30|2025
30 GRU 2025

informacja emerytalna

Nowe zasady wyliczania stażu pracy od dnia 1 stycznia 2026 roku

instytutemerytalny.pl

Instytut Emerytalny

Nowe zasady wyliczania stażu pracy od dnia 1 stycznia 2026 roku

Od 2026 roku osoby zatrudnione na podstawie umów o pracę będą mogły doliczyć do pracowniczego stażu pracy okresy inne niż dotychczasowe zatrudnienie na podstawie umowy o pracę.

Szczegółowe terminy w zależności od rodzaju pracodawcy

Nowe przepisy będą miały zastosowanie:

- **od dnia 1 stycznia 2026 roku** – do pracodawców będących jednostkami sektora finansów publicznych,
- **od dnia 1 maja 2026 roku** – do pozostałych pracodawców.

Nowe okresy wliczane do stażu pracy

Nowe przepisy Kodeksu pracy jako okres, który będzie można zaliczyć do stażu pracy wskazuje:

- okresy opłacania składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub ubezpieczenie wypadkowe przez osobę prowadzącą pozarolniczą działalność lub osobę współpracującą z osobą prowadzącą tę działalność,

Nowe zasady wyliczania stażu pracy od dnia 1 stycznia 2026 roku

- okresy podlegania ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym z tytułu:
    - wykonywania umowy zlecenia lub innej umowy o świadczenie usług, do której zgodnie z przepisami Kodeksu cywilnego stosuje się przepisy dotyczące zlecenia,
    - wykonywania umowy agencyjnej,
    - współpracy z osobą wykonującą umowę zlecenia, inną umowę o świadczenie usług lub umowę agencyjną,
    - pozostawania członkiem rolniczej spółdzielni produkcyjnej,
    - pozostawania członkiem spółdzielni kółek rolniczych,
    - okresy zgłoszenia do ubezpieczenia zdrowotnego jako osoba podejmująca działalność gospodarczą i niepodlegająca ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym przez okres pierwszych 6-miesięcy prowadzenia tej działalności (tzw. ulga na start),
    - okresy opłacania składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe przez osobę współpracującą z osobą podejmującą działalność gospodarczą),
    - okresy, za które zostały sfinansowane składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe z tytułu sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem w okresie zawieszenia działalności gospodarczej,
    - okresy, za które zostały za sfinansowane składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe z tytułu sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem przez osobę współpracującą.

Nowe zasady wyliczania stażu pracy od dnia 1 stycznia 2026 roku

Podstawą zaliczenia wyżej wskazanych okresów będzie wyłącznie stosowne zaświadczenie wydane przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Wyłącznie elektroniczna forma wniosku o zaświadczenie (USP)

Wniosek o wydanie zaświadczenia można złożyć wyłącznie w postaci elektronicznej za pomocą konta w systemie teleinformatycznym ZUS. Od 1 stycznia 2026 r. na eZUS jest dostępny „**Wniosek o wydanie zaświadczenia o ubezpieczeniu dla celów doliczenia okresów do stażu pracy” – USP**. Zaświadczenie, decyzję oraz inne pisma w sprawie wydania zaświadczeń ZUS przygotuje i doręczy osobie, która złoży wniosek, wyłącznie w postaci elektronicznej na konto w eZUS.