

Od marca wyższe limity dorabiania

Od 1 marca 2026 roku wzrosną limity dodatkowego przychodu dla wcześniejszych emerytów i rencistów. Dopuszczalne progi dorabiania w porównaniu z obecnie obowiązującymi kwotami zwiększą się o 298,30 zł oraz o 553,90 zł.

Coraz więcej wcześniejszych emerytów i rencistów dorabia do swoich świadczeń. Muszą jednak uważać na limity przychodu, ponieważ ich przekroczenie może spowodować zmniejszenie lub zawieszenie wypłaty świadczenia.

Od 1 marca 2026 roku bezpieczny limit dorabiania, który nie wpływa na wysokość świadczenia, wynosi 6438,50 zł brutto miesięcznie (70 proc. przeciętnego wynagrodzenia). Z kolei po przekroczeniu 130 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, czyli 11 957,20 zł brutto, będziemy musieli zawiesić wypłatę wcześniejszej emerytury lub renty.

Zarobki od 6438,50 zł do 11 957,20 zł brutto spowodują zmniejszenie wypłaty o kwotę przekroczenia. Od 1 marca 2026 r. zmniejszenie nie może jednak być wyższe niż:

- 989,41 zł – dla emerytur oraz rent z tytułu całkowitej niezdolności do pracy,
- 742,10 zł – dla rent z tytułu częściowej niezdolności do pracy,
- 841,05 zł – dla rent rodzinnych, do których uprawniona jest jedna osoba.

Czy trzeba zgłaszać przychody

Osoby, które obowiązują limity dorabiania, muszą poinformować nas o podjęciu pracy oraz o przewidywanej wysokości zarobków. Można to zrobić, składając formularz EROP, który jest dostępny w placówkach ZUS, na naszej stronie i w portalu eZUS. Co roku najpóźniej do końca lutego należy dostarczyć zaświadczenie płatnika składek lub oświadczenie o wysokości przychodów osiągniętych w poprzednim roku kalendarzowym. Na tej podstawie ustalimy, czy świadczenie było wypłacane w prawidłowej wysokości.

Jakie są konsekwencje niezgłoszenia przychodu

Osoby, które dorabiały i nie poinformowały nas o tym, mogą zostać zobowiązane do zwrotu nienależnie pobranych świadczeń nawet za trzy lata wstecz. Jeśli przychód został zgłoszony, ewentualny zwrot obejmuje wyłącznie ostatni rok.

Kto może dorabiać bez żadnych limitów

Bez limitów mogą dorabiać osoby, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny, czyli 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn. Jest jednak jeden wyjątek. Dotyczy on osób, które mają emeryturę podwyższoną do kwoty minimalnej — od 1 marca 2026 roku wynosi ona

1978,49 zł brutto. Jeśli takie osoby zarobią więcej niż wynosi dopłata do minimum, wypłacimy emeryturę bez podwyższenia.

Bez ograniczeń mogą dorabiać także:

- renciści pobierający rentę wojskową lub wojenną, których niezdolność do pracy pozostaje w związku ze służbą wojskową,
- osoby otrzymujące rentę rodzinną po takich inwalidach,
- świadczeniobiorcy, których renta rodzinna jest korzystniejsza od ustalonej emerytury z tytułu ukończenia powszechnego wieku emerytalnego.