

Bydgoszcz, 19 sierpnia 2025 r.

Informacja prasowa

Wrzesień przyniesie seniorom dodatkowe świadczenie

Pierwsi seniorzy otrzymają czternastą emeryturę 1 września. Pieniądze ZUS przekaże do banków i na pocztę jeszcze w sierpniu, aby wypłaty dotarły na czas.

Czternastki będą wypłacane automatycznie, bez składania wniosków. Seniorzy otrzymają je razem z wrześniową emeryturą lub rentą, w terminach 1, 6, 10, 15, 20 i 25 września. Ostatnia grupa otrzyma pieniądze 1 października – będą to osoby pobierające zasiłek lub świadczenie przedemerytalne, bo właśnie wtedy przypada ich termin wypłaty za wrzesień – informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

Kto ma prawo do czternastki?

Do dodatkowego świadczenia uprawnione będą osoby, które na 31 sierpnia tego roku będą miały prawo do emerytury, renty lub innego świadczenia emerytalno-rentowego i będą je pobierały. Chodzi m.in. emerytury i renty w systemie powszechnym, emerytury i renty rolników, służb mundurowych, emerytury pomostowe, świadczenia i zasiłki przedemerytalne, renty socjalne, nauczycielskie świadczenia kompensacyjne, rodzicielskie świadczenia uzupełniające oraz renty inwalidów wojennych i wojskowych.

Ile wyniesie czternastka?

Wysokość czternastej emerytury w tym roku to maksymalnie 1 878,91 zł brutto, czyli tyle, ile wynosi minimalna emerytura. Pełną kwotę otrzymają osoby, których świadczenie główne (np. emerytura, renta) nie przekracza 2 900 zł brutto. Powyżej tej kwoty czternastka będzie pomniejszana zgodnie z zasadą „złotówka za złotówkę”.

Na przykład do emerytury w kwocie 3500 zł brutto będzie przysługiwać czternastka zmniejszona o 600 zł, czyli do wypłaty zostanie 1278,91 zł brutto. ZUS nie wypłaci dodatkowego świadczenia, jeśli jego wysokość wyniesie mniej niż 50 zł brutto. Oznacza to, że czternastki nie dostaną osoby z emeryturą lub rentą wyższą niż 4728,91 zł brutto. Dodatkowe pieniądze nie trafią też do tych, które na 31 sierpnia będą miały zawieszoną wypłatę emerytury/renty, np. dlatego, że przekroczyły limit dorabiania.

Przy ustaleniu wysokości czternastki osobie, która pobiera rentę wdową, ZUS przyjmie sumę przysługujących świadczeń wypłacanych w zbiegu lub sumę przysługujących świadczeń przyznanych i wypłacanych przez dwa lub więcej organy emerytalne/rentowe.

Ile na rękę ?

Od czternastki ZUS odliczy składkę zdrowotną oraz zaliczkę na podatek dochodowy. Wysokość czternastki na rękę nie będzie jednakowa z powodu różnic w zaliczce na podatek. Przykładowo, osoba z emeryturą minimalną 1878,91 zł brutto dostanie 1558,81 zł na rękę, a przy emeryturze 3000 zł brutto czternastka wyniesie 1405,81 zł netto.

Co jeszcze warto wiedzieć o czternastce

Czternastka przysługuje tylko jedna. W przypadku renty rodzinnej dodatkowe świadczenie dzielone jest równo między wszystkich uprawnionych.

Dodatkowe świadczenie jest wolne od potrąceń, np. zajęć komorniczych i nie wlicza się do dochodu przy staraniu się o pomoc społeczną, alimenty czy świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji.

Wysokość "czternastek" w 2025 r. [w zł]*

Miesięczna wysokość emerytury brutto	Miesięczna wysokość emerytury netto	Wysokość "czternastki" brutto	Wysokość "czternastki" netto
1 878,91 zł	1 709,81 zł	1 878,91 zł	1 558,81 zł
2 000,00 zł	1 820,00 zł	1 878,91 zł	1 544,81 zł
2 250,00 zł	2 047,50 zł	1 878,91 zł	1 514,81 zł
2 500,00 zł	2 275,00 zł	1 878,91 zł	1 484,81 zł
2 750,00 zł	2 472,50 zł	1 878,91 zł	1 484,81 zł
2 900,00 zł	2 591,00 zł	1 878,91 zł	1 484,81 zł
3 000,00 zł	2 670,00 zł	1 778,91 zł	1 405,81 zł
3 250,00 zł	2 867,50 zł	1 528,91 zł	1 208,31 zł
3 500,00 zł	3 065,00 zł	1 278,91 zł	1 010,81 zł
3 750,00 zł	3 262,50 zł	1 028,91 zł	813,31 zł
4 000,00 zł	3 460,00 zł	778,91 zł	615,81 zł
4 500,00 zł	3 855,00 zł	278,91 zł	242,24 zł
4 728,91 zł	4 036,31 zł	50,00 zł	44,00 zł

* Wyliczenia uwzględniają pomniejszenie "czternastki" według zasady złotówka za złotówkę oraz pomniejszenie świadczenia o zaliczkę na podatek dochodowy (12 proc.) oraz składkę na ubezpieczenie zdrowotne (9 proc.). Minimalna wysokość czternastki będzie musiała wynieść co najmniej 50 zł, aby świadczenie przysługiwało.

Krystyna Michałek
regionalna rzeczniczka prasowa ZUS
w województwie kujawsko-pomorskim