



**Pracujesz za granicą  
poza UE, EOG lub Szwajcarią?**

**Sprawdź, gdzie jesteś ubezpieczony**



**ZAKŁAD  
UBEZPIECZEŃ  
SPOŁECZNYCH**

Jeśli pracujesz za granicą poza państwem członkowskim Unii Europejskiej (UE), Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG) lub Szwajcarią, w dalszym ciągu możesz być objęty zabezpieczeniem społecznym w Polsce. Aby ustalić, czy jest to możliwe, sprawdź, czy państwo, w którym masz zamiar pracować, zawarło z Polską umowę o zabezpieczeniu społecznym.

Zawarte przez Polskę umowy obejmują m.in. zasady ustalania, w którym państwie powinny być opłacane składki na ubezpieczenia społeczne.

W tej ulotce opisaliśmy umowy z zakresu zabezpieczenia społecznego, które zawarła Polska. Wybraliśmy przypadki, które występują najczęściej oraz odnoszą się do sytuacji pracowników oraz osób prowadzących działalność na własny rachunek.

## Umowy o zabezpieczeniu społecznym zawarte z Polską następujące państwa:


- Jugosławia – umowa obowiązuje **od 1 stycznia 1959 r.**, obecnie dotyczy Bośni i Hercegowiny, Czarnogóry oraz Serbii i nie ma zastosowania w stosunku do Kosowa,
- Macedonia – umowa obowiązuje **od 1 lipca 2007 r.**,
- Stany Zjednoczone Ameryki – umowa obowiązuje **od 1 marca 2009 r.**,
- Kanada – umowa obowiązuje **od 1 października 2009 r.**,
- Korea Południowa – umowa obowiązuje **od 1 marca 2010 r.**,
- Australia – umowa obowiązuje **od 1 października 2010 r.**,
- Ukraina – umowa obowiązuje **od 1 stycznia 2014 r.**,
- Mołdawia – umowa obowiązuje **od 1 grudnia 2014 r.**

Ponadto od 1 września 2018 r. obowiązuje porozumienie o zabezpieczeniu społecznym z kanadyjską prowincją Quebec.

## Umowa z Jugosławią

Umowa dotyczy obecnie Bośni i Hercegowiny, Czarnogóry oraz Serbii i ma ona zastosowanie do pracowników. Z zasady pracownicy są objęci ubezpieczeniami w państwie, w którym pracują. Przewidziano jednak wyjątek:

- **pracownicy przedsiębiorstw publicznej komunikacji lądowej, powietrznej i wodnej oraz pracownicy wysłani przez inne przedsiębiorstwa z siedzibą w jednym z państw objętych umową są objęci ubezpieczeniami w państwie, w którym siedzibę ma ich firma;**



Jeśli pracujesz za granicą poza państwami członkowskimi UE, EOG lub Szwajcarią, w dalszym ciągu możesz podlegać zabezpieczeniu społecznemu w Polsce.

zatem jeśli firma, która wysyła Cię do pracy w jednym z państw objętych umową, ma siedzibę w Polsce, w okresie pracy za granicą będziesz objęty polskimi ubezpieczeniami.

Umowa nie przewiduje żadnych zaświadczeń, które potwierdzają zastosowanie przepisów prawa danego państwa.

## Umowa z Macedonią

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady osoby nią objęte są ubezpieczone w państwie, w którym pracują. Istnieją jednak pewne wyjątki:

- **pracownik delegowany** jest objęty ubezpieczeniem w państwie wysyłającym, jeżeli przewidywany okres delegowania nie przekracza 24 miesięcy; jeśli z jakiegoś powodu okres delegowania będzie dłuższy, taki pracownik może pozostać w ubezpieczeniu w państwie wysyłającym, jednak przez okres nie dłuższy niż kolejne 24 miesiące; w takiej sytuacji wymagana jest jednak zgoda właściwej władzy lub właściwej instytucji macedońskiej; musi ona udzielić zgody przed upływem pierwszych 24 miesięcy delegowania,
- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek**, która przenosi tymczasowo swoją działalność na teren drugiego państwa, jest objęta ubezpieczeniami w państwie, w którym działalność była dotychczas prowadzona, jeżeli okres przeniesienia nie przekroczy 24 miesięcy,
- **pracownik wykonujący pracę na terenie obu państw** jest objęty ubezpieczeniami w tym państwie, w którym mieszka,

- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek w jednym państwie, która jednocześnie jest pracownikiem w drugim państwie**, jest objęta ubezpieczeniami w tym państwie, w którym jest pracownikiem,
- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek w obu państwach** jest objęta ubezpieczeniami w tym państwie, w którym mieszka,
- **pracownik zatrudniony jako część personelu transportu lotniczego, kolejowego lub drogowego** jest objęty ubezpieczeniami w państwie, w którym znajduje się siedziba firmy, która go zatrudnia; jeśli jednak firma ma filię lub stałe przedstawicielstwo w drugim państwie, pracownik będzie objęty ubezpieczeniami w tym drugim państwie.

Zastosowanie polskiego prawa w stosunku do osoby, która pracuje w Macedonii, potwierdza zaświadczenie PL/RM 101. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa ze Stanami Zjednoczonymi Ameryki (USA)

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady osoby zatrudnione na terytorium jednego z państw są objęte ubezpieczeniami w tym państwie. Przewidziano jednak pewne wyjątki:

- **pracownik delegowany** jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres delegowania nie przekracza 60 miesięcy,
- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek** jest objęta ubezpieczeniami w tym państwie, w którym mieszka,
- **pracownik lotniczej firmy transportowej, który wykonuje pracę na terenie obu państw**, jest objęty ubezpieczeniami w państwie, w którym znajduje się siedziba firmy; jednak jeśli pracownik mieszka na terytorium drugiego państwa, jest objęty ubezpieczeniami w tym drugim państwie.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w USA, potwierdza zaświadczenie PL/USA 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa z Kanadą

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady pracownicy objęci są ubezpieczeniami w państwie, w którym pracują, natomiast osoby

prowadzące działalność na własny rachunek są objęte ubezpieczeniami w państwie, w którym mieszkają. Wyjątkiem jest:

- **pracownik delegowany**, który jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres pracy dla tego samego lub powiązanego pracodawcy na terenie drugiego państwa nie przekracza 60 miesięcy.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w Kanadzie, potwierdza zaświadczenie PL-CAN01. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa z Koreą Południową

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady pracownicy są objęci ubezpieczeniami w państwie, w którym pracują, natomiast osoby prowadzące działalność na własny rachunek są objęte ubezpieczeniami w państwie, w którym mieszkają. Wyjątek stanowi:

- **pracownik delegowany**, który jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres pracy dla tego samego pracodawcy lub powiązanego z nim podmiotu na terenie drugiego państwa nie przekracza 60 miesięcy; w przypadku konieczności dalszego przedłużenia okresu delegowania niezbędna jest zgoda właściwych władz lub instytucji obu państw.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w Korei Południowej, potwierdza zaświadczenie PL-KR 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa z Australią

Umowa ma zastosowanie do pracowników. Z zasady osoby, które pracują na terytorium danego państwa, są objęte ubezpieczeniami wyłącznie w tym państwie. Wyjątek stanowi:

- **pracownik delegowany**, który jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres delegowania nie przekracza 60 miesięcy; w przypadku przerwy w delegowaniu, która wynosi mniej niż 6 miesięcy, należy wliczyć okres tej przerwy do bieżącego okresu delegowania; nowy okres delegowania może być rozpoczęty, jeśli przerwa w delegowaniu pracownika wynosi co najmniej 6 miesięcy.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w Australii, potwierdza zaświadczenie PL-AU 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa z Ukrainą

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady osoby nią objęte są ubezpieczone w państwie, w którym pracują. Przewidziano jednak pewne wyjątki:

- **pracownik delegowany** jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres delegowania nie przekracza 24 miesięcy; można ten okres przedłużyć, jeśli kolejny okres delegowania nie przekroczy 36 miesięcy; potrzebna jest jednak zgoda właściwych władz lub instytucji obu państw,
- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek**, która przenosi tymczasowo swoją działalność na teren drugiego państwa, jest objęta ubezpieczeniami w pierwszym państwie, jeżeli okres przeniesienia działalności nie przekroczy 24 miesięcy,
- **personel przedsiębiorstwa transportowego** jest objęty ubezpieczeniami w państwie, w którym zarejestrowana jest firma.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje na Ukrainie, potwierdza zaświadczenie PL-UA 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Umowa z Mołdawią

Umowa ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady osoby nią objęte są ubezpieczone w państwie, w którym pracują. Przewidziano jednak pewne wyjątki:

- **pracownik delegowany** jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres delegowania nie przekracza 24 miesięcy,
- **osoba prowadząca działalność na własny rachunek**, która przenosi tymczasowo swoją działalność na teren drugiego państwa, jest objęta ubezpieczeniami w pierwszym państwie, jeżeli okres przeniesienia działalności nie przekroczy 24 miesięcy,
- **personel przedsiębiorstwa transportowego** jest objęty ubezpieczeniami w państwie, w którym zarejestrowana jest firma; jeśli jednak praca wykonywana jest głównie w państwie zamieszkania, takie osoby

objęte są ubezpieczeniami w tym państwie.

Okres delegowania lub przeniesienia działalności na teren drugiego państwa może być przedłużony, jeżeli kolejny okres delegowania nie przekroczy 36 miesięcy; konieczna jest jednak zgoda właściwych władz lub instytucji obu państw.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w Mołdawii, potwierdza zaświadczenie PL-MD 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Porozumienie z Quebeciem

Porozumienie ma zastosowanie do pracowników i osób prowadzących działalność na własny rachunek. Z zasady pracownicy objęci porozumieniem są ubezpieczeni w państwie, w którym pracują, natomiast osoby prowadzące działalność na własny rachunek objęte porozumieniem są ubezpieczone w państwie, w którym mają miejsce zamieszkania. Przewidziano jednak pewne wyjątki:

- **pracownik delegowany** jest objęty ubezpieczeniami w państwie wysyłającym, jeżeli okres delegowania nie przekracza 60 miesięcy,
- **osoba zatrudniona w administracji państwowej**:
  - delegowana do pracy na terytorium drugiej strony – jest objęta ubezpieczeniami w państwie, w którym znajduje się zatrudniająca ją administracja,
  - mieszkająca na terytorium jednej strony a pracująca na rzecz administracji państwowej drugiej strony – jest objęta ubezpieczeniami w państwie, w którym mieszka.

Zastosowanie polskiego prawa wobec osoby, która pracuje w Quebecu, potwierdza zaświadczenie PL-QC 1. Wzór zaświadczenia znajduje się na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl) w zakładce [Wzory formularzy] > [Pracujący] > [Umowy międzynarodowe].

## Szczególne przypadki

Każda z umów przewiduje również możliwość zawarcia porozumienia pomiędzy właściwymi władzami lub instytucjami obu państw w interesie niektórych osób lub kategorii osób. Porozumienie może uregulować ich sytuację w szczególnych przypadkach. Przykładem może być konieczność delegowania pracownika na teren drugiego państwa objętego umową

na okres dłuższy niż ten, który został wymieniony w umowie jako dopuszczalny.

Jeśli chcesz, żebyśmy zawarli takie porozumienie wyjątkowe pomiędzy Polską a drugim państwem objętym umową, skieruj wniosek o zawarcie porozumienia na poniższy adres:

Centrala Zakładu Ubezpieczeń Społecznych  
Departament Ubezpieczeń i Składek  
ul. Szamocka 3, 5  
01-748 Warszawa

## **WAŻNE!**

Departament Ubezpieczeń i Składek jedynie występuje z wnioskiem o wyrażenie przez instytucję innego państwa zgody na utrzymanie stosowania polskich przepisów w zakresie zabezpieczenia społecznego. To nie Departament Ubezpieczeń i Składek wydaje zgodę.

Zgodę wydaje (bądź jej odmawia) instytucja zagraniczna i to od jej oceny stanu faktycznego zależy rozpatrzenie sprawy.

### **Podstawa prawna**

- Umowa o ubezpieczeniu społecznym między Rządem Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej a Rządem Federacyjnej Ludowej Republiki Jugosławii, podpisana w Warszawie dnia 16 stycznia 1958 r. (Dz.U. z 1959 r. nr 19, poz. 114)
- Umowa między Rzeczpospolitą Polską a Republiką Macedonii o zabezpieczeniu społecznym, podpisana w Warszawie dnia 6 kwietnia 2006 r. (Dz.U. z 2007 r. nr 229, poz. 1686)
- Umowa o zabezpieczeniu społecznym między Rzeczpospolitą Polską a Stanami Zjednoczonymi Ameryki, podpisana w Warszawie dnia 2 kwietnia 2008 r. (Dz.U. z 2009 r. nr 46, poz. 374)
- Umowa o zabezpieczeniu społecznym między Rzeczpospolitą Polską a Kanadą, podpisana w Warszawie dnia 2 kwietnia 2008 r. (Dz.U. z 2009 r. nr 133, poz. 1095)
- Umowa o zabezpieczeniu społecznym między Rzeczpospolitą Polską a Republiką Korei, podpisana w Warszawie dnia 25 lutego 2009 r. (Dz.U. z 2010 r. nr 35, poz. 192)
- Umowa między Rzeczpospolitą Polską a Australią o zabezpieczeniu społecznym, podpisana w Warszawie dnia 7 października 2009 r. (Dz.U. z 2010 r. nr 172, poz. 1160)
- Umowa między Rzeczpospolitą Polską a Ukrainą o zabezpieczeniu społecznym, sporządzona w Kijowie dnia 18 maja 2012 r. (Dz.U. z 2013 r. poz. 1373)
- Umowa między Rzeczpospolitą Polską a Republiką Mołdawii



o ubezpieczeniu społecznym, podpisana w Warszawie dnia 9 września 2013 r. (Dz.U. z 2014 r. poz. 1460)

- Porozumienie o zabezpieczeniu społecznym między rządem Rzeczypospolitej Polskiej a rządem Quebecu podpisane w Quebecu dnia 3 czerwca 2015 r. (Dz.U. z 2018 r. poz. 1511).

**Ulotka ma charakter informacyjny i nie stanowi wykładni prawa.**

*Warszawa, styczeń 2019 r.*

# Warto wiedzieć więcej



Jesteś pracownikiem?  
Pomnij wsey ubezpieczenia

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Pracujesz za granicą  
poza UE, EOG lub Szwajcarię?  
Sprawdź, gdzie jesteś ubezpieczony

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Pracujesz za granicą  
w UE, EOG lub Szwajcarię?  
Sprawdź, gdzie jesteś ubezpieczony

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Przewodisz działalność gospodarczą  
za granicą w UE, EOG lub Szwajcarię?  
Sprawdź, gdzie jesteś ubezpieczony

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Zostałeś delegowany do pracy za granicą  
w UE, EOG lub Szwajcarię?  
Sprawdź, gdzie jesteś ubezpieczony

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Jesteś zleceniobiorcą?  
Pomnij wsey ubezpieczenia

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Opiekujesz się dzieckiem  
i chcesz mieć ubezpieczenia?  
Pomnij wsey ubezpieczenia

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Pobierasz lub będziesz pobierać  
zasiłek macierzyński?  
Sprawdź, czy będziesz ubezpieczony

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Pracujesz jako niemiec?  
Pomnij ubezpieczenia osób  
wykonujących umowę o dzieło i tymczasie

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Przewodisz lub będziesz prowadzić  
działalność gospodarczą?  
Pomnij wsey ubezpieczenia

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



Zgłoś rodzinie  
do ubezpieczenia zdrowotnego?

**ZUS** | ZUS  
DZIAŁALNOŚĆ PRACOWNIKÓW



# ABC Ubezpieczonego

- Sprawdź, czy pracodawca (zleceniodawca) zgłosił Cię do ubezpieczeń społecznych. Jeżeli tego nie zrobił, a zachorujesz lub będziesz miał wypadek w pracy, możesz mieć problem z otrzymaniem świadczeń z ZUS.
- Zadbaj o zgłoszenie do ubezpieczenia zdrowotnego Twoich najbliższych – współmałżonka i dzieci – jeżeli nie mają innego tytułu do ubezpieczenia. Jeżeli nabędą samodzielnie prawo do ubezpieczenia, pamiętaj, by ich wyrejestrować.
- Sprawdź, czy pracodawca odprowadza za Ciebie składki od właściwej podstawy, czy nie zaniża jej. Składki od niższego wynagrodzenia, niż faktycznie otrzymujesz, to niższe świadczenia dziś (zasilek chorobowy czy macierzyński) oraz w przyszłości (emerytura lub renta).
- Bez wychodzenia z domu możesz zapoznać się z danymi zapisanymi na Twoim indywidualnym koncie w ZUS. Sprawdź to sam na Platformie Usług Elektronicznych – [www.zus.pl](http://www.zus.pl).
- Jeśli pracujesz za granicą, sprawdź, w którym kraju powinieneś być ubezpieczony.
- Jeżeli Twoje dane identyfikacyjne, adresowe lub ewidencyjne się zmieniły, poinformuj o tym swojego pracodawcę, a jeśli pracodawca już nie istnieje, możesz zgłosić zmianę za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych – [www.zus.pl](http://www.zus.pl).
- Sprawdź, czy pracodawca zgłosił Cię do ubezpieczenia zdrowotnego. Jeżeli tego nie zrobił, nie będziesz mógł korzystać z publicznej opieki zdrowotnej ani nie otrzymasz recepty na leki refundowane.
- Gdy otrzymasz informację o stanie konta ubezpieczonego w ZUS, zwerifikuj zawarte w niej dane – w trosce o Twoją przyszłą emeryturę.
- Dzięki dostępowi do konta ubezpieczonego w portalu [www.zus.pl](http://www.zus.pl) możesz na podstawie zgromadzonych tam danych i prognozowanych przez siebie przyszłych dochodów wyliczyć wysokość hipotetycznej emerytury.
- Pamiętaj, że jeśli przestaniesz pracować, do ubezpieczeń emerytalnego i rentowych możesz przystąpić dobrowolnie.

# JESTEŚ W SIECI? WPADNIJ DO ZUS

[www.zus.pl](http://www.zus.pl)

Zakład Ubezpieczeń Społecznych  
ul. Szamocka 3, 5  
01-748 Warszawa

Platforma Usług Elektronicznych: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

PUE to nowoczesna i wygodna forma kontaktu z ZUS, dzięki której możesz zrealizować większość spraw związanych z ubezpieczeniami społecznymi bez wychodzenia z domu – przez internet. W ten sposób możesz sprawdzić swoje dane zapisane na indywidualnym koncie w ZUS, przesyłać dokumenty, śledzić stan swoich spraw, a także rezerwować wizyty w jednostce ZUS.

Centrum Obsługi Telefonicznej ZUS: **22 560 16 00\***

\* koszt połączenia według umowy klienta z operatorem telekomunikacyjnym

Skype: [zus\\_centrum\\_obsługi\\_tel](https://www.skype.com/join/zus_centrum_obsługi_tel)

e-mail: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)



ZAKŁAD  
UBEZPIECZEŃ  
SPOŁECZNYCH