

Bydgoszcz, 10 czerwca 2026 r.

Informacja prasowa

## Aktywni 50+

**„Aktywni 50+” to inicjatywa Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, która zwraca uwagę na potencjał osób po 50. roku życia. Ich wiedza i doświadczenie są cennym kapitałem na rynku pracy. To także dobry moment, aby zadbać o zdrowie, rozwijać swoje kompetencje oraz świadomie planować przyszłość, w tym swoją emeryturę.**

ZUS poprzez działania informacyjne i edukacyjne wspiera osoby dojrzałe w podejmowaniu i kontynuowaniu aktywności zawodowej, dbaniu o zdrowie oraz przełamywaniu stereotypów związanych z wiekiem. Osoby po 50. roku życia są dla pracodawców cennym źródłem wiedzy, doświadczenia i kompetencji. Jednocześnie jest to etap życia, który nadal stwarza wiele możliwości rozwoju, podnoszenia kwalifikacji i realizacji zawodowych ambicji - informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim

„Aktywni 50+” to inicjatywa, której celem jest zgromadzenie w jednym miejscu informacji dotyczących zdrowia, rozwoju kompetencji, rynku pracy, ulg i dostępnych form wsparcia, a także prezentowanie dobrych praktyk wspierających aktywność osób dojrzałych.

Projekt realizowany jest we współpracy ZUS z organizacjami pracodawców i pracowników. Obejmuje działania edukacyjne dotyczące systemu emerytalnego w Polsce, czynników wpływających na wysokość przyszłego świadczenia emerytalnego, a także zagadnień związanych z prewencją wypadkową i rentową, w tym rehabilitacją leczniczą prowadzoną przez ZUS.

W ramach inicjatywy Aktywni 50+ ZUS edukuje:

- jak zbudowany jest system emerytalny w Polsce,
- jak zwiększyć emeryturę,
- czy można pracować na emeryturze,
- jak skorzystać z programów prewencji wypadkowej i prewencji rentowej w tym z rehabilitacji leczniczej prowadzonej przez ZUS.

Na stronie internetowej ZUS-u [Aktywni 50+](#) zgromadzono materiały i informacje przydatne osobom po 50. roku życia, które chcą pozostać aktywne zawodowo. Można tam znaleźć informacje o tym, gdzie szukać pracy, jak korzystać z bezpłatnych szkoleń i kursów oraz z kim skontaktować się w sprawie organizacji szkolenia.

Krystyna Michałek  
regionalna rzeczniczka prasowa ZUS  
w województwie kujawsko-pomorskim