

Bydgoszcz, 2 lipca 2026 r.

Informacja prasowa

## **Sprawdź stan swojego konta i prognozę emerytury**

**Zakład Ubezpieczeń Społecznych zakończył tegoroczną akcję udostępniania Informacji o Stanie Konta Ubezpieczonego za 2025 rok. Dokument trafił do 12,1 mln osób i jest dostępny w formie elektronicznej na platformie eZUS oraz w aplikacji mobilnej mZUS.**

Ubezpieczeni mogą już sprawdzić stan swojego konta w ZUS oraz zobaczyć, o ile wzrosły ich oszczędności emerytalne. Informacja została przygotowana na podstawie danych zapisanych na koncie na 31 grudnia 2025 r. Zakład Ubezpieczeń Społecznych zakończył przygotowywanie Informacji o Stanie Konta Ubezpieczonego (IOSKU) za 2025 rok jeszcze przed końcem czerwca. Łącznie przygotowano ponad 12 mln 159 tys. takich informacji. Podobnie jak w poprzednich latach, IOSKU jest udostępniana w formie elektronicznej – na platformie eZUS oraz w aplikacji mobilnej mZUS. Papierową informację ZUS przekazuje wyłącznie na wniosek ubezpieczonego – informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

W czerwcu stan kont ubezpieczonych w ZUS wzrósł za sprawą corocznej waloryzacji kapitału początkowego, składek emerytalnych zewidencjonowanych na kontach i środków zgromadzonych na subkontach ubezpieczonych. Stan konta emerytalnego i kapitału początkowego wzrósł o 9,81 proc., natomiast środki ulokowane na subkoncie zwiększyły się o 10,61 proc. Kapitał na kontach ubezpieczonych zwiększył się łącznie o prawie 472,9 mld zł.

### **IOSKU w aplikacji mZUS**

Aby sprawdzić Informację o Stanie Konta Ubezpieczonego (IOSKU) w aplikacji mZUS, na ekranie głównym należy wybrać zakładkę „Ubezpieczenia i składki”, a następnie „Twoja informacja o stanie konta w ZUS”. Aplikacja wyświetli najnowszą dostępną informację, czyli za 2025 rok. Po wybraniu opcji „Pokaż PDF” otworzy się pełny dokument zawierający m.in. kwotę odprowadzonych składek i prognozę emerytalną w różnych wariantach w zależności od wieku przejścia na emeryturę.

### **IOSKU na platformie eZUS**

Aby wyświetlić Informację o Stanie Konta Ubezpieczonego na platformie eZUS, należy wejść w „Panel ubezpieczonego”, a następnie „Informacja za 2025 r.”

### **Jakie informacje zawiera IOSKU?**

Ubezpieczeni, którzy na 31 grudnia 2025 r. ukończyli 35 lat, znajdą w Informacji o Stanie Konta Ubezpieczonego (IOSKU) także symulację hipotetycznej emerytury. Została ona obliczona z samego tylko konta ubezpieczonego oraz z konta i subkonta w ZUS. Dla każdego z tych wyliczeń przyjęto dwa założenia. Jedno uwzględnia dalszą aktywność zawodową do osiągnięcia wieku emerytalnego przy dalszym wpływie składek w uśrednionej wysokości z dotychczasowych lat pracy. Drugie zakłada zakończenie aktywności zawodowej i brak wpływu kolejnych składek.

Należy pamiętać, że przedstawione wyliczenia mają charakter prognozy. Ostateczna wysokość emerytury będzie zależać m.in. od dalszego przebiegu kariery zawodowej, wysokości odprowadzanych składek oraz momentu przejścia na emeryturę.

Krystyna Michałek  
regionalna rzeczniczka prasowa ZUS  
w województwie kujawsko-pomorskim