

Bydgoszcz, 22 maja 2026 r.

Informacja prasowa

Zmiany od czerwca. Wyższe limity dorabiania dla wcześniejszych emerytów i rencistów.

Od czerwca wzrosną limity dodatkowych zarobków dla pracujących emerytów, którzy nie osiągnęli jeszcze powszechnego wieku emerytalnego, oraz części rencistów. Oznacza to, że będą mogli dorobić więcej bez ryzyka zmniejszenia lub zawieszenia świadczenia wypłacanego przez ZUS. Niższy próg przychodu wzrośnie o 255,60 zł brutto, a wyższy – o 474,60 zł brutto.

Osoby dorabiające do wcześniejszej emerytury lub renty powinny pamiętać, że dodatkowe zarobki mogą wpłynąć na wysokość otrzymywanego świadczenia. Jeśli przychód przekroczy limity wynoszące 70 proc. lub 130 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, ZUS może odpowiednio zmniejszyć świadczenie lub zawiesić jego wypłatę - informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim

Od czerwca 2026 r. przychód do wysokości **6 694,10 zł brutto** miesięcznie nie będzie miał wpływu na wysokość wypłacanej emerytury lub renty. Jeśli miesięczne zarobki przekroczą tę kwotę, ale nie będą wyższe niż **12 431,80 zł brutto**, ZUS może zmniejszyć świadczenie. Potrącenie nie może jednak przekroczyć kwoty maksymalnego zmniejszenia, która wynosi:

- 989,41 zł – dla emerytur i rent z tytułu całkowitej niezdolności do pracy,
- 742,10 zł – dla rent z tytułu częściowej niezdolności do pracy,
- 841,05 zł – dla rent rodzinnych przysługujących jednej osobie.

Jeśli miesięczny przychód przekroczy **12 431,80 zł brutto**, ZUS może zawiesić wypłatę świadczenia. Nowe limity będą obowiązywać do końca sierpnia.

Kto może dorabiać bez ograniczeń?

Zasady dotyczące limitów dorabiania nie obejmują wszystkich świadczeniobiorców. Prawo do osiągnięcia przychodów bez żadnych ograniczeń przysługuje osobom, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny, czyli 60 lat w przypadku kobiet i 65 lat w przypadku mężczyzn, pod warunkiem że ich świadczenie nie zostało podwyższone do kwoty minimalnej, która od marca 2026 r. wynosi 1 978,49 zł brutto. Jeśli przychód z tytułu pracy przekroczy wysokość podwyższenia do minimalnej emerytury, świadczenie za dany okres będzie wypłacane w niższej kwocie, czyli bez dopłaty do minimum.

Limity nie obowiązują również rencistów będących inwalidami wojennymi lub wojskowymi, których niezdolność do pracy pozostaje w związku ze służbą wojskową, a także osób pobierających po nich rentę rodzinną. Bez ograniczeń mogą dorabiać także osoby pobierające rentę rodzinną, jeżeli mają również ustalone prawo do emerytury z tytułu osiągnięcia powszechnego wieku emerytalnego.

Krystyna Michałek
regionalna rzeczniczka prasowa ZUS
w województwie kujawsko-pomorskim