już firmy, od której ją kupiłeś. Gdy chcesz zrezygnować z pakietu paramedycznego, wmawiają Ci, że nie możesz tego zrobić. Oczywiście nie jest to prawda. Dlatego musisz znać swoje prawa.

**Pomoc prawna**

W ciągu 14 dni od zawarcia takiej umowy możesz od niej odstąpić. Gdy minął ten termin, a zostałeś

wprowadzony w błąd, można unieważnić umowę. Gdzie szukać pomocy?

Wszystkie dokumenty i faktury pokaż rzecznikowi konsumentów. Znajdziesz go w swoim urzędzie miejskim lub starostwie powiatowym.

Rzecznik Cię wysłucha, przeczyta dokumenty i napisze odstąpienie od umowy.

Pomoże Ci też później. Nie musisz mu za to płacić. Możesz też zadzwonić na infolinię konsumencką: 801 440 220 lub 22 290 89 16.

Marek Niechciał  
prezes Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów

**6 zasad rozsądnego seniora-konsumenta**

**NIE KUPUJ BEZ NAMYSŁU**

„Tylko w tych naczyniach ugotujesz obiad 3 razy szybciej” – zanim kupisz, zweryfikuj informacje. Skonsultuj zakup z rodziną



**NIE WIERZ W „DARMOWE” PREZENTY**

Uważaj, darmowa wycieczka może być połączona z kilkugodzinną sprzedażą kosztownych produktów



**NIE DAJ SOBIE WMÓWIĆ, ŻE NIE MASZ PRAWA**

Gdy kupujesz w domu czy na pokazie, to możesz odstąpić od umowy. Masz na to 14 dni od odbioru produktu



**BĄDŹ UWAŻNY - NIE DAJ SIĘ MANIPULACJI**

„Proszę odstąpić od umowy za tydzień, bo będzie wtedy osoba upoważniona” – gdy zastosujesz się do takiej instrukcji, może się okazać, że przekroczysz termin na odstąpienie od umowy



**NIE ULEGAJ NAMOWOM**

„Tylko dziś ten sprzęt jest w wyjątkowej cenie” – sprzedawcy wykorzystują wiele sztuczek, które mają skłonić cię do kupna produktu, nawet jeżeli go nie potrzebujesz. Przemyśl decyzję



**PAMIĘTAJ, NIE JESTEŚ SAM**

Pomocy szukaj u:  
- Rzeczników konsumentów w swoim miejscu zamieszkania  
- 801 440 220 - dzwoń od pon-pt w godz. 8-18 (opłata zgodna z cennikiem operatora)  
- [porady@dlakonsumentow.pl](mailto:porady@dlakonsumentow.pl)  
- [www.federacja-konsumentow.org.pl](http://www.federacja-konsumentow.org.pl)  
- 22 55 60 118,  
[info@konsument.gov.pl](mailto:info@konsument.gov.pl) - gdy zawarłeś umowę z przedsiębiorcą z innego kraju



## Jakie składki opłaca przedsiębiorca-emeryt?

Jeśli masz prawo do emerytury i chcesz prowadzić pozarolniczą działalność, to składki na ubezpieczenia społeczne z tej działalności są dla Ciebie dobrowolne. Oznacza to, że opłacasz składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe tylko wtedy, gdy tego chcesz.

Jeśli wystąpisz o objęcie dobrowolnymi ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi, musisz też opłacać składkę na ubezpieczenie wypadkowe. Nie możesz natomiast przystąpić do ubezpieczenia chorobowego.

### Początek i koniec ubezpieczeń społecznych

Będziesz objęty dobrowolnymi ubezpieczeniami społecznymi od dnia, który podasz we wniosku (w formularzu ZUS ZUA), nie wcześniej jednak niż od dnia, w którym go złożysz. Ubezpieczenia te natomiast ustają:

- od dnia, który podasz we wniosku o wyłączenie z ubezpieczeń (w formularzu ZUS ZWUA), nie wcześniej jednak niż od dnia, w którym go złożysz w ZUS,
- od pierwszego dnia miesiąca, za który nie opłacisz w terminie składek,
- od dnia, w którym przestaniesz prowadzić działalność.

## Ubezpieczenie zdrowotne

Dla emeryta, który prowadzi działalność gospodarczą, ubezpieczenie zdrowotne jest obowiązkowe (nie płacisz składki na to ubezpieczenie tylko wtedy, gdy spełnisz podane niżej warunki). Jesteś objęty tym ubezpieczeniem od dnia rozpoczęcia działalności do jej zaprzestania. Nie podlegasz temu ubezpieczeniu w okresie, na który zawieszysz działalność w Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej (CEIDG).

### Zwolnienie ze składki zdrowotnej

Nie musisz opłacać składki na ubezpieczenie zdrowotne, gdy Twoja miesięczna emerytura nie przekracza minimalnego wynagrodzenia (w 2018 r. jest to 2100 zł) oraz gdy spełnisz jeden z następujących warunków:

- osiągasz przychody z działalności, które nie przekraczają miesięcznie 50% najniższej emerytury (od 1 marca minimalna emerytura wynosi 1029,80 zł) albo
- opłacasz podatek dochodowy w formie karty podatkowej.

Jeśli spełnisz te warunki, podlegasz ubezpieczeniu zdrowotnemu, ale nie opłacasz składki na to ubezpieczenie. Oznacza to, że musisz zgłosić się do ubezpieczenia zdrowotnego i składać dokumenty rozliczeniowe, w których wykazujesz podstawę wymiaru oraz składkę wynoszącą zero.

## Ponad dwie trzecie naszych klientów otrzymuje świadczenia na rachunek bankowy

Przelew emerytury czy renty na konto bankowe jest wygodny, bezpieczny i tani. Dlatego podpisujemy porozumienia z bankami i zachęcamy naszych klientów do zakładania kont w tych bankach.

Pierwsze porozumienie o współpracy zawaraliśmy 5 października 2017 r. z Bankiem Polskiej Spółdzielczości SA, SGB Bankiem SA oraz Krajowym Związkiem Banków Spółdzielczych, a następnie 24 kwietnia 2018 r. – z Bankiem Pocztowym SA.

Od naszych partnerów oczekujemy atrakcyjnego pakietu podstawowych usług bankowych dla naszych klientów, m.in. dostępu do minimum 700 bankomatów, w których wypłata gotówki jest bez opłat. Staramy się wynegocjować korzystne warunki otwarcia i prowadzenia rachunku. O takich ofertach banków informujemy na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) i w naszych placówkach.

**WAŻNE!** Nie musisz mieć konta w banku, aby otrzymać emeryturę lub rentę. To Ty decydujesz o formie wypłaty swojego świadczenia. Płatności bezgotówkowe są jednak bezpieczne i wygodne.

## Zadbaj o ubezpieczenie zdrowotne swojej rodziny

Emeryci są objęci ubezpieczeniem zdrowotnym. Jeśli złożą do nas wnioski, ubezpieczymy też członków ich rodziny.

Ubezpieczenie zdrowotne uprawnia do bezpłatnej opieki medycznej.

Możesz zgłosić do ubezpieczenia zdrowotnego następujących członków rodziny, którzy nie mają tego ubezpieczenia:

- Twoje dziecko, dziecko małżonka, dziecko przysposobione, wnuka albo inne dziecko, nad którym sprawujesz opiekę prawną lub którym się opiekujesz w ramach rodziny zastępczej bądź rodzinnego domu dziecka, do ukończenia 18 lat, a jeśli kształci się dalej – do ukończenia 26 lat,

- wymienione wyżej dziecko, które ma orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności lub inne traktowane na równi (nie obowiązuje ograniczenie dotyczące wieku),

- małżonka,
- wstępnych (np. rodziców, dziadków), którzy są z Tobą we wspólnym gospodarstwie domowym.

Jeśli chcesz zgłosić do ubezpieczenia zdrowotnego wnuka, musi być spełniony dodatkowy warunek. Żadne z jego rodziców nie może być:

- objęte obowiązkowo albo dobrowolnie ubezpieczeniem zdrowotnym,
- uprawnione do świadczeń, które wynikają z przepisów o koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego (z tytułu pracy lub prowadzenia firmy w Unii Europejskiej lub w państwie, z którym podpisaliśmy umowę o zabezpieczeniu społecznym).

**WAŻNE!** Jeśli zgłosisz członka rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego, nie płacisz dodatkowej składki.

Wypełnij formularz EUZ i złóż go w najbliższej placówce ZUS lub wyślij pocztą. Wniosek EUZ znajdziesz w naszych placówkach i na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl).

Możesz zgłosić do ubezpieczenia zdrowotnego kilku członków rodziny. Ich dane podaj we wniosku EUZ. Wystarczy, gdy jeden ubezpieczony zgłosi członka rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego, np. jedno z rodziców zgłosi dziecko.

Gdy zgłosisz do ubezpieczenia zdrowotnego członka rodziny, musisz nas informować o zmianie jego danych, a także o tym, czy nie ma on swojego tytułu do ubezpieczenia zdrowotnego, np. czy nie podjął pracy na podstawie umowy o pracę, nie nabył uprawnień osoby bezrobotnej.