

„Stażowe” – nowe regulacje i zaświadczenia od 2026 r.

Od 1 stycznia 2026 r. osoby zatrudnione będą mogły doliczyć do stażu pracy okresy inne niż zatrudnienie na podstawie umowy o pracę.

Nowe przepisy będą miały zastosowanie:

- 1) od 1 stycznia 2026 r. – wobec pracodawców będących jednostkami sektora finansów publicznych,**
- 2) od 1 maja 2026 r. – wobec pozostałych pracodawców.**

Jakie okresy – inne niż zatrudnienie na podstawie umowy o pracę – można doliczyć do stażu pracy:

Przepisy o zmianie ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. – Kodeksu pracy pozwalają doliczyć do Twojego stażu pracy okresy:

- za które opłaciłeś składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub ubezpieczenie wypadkowe jako osoba prowadząca pozarolniczą działalność lub osoba współpracująca z osobą prowadzącą tę działalność,
- w których byłeś objęty ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi z tytułu:
 - wykonywania umowy zlecenia lub innej umowy o świadczenie usług, do której zgodnie z Kodeksem cywilnym 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,
- w których nie byłeś objęty ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi z tytułów wymienionych w punktach 1 i 2 na podstawie odrębnych przepisów,
- w których byłeś zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego jako osoba podejmująca działalność gospodarczą i nie byłeś objęty ubezpieczeniami emerytalnym, i rentowymi przez okres pierwszych 6 miesięcy prowadzenia tej działalności,
- za które opłaciłeś składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe jako osoba współpracująca z osobą podejmującą działalność gospodarczą (wymienioną w punkcie 4),
- za które zostały za Ciebie sfinansowane składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe z tytułu sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem w okresie zawieszenia działalności gospodarczej,
- za które zostały za Ciebie sfinansowane składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe z tytułu sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem przez osobę współpracującą,
- w których wykonywałeś za granicą pracę zarobkową na innej podstawie niż stosunek pracy.

Kiedy złożyć do ZUS wniosek o wydanie zaświadczenia

ZUS będzie wydawał zaświadczenia tylko za część okresów, które wymienia Kodeks pracy. Są to okresy, kiedy byłeś objęty ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi lub opłacałeś składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe oraz okresy, kiedy byłeś zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego, ponieważ korzystałeś z tzw. ulgi na start.

Złóż wniosek o zaświadczenie, jeżeli:

- prowadziłeś pozarolniczą działalność i opłacałeś z tego tytułu składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe,
- współpracowałeś z osobą prowadzącą pozarolniczą działalność i Twój płatnik składek opłacał za Ciebie z tego tytułu składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe,
- współpracowałeś z osobą podejmującą działalność gospodarczą, która nie podlegała ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym z tego tytułu przez pierwsze 6 miesięcy (tzw. ulga na start) i Twój płatnik składek opłacał za Ciebie z tego tytułu składki na ubezpieczenia emerytalne i rentowe lub wypadkowe,
- byłeś zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego jako osoba podejmująca działalność gospodarczą, która nie podlegała ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym z tego tytułu przez pierwsze 6 miesięcy (tzw. ulga na start)
- byłeś zgłoszony do ubezpieczeń emerytalnego i rentowych jako:
 - osoba wykonująca pracę na podstawie umowy zlecenia, umowy o świadczenie usług lub umowy agencyjnej,
 - osoba współpracująca z osobą wykonującą pracę na podstawie umowy zlecenia, umowy o świadczenie usług lub umowy agencyjnej,
 - członek rolniczej spółdzielni produkcyjnej albo spółdzielni kółek rolniczych,
 - osoba sprawującą osobistą opiekę nad dzieckiem w okresie zawieszenia działalności lub jako osoba współpracująca sprawująca osobistą opiekę nad dzieckiem.

Ważne!

ZUS nie będzie wystawiał zaświadczeń za okresy, kiedy wykonywałeś np. umowę zlecenia i jednocześnie miałeś status ucznia lub studenta, ponieważ nie byłeś objęty ubezpieczeniami emerytalnymi i rentowymi.

Czy razem z wnioskiem należy przesłać dokumenty potwierdzające zatrudnienie

Złóż tylko wniosek o wydanie zaświadczenia. ZUS wystawi je na podstawie danych zapisanych na Twoim koncie ubezpieczonego. Jeżeli na Twoim koncie nie będzie informacji o zgłoszeniu do ubezpieczeń, otrzymasz decyzję, że odmawiamy wydania zaświadczenia. Będziesz mógł wtedy złożyć wniosek o postępowanie wyjaśniające i do tego wniosku załączysz dokumenty.

Wniosek o przeprowadzenie postępowania wyjaśniającego wraz z posiadanymi dokumentami będziesz mógł złożyć:

- elektronicznie poprzez swoje konto w eZUS/PUE. Wykorzystaj do tego wniosek ogólny POG,
- listownie na adres najbliższej jednostki ZUS,
- osobiście w dowolnej placówce ZUS.

Jak złożyć wniosek o wydanie zaświadczenia

Wniosek o wydanie zaświadczenia o ubezpieczeniu dla celów doliczenia okresów do stażu pracy o symbolu **USP** będzie dostępny na Twoim koncie w eZUS/PUE. Będziesz mógł go wysłać do ZUS wyłącznie elektronicznie. Zgodnie z obowiązującymi przepisami wniosek nie będzie dostępny w formie papierowej.

Ważne!

Jeżeli chcesz wystąpić o zaświadczenie o okresach ubezpieczenia sprzed 1 stycznia 1999 r. nadal korzystaj z wniosku US-7. Takie okresy nie są zapisane na Twoim koncie ubezpieczonego, dlatego nie możesz ich wskazać na wniosku USP.

Jeżeli okres ubezpieczenia, za który chcesz uzyskać zaświadczenie, rozpoczął się przed 1 stycznia 1999 r. i trwał po tej dacie, to musisz złożyć dwa odrębne wnioski:

- US-7 za okres ubezpieczenia sprzed 1 stycznia 1999 r.
- USP za okres ubezpieczenia od 1 stycznia 1999 r.

[„Stażowe” – nowe regulacje i zaświadczenia od 2026 r.](#)

Źródło: www.zus.pl