

Bydgoszcz, 29 września 2026 r.

Informacja prasowa

### **Urlop wychowawczy a wysokość emerytury – nie każdy musi składać wniosek**

Nie każda osoba, która przed 1999 rokiem korzystała z urlopu wychowawczego lub sprawowała opiekę nad dzieckiem, musi składać do ZUS wniosek o przeliczenie kapitału początkowego. W wielu przypadkach okresy te zostały już uwzględnione na korzystniejszych zasadach przy ustalaniu wysokości emerytury. Składanie takiego wniosku jest wówczas bezcelowe i nie spowoduje podwyższenia świadczenia.

Od 1 maja 2015 roku zmieniły się zasady obliczania kapitału początkowego w zakresie okresów sprawowania opieki nad dzieckiem przypadających przed 1 stycznia 1999 roku. Wcześniej były one uwzględniane jako okresy nieskładkowe z zastosowaniem wskaźnika 0,7 proc. podstawy wymiaru za każdy rok. Po zmianie przepisów stosowany jest korzystniejszy wskaźnik – 1,3 proc. za każdy rok - informuje Krystyna Michałek, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w województwie kujawsko-pomorskim.

### **Kto nie musi składać wniosku**

Osoby, które przeszły na emeryturę po 30 kwietnia 2015 roku, czyli już po wejściu w życie nowych przepisów, nie muszą składać wniosku o ponowne przeliczenie świadczenia. Przy ustalaniu wysokości ich emerytury ZUS uwzględnił już korzystniejsze zasady dotyczące okresów opieki nad dzieckiem. Ponowny wniosek w tej samej sprawie nie zmieni wysokości emerytury. Nie ma również potrzeby składania takiego wniosku już teraz przez osoby, które dopiero będą przechodziły na emeryturę. Przy ustalaniu świadczenia ZUS uwzględni aktualnie obowiązujące zasady obliczania kapitału początkowego.

### **Kiedy wniosek może być potrzebny**

O ponowne ustalenie kapitału początkowego powinny natomiast wystąpić osoby, których emerytura została przyznana przed 1 maja 2015 roku, a okresy opieki nad dzieckiem zostały uwzględnione według wcześniejszych, mniej korzystnych zasad i kapitał początkowy nie został później przeliczony.

Dlatego przed złożeniem wniosku warto sprawdzić decyzję o ustaleniu lub ponownym ustaleniu kapitału początkowego oraz decyzję emerytalną. Jeśli ZUS uwzględnił już okresy opieki nad dzieckiem według wskaźnika 1,3 proc., ponowne składanie wniosku nie jest potrzebne. Samo korzystanie przed 1999 rokiem z urlopu wychowawczego nie oznacza więc automatycznie, że emerytura wymaga ponownego przeliczenia.

Krystyna Michałek  
regionalna rzeczniczka prasowa ZUS  
w województwie kujawsko-pomorskim