



Europäische  
Kommission

# Ihre Rechte der sozialen Sicherheit in Polen



MISSOC



**Europäische Kommission**

Generaldirektion Beschäftigung, Soziales und Integration  
Direktion D: Soziale Rechte und Inklusion  
Referat D.2: Sozialschutz

*Kontakt:* <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=2&langId=de&acronym=contact>

*Europäische Kommission  
B-1049 Brüssel*

# **Ihre Rechte der sozialen Sicherheit in Polen**

Manuskript abgeschlossen im Juli 2024

Dieses Dokument wurde für die Europäische Kommission erstellt, spiegelt jedoch nur die Ansichten der Autoren wider. Die Europäische Kommission haftet nicht für die Folgen der Weiterverwendung dieser Veröffentlichung. Weitere Informationen zur Europäischen Union finden Sie im Internet (<http://www.europa.eu>).

Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union, 2024

© Europäische Union, 2024



Die Weiterverwendung von Dokumenten der Europäischen Kommission ist durch den Beschluss 2011/833/EU der Kommission vom 12. Dezember 2011 über die Weiterverwendung von Kommissionsdokumenten (ABl. L 330 vom 14.12.2011, S. 39) geregelt. Sofern nichts anderes angegeben ist, wird dieses Dokument zu den Bedingungen einer Lizenz Creative Commons 4.0 International (CC-BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>) zur Verfügung gestellt. Dies bedeutet, dass die Weiterverwendung zulässig ist, sofern die Quelle ordnungsgemäß genannt wird und etwaige Änderungen angegeben werden.

Für jede Verwendung oder Wiedergabe von Elementen, die nicht Eigentum der EU sind, muss gegebenenfalls direkt bei den jeweiligen Rechteinhabern eine Genehmigung eingeholt werden.

Es kann passieren, dass wir an einem bestimmten Punkt unseres Lebens auf Leistungen aus der Sozialversicherung angewiesen sind. Diese stehen Inländern in ihrem eigenen Land zur Verfügung, wenn sie die entsprechenden Anforderungen erfüllen; aber auch dann, wenn Sie aus einem EU-Land stammen und in einem anderen leben, können Sie diese in Anspruch nehmen. Im Folgenden erfahren Sie mehr darüber, wann Sie Leistungen beantragen können, worauf Sie Anspruch haben und wie Sie die jeweilige Leistung beantragen können.

## Inhaltsverzeichnis

FAMILIE .....	6
Familienleistungen.....	7
Elternschaft .....	11
GESUNDHEIT .....	14
Sachleistungen bei Krankheit .....	15
Leistungen für Betreuungspersonen.....	17
Leistungen bei Pflegebedürftigkeit.....	19
Krankengeldleistungen .....	23
INVALIDITÄT .....	28
Invaliditätsrenten .....	29
Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten .....	32
ALTER UND HINTERBLIEBENE .....	35
Ruhestandsrente .....	36
Leistungen für Hinterbliebene.....	38
SOZIALHILFE.....	42
Leistungen der Sozialhilfe .....	43
ARBEITSLOSIGKEIT .....	46
Arbeitslosengeld.....	47
UMZUG INS AUSLAND .....	50
Vorherige Versicherung im Ausland kann berücksichtigt werden.....	51
WOHNSITZ ODER GEWÖHNLICHER AUFENTHALT .....	54
Wohnsitz.....	55

# Familie

## Familienleistungen

Dieses Kapitel beschreibt Familienleistungen, auf die eine Familie nach der Geburt eines Kindes bis zum Erreichen des Erwachsenenalters dieses Kindes möglicherweise Anspruch hat.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Kindergeld mit Zuschlägen** (*zasiłek rodzinny i dodatki*)
- **Einmalige Entbindungsbeihilfe** (*jednorazowa zapomoga z tytułu urodzenia się dziecka*)
- **Elterngeld** (*świadczenie rodzicielskie*)
- **Erziehungsgeld**, das sogenannte 800 Plus (*świadczenie wychowawcze, 800 Plus*)
- **Einmalige Leistung nach dem Gesetz zur Unterstützung schwangerer Frauen und ihrer Familien „Für das Leben“** (*Jednorazowe świadczenie z ustawy o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”*)
- **Leistung „Guter Start“**, das sogenannte 300 Plus (*Świadczenie „Dobry Start”, 300 Plus*)
- **Pflegekapital für die Familie** (*Rodzinny Kapitał Opiekuńczy RKO*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

**Familienbeihilfen** stehen Familien oder Studenten/Auszubildenden zu, deren Pro-Kopf-Einkommen einen bestimmten Schwellenwert nicht überschreitet.

Die Familienbeihilfe soll die Kosten für den Unterhalt eines Kindes teilweise decken.

Es wird ab der Geburt des Kindes bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres oder - bei fortdauernder Ausbildung - bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres gezahlt.

Bei dieser Regel gilt eine Ausnahme: Die Altersgrenze des Kindes verlängert sich auf 24 Jahre, wenn die schulische Ausbildung fortgesetzt wird und eine mittelschwere bzw. erhebliche Behinderung vorliegt.

**Einmalige Entbindungsbeihilfen** werden bei Geburt eines lebenden Kindes gezahlt.

**Elterngeld** wird für die Geburt eines Kindes gezahlt.

Das **Erziehungsgeld** wird an Eltern und Erziehungsberechtigte für Kinder bis zum 18. Lebensjahr gezahlt.

**Die einmalige Leistung nach dem Gesetz zur Unterstützung schwangerer Frauen und ihrer Familien „Für das Leben“** wird an Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern gezahlt, die mit einer schweren und irreversiblen Behinderung oder einer unheilbaren, lebensbedrohlichen Krankheit diagnostiziert wurden, die aus der Phase der pränatalen Entwicklung des Kindes stammt oder ihren Ursprung unter der Geburt nahm und wird bis zu 12 Monate nach dem Geburtsdatum gezahlt.

Die **Leistung „Guter Start“** wird einmal jährlich für jedes Kind bis zum Alter von 20 Jahren (24 Jahre bei Kindern mit Behinderung) gezahlt, das ein neues Schuljahr beginnt.

**Pflegekapital für die Familie** wird für das zweite und folgende Kinder im Alter zwischen 12 und 36 Monaten gewährt.

Weitere Informationen zu Leistungen für Mütter und Väter, unabhängig vom Familieneinkommen, finden Sie im Kapitel Elternschaft.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Familienbeihilfen](#) und Zulagen werden Eltern (bzw. einem Elternteil), Unterhaltspflichtigen sowie volljährigen Personen, die eine Schule besuchen bzw. eine Ausbildung oder ein Studium absolvieren und die nicht von den Eltern unterhalten werden (z. B. im Todesfall der Eltern) gezahlt.

Zusätzlich darf das Einkommen eine bestimmte Höhe nicht überschreiten (das so genannte [Einkommenskriterium](#)), was bedeutet, dass das Einkommen der Familie (bzw. der in der Ausbildung befindlichen volljährigen Person), welche die Leistungen beantragen (beantragt), nicht höher sein darf als:

für jede Person in der Familie

674 PLN netto pro Monat

pro Person, wenn ein Familienangehöriger ein behindertes Kind ist 764 PLN netto pro Monat

Ab dem 1. Januar 2016 tritt ein neuer Mechanismus in Kraft, der sogenannte „Złoty für Złoty“. Familien, deren Einkommen geringfügig über der Höchstgrenze liegt, können in diesem Rahmen Beihilfen erhalten. Insbesondere wird der Betrag der gezahlten Leistungen um den Betrag verringert, um den das Familieneinkommen die Einkommensgrenze überschreitet. Liegt das Einkommen beispielsweise 100 PLN über der Höchstgrenze, so wird dieser Betrag von der Beihilfe, die ansonsten gezahlt würde, in Abzug gebracht.

Familienbeihilfe kann von Personen beansprucht werden, die in dem Zeitraum, in welchem die Leistung erbracht wird, ihren Wohnsitz in Polen haben.

Diese kann um die folgenden Zulagen erhöht werden:

- **Einmalige Entbindungsbeihilfe** (*dodatek z tytułu urodzenia się dziecka*) (außer einmalige Entbindungsbeihilfe);
- **Erziehungsgeldzulage im Erziehungsurlaub** (*dodatek z tytułu opieki nad dzieckiem w okresie korzystania z urlopu wychowawczego*): steht Personen zu, die mindestens 6 Monate vor Erhalt des Elternurlaubsanspruchs gearbeitet haben und die nach dem Ende des Mutterschafts- und Vaterschaftsurlaubs 24 Monate Urlaub nehmen, um sich um Kinder zu kümmern (36 Monate im Fall einer Mehrlingsgeburt oder einem alleinerziehenden Elternteil und 72 Monate, wenn das Kind behindert ist);
- **Erziehungsgeldzulage für Alleinerziehende** (*dodatek z tytułu samotnego wychowywania dziecka*): wird an eine alleinerziehende Mutter, einen alleinerziehenden Vater oder den Unterhaltspflichtigen des Kindes gezahlt. Dieser Zuschlag kann einer Person gewährt werden, die ihr Studium fortsetzt, wenn beide Eltern verstorben sind;
- **Zulage für kinderreiche Familien** (*dodatek z tytułu wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej*): wird für das dritte und jedes darauffolgende Kind in der Familie gezahlt;
- **Ausbildungs- und Rehabilitationszulage für behinderte Kinder** (*dodatek z tytułu kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego*): wird zur Deckung der Ausgaben im Zusammenhang mit Rehabilitationsmaßnahmen oder mit der Förderung von behinderten Kindern gezahlt;
- **Zulage zum Schuljahresbeginn** (*dodatek z tytułu rozpoczęcia roku szkolnego*): wird zu Beginn jedes Schuljahres ausgezahlt;
- **Zulage für die Ausbildung von Kindern außerhalb des Wohnortes** (*dodatek z tytułu podjęcia przez dziecko nauki poza miejscem zamieszkania*): Dieser Zuschlag wird für zehn Monate pro Jahr gezahlt.

Eine **einmalige Entbindungsbeihilfe** wird einem Elternteil oder Erziehungsberechtigten des Kindes gewährt, wenn das Familieneinkommen nicht höher ist als 1.922 PLN netto für jede Person in der Familie.

Die Beihilfe wird gewährt, wenn die Mutter des Kindes sich spätestens ab der 10. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt medizinisch betreuen ließ.

**Elterngeld** wird Eltern gewährt, die nicht versichert sind und kein Mutterschaftsgeld erhalten (Studenten, Landwirte, Arbeitnehmer mit befristeten oder anderen atypischen Arbeitsverträgen) und zwar pro Entbindung ein Jahr lang (52 Wochen) (siehe Elternschaft). Dieser Zeitraum kann bis zu 65 Wochen nach der Geburt von zwei Kindern, 67 Wochen für drei Kinder, 69 Wochen für vier Kinder und 71 Wochen für fünf und mehr Kinder verlängert werden.

**Das Erziehungsgeld** wird auf der Grundlage des Programms „Family 800 Plus“ (800+) gewährt.

Die Leistungen sind für Eltern und Unterhaltspflichtige von Kindern bis zum 18. Lebensjahr verfügbar. Eine Familie mit Kindern kann Leistungen für jedes Kind unabhängig vom Einkommen erhalten.

Die Leistung wird unabhängig vom Familienstand der Eltern gezahlt. Somit haben verheiratete Eltern, alleinerziehende Eltern und Eltern in informellen Partnerschaften Anspruch auf die Unterstützung. Im Fall von geschiedenen Paaren wird die Beihilfe an den Elternteil gezahlt, der das Sorgerecht für das Kind hat.

**Die einmalige Leistung nach dem Gesetz zur Unterstützung schwangerer Frauen und ihrer Familien „Für das Leben“** wird an Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern gezahlt, die mit einer schweren und irreversiblen Behinderung oder eine unheilbaren, lebensbedrohlichen Krankheit



diagnostiziert wurden, die aus der Phase der pränatalen Entwicklung des Kindes stammt oder ihren Ursprung unter der Geburt nahm und wird bis zu 12 Monate nach dem Geburtsdatum gezahlt.

Die **Leistung „Guter Start“** ist eine jährliche Pauschale von 300 PLN netto pro Kind, die einmal jährlich für jedes Kind bis zum Alter von 20 Jahren (24 Jahre bei Kindern mit Behinderung) gewährt wird, das ein neues Schuljahr beginnt. Die Leistung unterliegt keiner Bedürftigkeitsprüfung.

**Pflegekapital für die Familie** wird bis zu einem Gesamtbetrag von 12.000 PLN pro Kind gewährt und unterliegt keiner Bedürftigkeitsprüfung. Die Eltern bestimmen den monatlichen Betrag, d.h. es kann sich entweder um 500 PLN monatlich für die Dauer von zwei Jahren handeln oder um 1.000 PLN monatlich für ein Jahr. Der monatliche Leistungsbetrag kann nur einmal geändert werden. Bei geschiedenen Eltern, die sich das Sorgerecht für ein Kind teilen, erhält jedes Elternteil die Hälfte des Betrags.

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

### Kindergeld

Das Kindergeld beläuft sich auf einen Betrag von:

pro Kind bis zur Vollendung des 5. Lebensjahres	95 PLN/Monat
pro Kind im Alter von 5-18 Jahren	124 PLN/Monat
pro Kind im Alter von 18-24 Jahren	135 PLN/Monat

Zusammen mit der Familienbeihilfe können folgende Zuschläge gewährt werden:

<a href="#">Einmaliges Entbindungsgeld</a>	1.000 PLN einmalig
<a href="#">Erziehungsgeldzulage im Erziehungsurlaub</a>	400 PLN monatlich
<a href="#">Alleinerziehungszulage</a>	193 PLN monatlich pro Kind (zusammen maximal 386 PLN für alle Kinder)
Alleinerziehungszulage, wenn bei dem Kind eine amtlich bescheinigte (schwere) Behinderung vorliegt	273 PLN monatlich pro Kind (maximal 546 PLN für alle Kinder)
<a href="#">Beihilfe für kinderreiche Familien</a>	95 PLN monatlich
<a href="#">Ausbildungs- und Rehabilitationsbeihilfe für behinderte Kinder für Kinder bis zur Vollendung des 5. Lebensjahres</a>	90 PLN monatlich pro Kind
<a href="#">Ausbildungs- und Rehabilitationsbeihilfe für behinderte Kinder für Kinder im Alter von 5 bis 24 Jahren</a>	110 PLN monatlich pro Kind
<a href="#">Zulage zum Schuljahresbeginn</a>	100 PLN pro Jahr pro Kind
<a href="#">Zulage für die Ausbildung von Kindern außerhalb des Wohnortes</a>	69 PLN monatlich
<a href="#">Zulage für die Ausbildung von Kindern außerhalb des Wohnortes</a> , wenn das Kind in dem Ort wohnte, in dem sich die Schule befindet	113 PLN monatlich pro Kind

Familienleistungen umfassen ebenfalls Betreuungsleistungen:

- [Medizinische Versorgungsbeihilfen](#) (*zasitek pielęgnacyjny*) wird für behinderte Kinder und Jugendliche gewährt, die kein selbstständiges Leben führen können;
- [Pflegegeld](#) (*świadczenie pielęgnacyjne*) wird für Personen gezahlt, die ein Kind betreuen und deshalb ihre Arbeit aufgeben müssen;
- [Sonderpflegegeld](#) (*specjalny zasitek opiekuńczy*) und [Beihilfe für Betreuungspersonen](#) (*zasitek dla opiekuna*) wird an diejenigen gezahlt, die ständig eine behinderte Person betreuen müssen und ihrem Beruf nicht mehr nachgehen können. Der Anspruch auf diese Beihilfen endete am 31. Dezember 2023.

### Die einmalige Entbindungsbeihilfe

Höhe der einmaligen Entbindungsbeihilfe	1.000 PLN einmalig
---	--------------------

Der Antrag auf einmalige Entbindungsbeihilfe muss innerhalb von 12 Monaten nach Geburt des Kindes gestellt werden.

### Das Elterngeld

Höhe des Elterngeldes	1.000 PLN monatlich
Das Elterngeld wird unabhängig von der festgelegten Einkommensgrenze gezahlt.	

### Das Erziehungsgeld (800 Plus)

Höhe des Erziehungsgeldes	800 PLN monatlich
---------------------------	-------------------

Das Erziehungsgeld wird unabhängig von der festgelegten Einkommensgrenze gezahlt.

**Die einmalige Leistung nach dem Gesetz zur Unterstützung schwangerer Frauen und ihrer Familien „Für das Leben“:** 4.000 PLN

**Leistung „Guter Start“:** 300 PLN.

**Pflegekapital für die Familie:** 500 PLN monatlich für zwei Jahre oder 1.000 PLN monatlich für ein Jahr.

Sämtliche Familienleistungen in Polen sind von der Einkommensteuer befreit.

Anträge auf Familienleistungen sind beim zuständigen Sozialamt bzw. in einigen Fällen ([zum Beispiel in Warschau](#)) in Ihrem zuständigen Bezirksamt zu stellen.

Die Leistungen **„Guter Start“** (300 Plus), **Erziehungsgeld** (800 Plus) und **Pflegekapital für die Familie** müssen online bei der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) eingereicht werden über die [elektronische Serviceplattform \(PUE\) der ZUS](#), das [Portal Emp@tia des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales](#) oder das e-banking.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- [Antragsformulare für Anträge auf Gewährung von Familienleistungen und Zuschlägen](#)
- [Antrag auf einmalige Entbindungsbeihilfe](#)
- [Antrag auf Elterngeld](#)
- [Antrag auf Erziehungsgeld](#)
- [Antrag auf die einmalige Leistung nach dem Gesetz zur Unterstützung schwangerer Frauen und ihrer Familien „Für das Leben“](#)
- [Antrag auf die Leistung „Guter Start“](#)
- [Anleitung zur Einreichung eines Antrags auf Pflegekapital für die Familie](#)

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- Gewährung von Familienleistungen - [Beschreibung der zu befolgenden Schritte auf der Website des Bürgeramtes der Stadt Warschau](#)
- [Beschreibung der Kindergeldzuschläge](#)
- Gewährung der einmaligen Entbindungsbeihilfe - [Beschreibung der zu befolgenden Schritte auf der Website des Bürgeramtes der Stadt Warschau](#)
- Gewährung des Erziehungsgeldes – [Beschreibung der zu befolgenden Schritte auf der Website des Bürgeramtes der Stadt Warschau](#)
- Gewährung des Elterngeldes (800 Plus) – [Beschreibung der zu befolgenden Schritte auf der Webseite des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales](#)
- [„Für das Leben“ - Infoblatt](#)
- [Leistung „Guter Start“ – Grundinformationen](#)
- [Pflegekapital für die Familie - Infoblatt](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Familienleistungen: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### Wen kann ich kontaktieren?

#### Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Familienpolitik

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117230

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mrips.gov.pl](mailto:info@mrips.gov.pl)

## Elternschaft

In diesem Kapitel beschreiben wir sämtliche Leistungen, die Familien bei der Geburt eines Kindes oder bei Aufnahme eines Kindes von bis zu 7 Jahren in die erzieherische Obhut zustehen. Es gibt drei Urlaubsarten sowie Leistungen, die während der Dauer eines solchen Urlaubs ausgezahlt werden.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Mutterschaftsgeld und Mutterschaftsurlaub** (*zasitek i urlop macierzyński*)
- **Elterngeld und Elternurlaub** (*zasitek i urlop rodzicielski*)
- **Vaterschaftsgeld und Vaterschaftsurlaub** (*zasitek i urlop ojcowski*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Leistungen im Zusammenhang mit der Geburt eines Kindes stehen krankenversicherten Personen zu. Als Angestellter in Polen ist man in der Regel pflichtversichert. Man kann sich auch freiwillig versichern.

**Mutterschaftsgeld und Mutterschaftsurlaub** werden der Mutter gewährt, die einen Teil davon jedoch an den Vater abtreten kann, unter der Voraussetzung, dass die Mutter den größten Teil wahrnimmt. Wenn die Mutter nach Geburt des Kindes verstorben ist oder das Kind aussetzt, hat der Vater Anspruch auf das volle Mutterschaftsgeld.

**Elterngeld und Elternurlaub** wird beiden Elternteilen in maximal vier Teilen gewährt. Die Eltern können den Urlaub gleichzeitig oder im Wechsel in Anspruch nehmen.

**Vaterschaftsgeld und Vaterschaftsurlaub** stehen dem Vater des Kindes zu und sind unabhängig vom Mutterschaftsurlaub.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Mutterschaftsurlaub und Mutterschaftsgeld](#) werden der Mutter gewährt, die einen Teil davon jedoch an den Vater abtreten kann, unter der Voraussetzung, dass die Mutter zuvor den größten Teil wahrnimmt.

Wenn die Mutter nach Geburt des Kindes verstorben ist oder das Kind aussetzt, hat der Vater Anspruch auf das volle Mutterschaftsgeld.

Mutterschaftsgeld steht einer krankenversicherten Frau zu, die:

- ein Kind zur Welt gebracht hat;
- ein Kind im Alter von bis zu 7 Jahren adoptiert hat;
- für ein Kind im Alter von bis zu 7 Jahren eine Pflegschaft übernommen hat.

**Der Bezug des Elterngeldes und der Elternurlaub** können nach Beendigung des Mutterschaftsurlaubs beginnen. Der Elternurlaub wird beiden Elternteilen in maximal vier aufeinander folgenden Teilen für die Dauer von mindestens 8 Wochen gewährt. Die Eltern können den Urlaub gemeinsam oder wechselweise in Anspruch nehmen.

Ein schriftlicher Antrag auf Elternurlaub für die Mutter bzw. den Vater muss ebenfalls 21 Tage im Voraus eingereicht werden.

Elternurlaub kann auch mit Arbeit kombiniert werden. Der betreffende Elternteil darf maximal halbtags bei dem Arbeitgeber tätig sein, der den Urlaub gewährt.

**Vaterschaftsgeld und Vaterschaftsurlaub** sind unabhängig vom Mutterschaftsurlaub und stehen ausschließlich dem Vater des Kindes zu. Der Urlaub kann auf einmal oder in zwei Teilen genommen werden.

Vaterschaftsurlaub muss genommen werden bis das Kind zwei Jahre alt ist, sonst verfällt die Leistung.

Liegt das Familieneinkommen (pro Person) unter einem bestimmten Schwellenwert (das so genannte Einkommenskriterium), hat die Familie möglicherweise Anspruch auf eine einmalige Entbindungsbeihilfe. Mehr dazu unter „Familienleistungen“.

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

### Länge des Urlaubs

Die Länge des Mutterschaftsurlaubs hängt von der **Anzahl der geborenen Kinder bei einer Geburt ab**.

Geburt eines Kindes	20 Wochen (mindestens 14 Wochen nach der Geburt nur für die Mutter, die übrige Zeit kann an den Vater abgetreten werden)
Geburt von zwei Kindern	31 Wochen
Geburt von drei Kindern	33 Wochen
Geburt von vier Kindern	35 Wochen
Geburt von fünf oder mehr Kindern	37 Wochen

6 Wochen Mutterschaftsurlaub können vor dem voraussichtlichen Zeitpunkt der Entbindung in Anspruch genommen werden. Nach der Geburt kann die verbleibende Zeit in Anspruch genommen werden.

Länge der übrigen Urlaubszeiten:

Elternurlaub	32 Wochen im Fall einer Einzelgeburt und 34 Wochen im Fall einer Mehrlingsgeburt (für Mutter oder Vater)
Vaterschaftsurlaub	2 Wochen (für den Vater, kann unabhängig vom Urlaub der Mutter in Anspruch genommen werden, z. B. gleichzeitig)

### Betrag der Bezüge

Der Betrag der Leistungen im Zusammenhang mit einer Entbindung berechnet sich anhand des Durchschnittswertes des für die Dauer von 12 Monaten vor dem Urlaub bezogenen Lohns. Die Höhe der Leistungen entspricht:

Mutterschaftsgeld	100 % des Durchschnitts
Elterngeld	100% des Durchschnitts während der ersten 6 Wochen des Elternurlaubs und 60 % des Durchschnitts für die folgenden Wochen.
Vaterschaftsgeld	100 % des Durchschnitts

Grundlage für die Zuteilung der Leistung ist die ärztliche Bescheinigung über den voraussichtlichen Entbindungstermin für die Zeit vor der Entbindung und die Geburtsurkunde für die Zeit nach der Entbindung vorzulegen.

Die entsprechenden Dokumente sind in der für den betreffenden Wohnort zuständigen Geschäftsstelle der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) einzureichen. Wenn Sie in einem Unternehmen mit mehr als 20 Beschäftigten arbeiten, müssen Sie Ihre Unterlagen beim Arbeitgeber einreichen.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Bescheinigung [ZUS Z-3](#) - für Arbeitnehmer
- Bescheinigung [ZUS Z-3b](#) - für Selbstständige
- Bescheinigung [ZUS Z-3a](#) - für sonstige versicherte Personen

## Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- Website der Regierung zu Familienfragen: <https://www.gov.pl/web/rodzina/co-robimy-wsparcie-dla-rodzin-z-dziecmi>
- Kontaktformular auf der Website des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales zu Familienfragen: <https://www.gov.pl/web/rodzina/dane-kontaktowe>
- Beantragung von Mutterschaftsgeld – [erforderliche Dokumente](#)
- Antrag auf Ausstellung einer Geburtsurkunde - [Hinweise auf der Website des Bürgeramtes der Stadt Warschau](#)
- [Mutterschaftsgeld](#) – Merkblatt der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) auf Englisch.

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

## Wen kann ich kontaktieren?

### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung Arbeitsrecht (für Fragen in Bezug auf Urlaubsanspruch)**

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117320

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung Sozialversicherungen (für Fragen in Bezug auf Leistungen)**

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

### **Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle**

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

### **Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Gesundheit

## Sachleistungen bei Krankheit

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche Leistungen die Krankenversicherung in Polen abdeckt und auf welche Weise man als polnischer Staatsbürger oder als Person, die sich vorübergehend hier aufhält, ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen kann.

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Die kostenlose Gesundheitsversorgung in Polen steht allen krankenversicherten Personen offen.

Auch Bürger anderer Länder der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraums, die sich vorübergehend in Polen aufhalten, haben Anspruch auf dieselben Leistungen. Sie müssen lediglich in ihren jeweiligen Ländern krankenversichert sein und dies entsprechend nachweisen können.

Die Institution, die die Gesundheitsversorgung in Polen koordiniert und finanziert, ist der [Nationale Gesundheitsfonds](#) (weitere Informationen finden Sie unter „Fachsprache übersetzt“).

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Das Recht auf kostenlose Gesundheitsversorgung](#) steht vielen sozialen Gruppen zu. Dazu gehören u. a. Angestellte, Kinder, Studierende, Rentner, Invaliden, Arbeitslose und Selbstständige.

In den Genuss der kostenlosen Gesundheitsversorgung kommt man nach Anmeldung bei der Krankenversicherung. Diese Anmeldung wird von der Stelle vorgenommen, die den Beitrag zahlt, z. B. Arbeitgeber oder Bildungseinrichtung. Eine Ausnahme bilden Selbstständige. Sie müssen sich selber krankenversichern.

Zusätzlich muss jede versicherte Person auch seine Angehörigen, die aus anderem Grund nicht über eine Krankenversicherung verfügen (z. B. Kinder) bei der Krankenversicherung anmelden. Die Angehörigen sind zu den gleichen Konditionen versichert wie die versicherte Person.

Es besteht auch die Möglichkeit, sich freiwillig zu versichern.

### Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

Jede krankenversicherte Person hat Anspruch auf kostenlose Behandlung in sämtlichen Arztpraxen und sonstigen Einrichtungen, die beim Nationalen Gesundheitsfonds unter Vertrag stehen. Dazu gehören:

- **Praktische Ärzte;**
- **Fachärzte** nach Überweisung durch den praktischen Arzt. Bei folgenden Fachärzten/Fachkräften kann man sich ohne Überweisung in Behandlung begeben: Frauenarzt, Geburtshelfer, Zahnarzt, Venerologe, Onkologe, und Psychiater. Bei Gesundheitsnotstand oder Lebensgefahr ist eine Überweisung nicht erforderlich;
- **Krankenhäuser**, Ambulanzen, Kliniken, Gesundheitszentren. Im Falle eines Krankenhausaufenthaltes sind sämtliche Untersuchungen, Eingriffe sowie Arzneimittel kostenfrei;
- **Private Arztpraxen**, die beim NFZ unter Vertrag stehen. Vor einem Besuch sollten Sie prüfen, ob die Leistungen, die sie in dieser Praxis in Anspruch nehmen möchten, im Rahmen des Vertrages mit dem Gesundheitsfonds erstattungsfähig sind;
- **Zahnärzte:** Bitte berücksichtigen Sie, dass zahnärztliche Behandlung im Rahmen der Krankenversicherung nur in sehr begrenztem Umfang möglich ist. [Über diesen Link](#) können Sie prüfen, welche zahnärztlichen Leistungen im Rahmen der Krankenversicherung erstattungsfähig sind.

### Arzneimittel

Einige Arzneimittel in Polen werden vom Nationalen Gesundheitsfonds teilweise erstattet. Auf der Website des polnischen Gesundheitsministeriums erfahren Sie mehr über die [Erstattungsbedingungen](#) und können Einsicht in die Liste der erstattungsfähigen Arzneimittel nehmen. Wenn Ihnen Arzneimittel verschrieben werden, die nicht in dieser Liste enthalten sind, müssen Sie 100% des Marktpreises selbst zahlen.

Apotheker in Polen sind verpflichtet, ihre Kunden über die Möglichkeit zu informieren, ein verschriebenes Arzneimittel durch ein preiswerteres Pendant zu ersetzen. Es handelt sich dabei um ein

Medikament mit der gleichen Zusammensetzung, aber zu einem günstigeren Preis. Darüber hinaus gibt es eine spezielle Hotline des Gesundheitsministeriums, die darüber informiert, ob es für ein verschriebenes Medikament einen preiswerteren Ersatz gibt (siehe Kapitel „Wen kann ich kontaktieren“).

Während der stationären Behandlung sind Arzneimittel kostenfrei.

### Bestätigung des Anspruchs auf Leistungen

Polnische Staatsbürger können zur Bestätigung ihres [Anspruchs auf Leistungen der Gesundheitsversorgung](#) entweder auf elektronischem Wege ihre PESEL-Nummer übermitteln, ein Dokument zum Nachweis ihrer Krankenversicherung vorlegen (z. B. Rentnerausweis) oder eine Erklärung ablegen, dass ihnen eine solche Versicherung zusteht.

Bürger der Europäischen Union sind in Bezug auf Leistungen der Gesundheitsversorgung den polnischen Staatsangehörigen gleichgestellt. Einzige Bedingung ist der Nachweis eines Anspruchs auf Gesundheitsversorgung in ihrem Heimatland. Hierzu muss die [Europäische Krankenversicherungskarte](#) vorgezeigt werden.

### Fachsprache übersetzt

**PESEL-Nummer:** 11-stellige Identifikationsnummer in Polen: Eine PESEL-Nummer erhält automatisch jede Person, die für mindestens drei Monate eine Meldeadresse auf polnischem Gebiet besitzt.

**Nationaler Gesundheitsfonds (poln. Abkürzung: NFZ):** Verwaltungsorganisation für das Gesundheitsfürsorgesystem in Polen. Der NFZ schließt Verträge mit Ärzten und Einrichtungen über die Erbringung von Gesundheitsversorgungsleistungen im Rahmen der allgemeinen Gesundheitsversorgung ab. Der NFZ finanziert diese Leistungen und übernimmt ebenfalls die Erstattung von Arzneimitteln.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Bescheinigung [ZUS ZZA](#) – für Arbeitnehmer oder Selbstständige
- Bescheinigung [ZUS ZCNA](#) – für Familienangehörige von Arbeitnehmern oder Selbstständigen

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Beschreibung des Gesundheitssystems in Polen auf der Website des Gesundheitsministeriums](#)
- [Informationen](#) über die Rechte der Patienten auf der Website des Nationalen Gesundheitsfonds
- [Schritt-für-Schritt](#)-Anleitung für Patienten auf der Website des Nationalen Gesundheitsfonds

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=849&langId=de>

### Wen kann ich kontaktieren?

#### Nationaler Gesundheitsfonds – Hauptgeschäftsstelle

ul. Rakowiecka 26/30  
02-528 Warschau  
POLEN

Webseite: <http://www.nfz.gov.pl>

E-Mail: [kancelariaelektroniczna@nfz.gov.pl](mailto:kancelariaelektroniczna@nfz.gov.pl)

NFZ-Hotline (24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar): 800190590; aus dem Ausland: +48 221256600

#### Gesundheitsministerium

ul. Miodowa 15  
00-952 Warschau  
POLEN

Webseite: <http://www.gov.pl/zdrowie>

E-Mail: [kancelaria@mz.gov.pl](mailto:kancelaria@mz.gov.pl)

Hotline des Gesundheitsministeriums (von 8.15 bis 16.15) +48222500146



### **Büro des Patientenbeauftragten**

ul. Młynarska 46  
01-171 Warschau  
POLEN

Tel. +48 225328250

Webseite: <http://www.gov.pl/rpp>

E-Mail: [kancelaria@rpp.gov.pl](mailto:kancelaria@rpp.gov.pl)

### [Frageformular für Patientenbeauftragten](#)

Kostenlose Hotline des Patientenbeauftragten (werktags von 8.00 bis 18.00 Uhr): 800190590

Hotline über preiswertere Alternativen zu erstattungsfähigen Arzneimitteln (täglich werktags von 8.00 bis 18.00): +48 221239800

## **Leistungen für Betreuungspersonen**

In diesem Kapitel erfahren sie über Leistungen, die Ihnen möglicherweise zustehen, wenn Sie Ihren Beruf aufgegeben haben, um eine Person mit einer Behinderung zu betreuen.

Bei den hier beschriebenen Leistungen handelt es sich um:

- **Pflegegeld** (*świadczenie pielęgnacyjne*)
- **Sonderpflegegeld** (*specjalny zasiłek opiekuńczy*)
- **Beihilfe für Betreuungspersonen** (*zasiłek dla opiekuna*)

### **In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?**

**Pflegegeld** wird Personen gewährt, die ein behindertes Kind betreuen und wegen dieser Betreuung ihre Berufstätigkeit aufgeben mussten. Anspruch auf diese Leistung hat jede Betreuungsperson, unabhängig vom Familieneinkommen.

Personen, die Pflegegeld beziehen und ein geringes Einkommen haben, das einen bestimmten Schwellenwert nicht überschreitet, steht möglicherweise ebenfalls eine Ausbildungs- und Rehabilitationsbeihilfe für behinderte Kinder zu. Mehr dazu unter „Familienleistungen“.

**Sonderpflegegeld** ist eine Leistung für Personen, die behinderte Kinder oder Erwachsene betreuen. Bei dieser Beihilfe wird die Höhe des Einkommens der Familie, welche die Betreuung übernimmt und der betreuungsbedürftigen Person berücksichtigt. Dieses Einkommen darf den festgelegten Wert nicht überschreiten.

**Beihilfe für Betreuungspersonen** ist eine Leistung für diejenigen, die Kinder oder Erwachsene mit Behinderungen pflegen und die seit 01. Juli 2013 von Rechts wegen ihren Anspruch auf Pflegegeld (*świadczenie pielęgnacyjne*) verloren haben und die Bedingungen für Sonderpflegegeld (*specjalny zasiłek opiekuńczy*) nicht erfüllen.

Seit dem 1. Januar 2024 werden Sonderpflegegeld und Beihilfe für Pflegepersonen nicht mehr gewährt. Bestand der Anspruch jedoch schon vor dem 31. Dezember 2023, werden die Zahlungen weiterhin geleistet.

Mehr über Leistungen, die behinderten Personen zustehen, finden Sie im Kapitel „Leistungen bei Pflegebedürftigkeit“.

Mehr über Leistungen für Arbeitnehmer, die arbeitsunfähig geworden sind, finden Sie im Kapitel „Invaliditätsrenten“.

### **Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?**

**Pflegegeld** wird an die Mutter, den Vater, den tatsächlichen Vormund des Kindes oder an eine andere Person ausgezahlt, die für die Versorgung, d. h. für den Unterhalt des Kindes verantwortlich ist (z.B. andere Verwandte, die Pflegefamilie oder die Leitung einer Pflegeeinrichtung).

Auf Pflegegeld besteht Anspruch, wenn bei der pflegebedürftigen Person vor Vollendung des 18. Lebensjahres eine Behinderung entsteht.

Darüber hinaus muss das Kind eine der folgenden Voraussetzungen erfüllen:

- Feststellung der Behinderung durch ein amtliches Dokument, aus dem die ständige oder andauernde Notwendigkeit der Pflege oder Unterstützung durch einen Dritten ersichtlich ist;
- Feststellung eines schweren Behinderungsgrades durch ein amtliches Dokument.

Die Feststellung der Behinderung erfolgt durch eine Kommission zur Feststellung einer Behinderung, die von den Sozialämtern einberufen wird.

Die Leistungen werden unbefristet gewährt. Eine Ausnahme bildet eine Situation, in welcher die Feststellung der Behinderung oder die Feststellung des Behinderungsgrades befristet vorgenommen wurde. In einem solchen Fall besteht der Anspruch auf Pflegegeld bis zum letzten Tag des Monats, in welchem die Laufzeit der Feststellung der Behinderung abläuft.

Während des Leistungsbezuges darf die Betreuungsperson keine anderen Einkommensquellen haben (z. B. Invaliditäts- oder Altersrenten oder ähnliche Leistungen).

**Sonderpflegegeld** ist eine Leistung für Betreuungspersonen behinderter Kinder oder Erwachsener. Diese Leistung steht Betreuungspersonen zu, wenn sie ihre Erwerbstätigkeit zur ständigen Pflege einer Person aufgeben, die über eine der folgenden Bescheinigungen verfügt:

- Feststellung eines schweren Behinderungsgrades;
- Bescheinigung einer Behinderung, mit Feststellung der ständigen oder andauernden Notwendigkeit einer Pflege oder Unterstützung durch einen Dritten aufgrund der stark eingeschränkten Fähigkeit zur selbstständigen Lebensführung.

Anspruch auf Sonderpflegegeld besteht, wenn das gemeinsame Einkommen der Familie der Betreuungsperson und der Familie der betreuungsbedürftigen Person unter 764 PLN netto pro Person monatlich liegt.

Sonderpflegegeld kann nicht gleichzeitig mit anderen Leistungen (z. B. Invaliditäts- oder Altersrente, Pflegegeld) bezogen werden.

**Beihilfe für Betreuungspersonen** ist eine Leistung für Betreuungspersonen von Kindern oder Erwachsenen mit Behinderungen. Sie wird Betreuungspersonen gewährt, wenn sie ihr Arbeitsverhältnis oder eine andere Erwerbstätigkeit kündigen, um die dauerhafte Pflege einer Person zu übernehmen, deren Status legitimiert wurde durch:

- eine Entscheidung über die Schwere der Behinderung;
- ein Urteil über die Behinderung, das den Bedarf an dauerhafter Pflege oder Langzeitpflege oder Unterstützung durch eine andere Person in Zusammenhang mit einer stark eingeschränkten Fähigkeit, ein unabhängiges Leben zu führen, feststellt;
- und die ab 01. Juli 2013 von Rechts wegen ihren Anspruch auf Pflegegeld verloren haben und die Einkommenskriterien für Sonderpflegegeld nicht erfüllen.

Die Leistung wird ohne zeitliche Befristung gewährt. Eine Ausnahme ist die Situation, in der die Entscheidung über die Behinderung oder die Bewertung über den Grad der Behinderung nur für einen begrenzten Zeitraum gültig waren. In diesem Fall gilt der Anspruch auf Beihilfe für Betreuungspersonen nur bis zum letzten Tag des Monats, in dem das Urteil ungültig wird.

Die Beihilfe für Betreuungspersonen kann nicht zusammen mit anderen Leistungen, inklusive Rente und Pflegegeld, beantragt werden.

## **Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?**

### **Pflegegeld**

Das Pflegegeld wird unabhängig vom Familieneinkommen ausgezahlt.

Höhe des Pflegegeldes (Stand: 1. Januar 2024) 2.988 PLN monatlich

Für Personen, die Pflegegeld beziehen, werden die Beiträge zur Renten-, Invaliditäts- und Krankenversicherung übernommen.

Die Antragstellung erfolgt beim zuständigen Sozialamt bzw. in einigen Fällen ([zum Beispiel in Warschau](#)) beim zuständigen Bezirksamt.

## Sonderpflegegeld

Anspruch auf Sonderpflegegeld besteht, wenn das gemeinsame Einkommen der Familie der Betreuungsperson und der Familie der betreuungsbedürftigen Person unter 764 PLN netto pro Person liegt.

Höhe des Sonderpflegegeldes 620 PLN monatlich

Zusätzlich werden für eine Person, die Betreuungsgeld bezieht, die Beiträge für Kranken-, Renten- und Invaliditätsversicherung übernommen.

Die Antragstellung erfolgt - ähnlich wie beim Pflegegeld - beim zuständigen Sozialamt bzw. in einigen Fällen ([zum Beispiel in Warschau](#)) beim zuständigen Bezirksamt.

Die Leistung ist auf ein Jahr befristet. Zur Verlängerung ist ein neuer Antrag zu stellen.

**Beihilfe für Betreuungspersonen** wird unabhängig vom Familieneinkommen gewährt.

Höhe der Beihilfe für Betreuungspersonen – 620 PLN monatlich

Zusätzlich werden für Personen, die Beihilfe beziehen, die Beiträge zur Renten-, Invaliditäts- und Krankenversicherung übernommen. Die Antragstellung auf Leistungen erfolgt beim zuständigen Sozialamt bzw. in einigen Fällen ([zum Beispiel in Warschau](#)) beim zuständigen Bezirksamt.

## Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- [Antrag für den Anspruch auf Pflegegeld](#)
- [Muster eines ausgefüllten Antrags auf Feststellung des Anspruchs auf Pflegegeld](#)
- [Musterantrag auf Sonderpflegegeld](#)
- [Antrag auf Beihilfe für Pflegepersonen](#)

## Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission.

- Pflegegeld - [Beschreibung des Antragsverfahrens](#)
- Warschau Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales – [Beschreibung des Pflegegeldes](#)
- Sonderpflegegeld - [Beschreibung des Antragsverfahrens](#)
- [Beihilfe für Betreuungspersonen – Beschreibung des Antragsverfahrens](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

## Wen kann ich kontaktieren?

### Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales- Abteilung für Familienpolitik

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 22 538117230

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

Internet: <http://www.gov.pl/rodzina>

## Leistungen bei Pflegebedürftigkeit

In diesem Kapitel beschreiben wir, welche Geldleistungen an Personen zu zahlen sind, die sich nur eingeschränkt selbst versorgen können bzw. vollständig arbeitsunfähig sind.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Sozialrente** (*renta socjalna*)

- **Medizinische Betreuungsbeihilfe** (*zasilek pielęgnacyjny*)
- **Medizinische Pflegezulage** (*dodatek pielęgnacyjny*)
- **Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können** (*Świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji*)
- **Unterstützungsleistung** (*świadczenie wspierające*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

**Sozialrente** kann von Personen beantragt werden, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, die völlig arbeitsunfähig sind aufgrund von Einschränkungen der Körperfunktionen, die auftraten:

- vor Vollendung des 18. Lebensjahrs;
- während der Schulzeit oder beim Studium in einer höheren Bildungseinrichtung, bevor das Alter von 25 Jahren erreicht wurde;
- während der Promotion;
- Sozialrente steht Personen zu, die in Polen leben.

**Medizinische Betreuungsbeihilfe** wird behinderten Kindern und Jugendlichen mit schwerer Behinderung sowie älteren Menschen bewilligt.

**Medizinische Pflegezulage** ist eine Zulage zur Altersrente bzw. Erwerbsunfähigkeitsrente, die teilweise die Kosten der eingeschränkten Fähigkeit von Behinderten und Personen über 75 Jahren, sich selbst zu versorgen, decken soll (kann nicht gleichzeitig mit der medizinischen Betreuungsbeihilfe bezogen werden).

**Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können** wird Personen gewährt, die nicht unabhängig leben können aufgrund funktioneller Einschränkungen, die durch erhebliche Behinderung verursacht sind und durch die übermäßige Kosten für das alltägliche Leben entstehen.

**Unterstützungsleistung** wird Menschen mit Behinderung gewährt, die mindestens 18 Jahre alt sind und deren Bedarf an Unterstützung bei 70 von 100 Punkten eingestuft wurde.

Zu Leistungen für Arbeitnehmer, die arbeitsunfähig geworden sind, lesen Sie unter „Invaliditätsrenten“.

Wenn Sie Informationen zu Leistungen für Betreuer behinderter Kinder bzw. Erwachsener suchen, lesen Sie bitte nach unter „Erziehungsgeld“.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Sozialrente](#) kann von volljährigen Personen (die das 18. Lebensjahr vollendet haben) beantragt werden, die aufgrund von Einschränkungen der Körperfunktionen als vollständig arbeitsunfähig anerkannt worden sind.

Der Anspruch auf Sozialrente wird aufgehoben, wenn die Person im jeweiligen Monat Einkünfte erhalten hat, die 70 % des durchschnittlichen Monatslohns für das letzte Quartal übersteigt. Auf diese Einkünfte werden die meisten anderen Leistungen und Beihilfen angerechnet, sowie auch z. B. Einnahmen aus Vermietung.

[Medizinische Versorgungsbeihilfe](#) wird behinderten Kindern und Jugendlichen mit schwerer Behinderung sowie älteren Menschen bewilligt.

Anspruch auf medizinische Betreuungsbeihilfe haben:

- behinderte Kinder unter 16 Jahren;
- Personen über 16 Jahren, die eine amtlich bescheinigte mittlere bis schwere Behinderung haben, die aufgetreten ist, bevor das 21. Lebensjahr vollendet wurde;
- Personen, die das 75. Lebensjahr vollendet haben.

[Medizinische Pflegezulage](#) ist eine Zulage zur Altersrente bzw. Erwerbsunfähigkeitsrente, die teilweise die Kosten der eingeschränkten Fähigkeit zu einer selbstständigen Lebensführung decken soll.

Um Anspruch auf diese Leistung zu haben, muss eine Person berechtigt sein, Altersrente bzw. Erwerbsunfähigkeitsrente zu beziehen sowie eine der folgenden Bedingungen erfüllen:

- Einstufung als vollständig arbeitsunfähig und nicht in der Lage, ein eigenständiges Leben zu führen;
- Mindestalter 75 Jahre.

Pflegebedürftige Personen in einer schwierigen finanziellen Situation können auch finanzielle Unterstützung im Rahmen des Sozialhilfesystems erhalten.

**Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können** wird gewährt, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:

- Mindestalter von 18 Jahren;
- Behindertenausweis vorhanden, der bestätigt, dass die Person nicht in der Lage ist, unabhängig zu leben;
- kein bestehender Bezug von Sozialleistungen, die aus öffentlichen Mitteln finanziert werden, sowie kein Bezug eines Gesamtbetrags von Leistungen, der PLN 2.157,80 (€376) übersteigt;
- polnische Staatsangehörigkeit.

Unterstützungsleistung wird gewährt, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:

- Mindestalter von 18 Jahren;
- Vorliegen einer Behinderung;
- Unterstützungsbedarf zwischen 70 von 100 Punkten laut Einstufung.

## **Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?**

### **Sozialrente**

Die Sozialrente wird als Fixbetrag von 100% der Mindestrente für Invalidität gewährt.

Höhe der Sozialrente (Stand: 1. März 2023)	1.588,44 PLN monatlich
--	------------------------

Von der Summe der Rente werden die Anzahlung auf die Einkommensteuer sowie der Beitrag zur Krankenversicherung abgezogen.

Die Anerkennung der vollständigen Arbeitsunfähigkeit und ihrer voraussichtlichen Dauer nimmt der Vertrauensarzt der Sozialversicherung (ZUS) vor. Eine Person wird für vollständig arbeitsunfähig erklärt, wenn sie nicht mehr in der Lage ist, irgendeine Arbeit zu leisten.

### **Medizinische Betreuungsbeihilfe**

Höhe der medizinischen Betreuungsbeihilfe	215,84 PLN monatlich
---	----------------------

Die medizinische Betreuungsbeihilfe wird unabhängig von den Einkünften der Familie ausgezahlt.

Um diese Leistung zu beantragen, ist ein Antrag an das örtliche Sozialamt samt den Dokumenten zum Nachweis der Behinderung zu stellen.

### **Medizinische Pflegezulage**

Höhe der medizinischen Pflegezulage (Stand: März 2023)	294,39 PLN monatlich
--	----------------------

Die Summe der medizinischen Pflegezulage wird nicht besteuert. Die Pflegezulage wird unabhängig von den Einkünften der Familie ausbezahlt.

Bei Personen, die das 75. Lebensjahr vollendet haben, wird die medizinische Pflegezulage automatisch bewilligt.

In anderen Fällen ist eine entsprechende Bescheinigung des Arztes an die Niederlassung der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) einzureichen.

### **Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können**

Der Höchstbetrag entspricht 500 PLN pro Monat. Bei Bezug anderer Sozialleistungen darf der kumulierte Gesamtbetrag 2.157,80 PLN nicht überschreiten.

### **Unterstützungsleistung**

Der Betrag ist abhängig von der Höhe des Unterstützungsbedarfs, d.h. der Anzahl der vergebenen Punkte und ist gebunden an den Betrag der Sozialrente (*Renta Socjalna*). Der Betrag entspricht zwischen 40% der Sozialrente (wenn die Höhe des Unterstützungsbedarfs zwischen 70 und 74 Punkten liegt) bis zu 220% der Sozialrente (bei einem Unterstützungsbedarf zwischen 95 und 100 Punkten).

### **Fachsprache übersetzt**

**Sozialämter** sind lokale Institutionen, die Aufgaben im Bereich der Sozialhilfe wahrnehmen, z. B. indem sie die Qualifikation für Sozialhilfeleistungen vornehmen. Sozialämter befinden sich in jeder Kommune.

### **Gegebenenfalls auszufüllende Formulare**

- [Sozialrente](#)
- Bewilligung der medizinischen Versorgungsbeihilfe, [Schritt-für-Schritt-Anleitung und Formular](#)
- Medizinische Versorgungsbeihilfe, [grundlegende Informationen](#)
- [Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können](#)
- [Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können – Antragsformular](#)
- Unterstützungsleistung – [Schritt-für-Schritt, Fragen und Antworten und online-Antragstellung](#)

### **Ihre Rechte**

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Sozialrente – Grundlegende Informationen auf der Website der Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)
- [Detaillierte Beschreibung der Prozeduren zur Bewilligung von Leistungen durch die Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### **Wen kann ich kontaktieren?**

#### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Sozialversicherungen**

(in Verbindung mit der Sozialrente, der medizinischen Pflegezulage und der Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

#### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Familienpolitik**

(in Verbindung mit der medizinischen Betreuungsbeihilfe)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 539117230

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

#### **Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle**

(in Verbindung mit der Sozialrente, der medizinischen Pflegezulage und der Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

### Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 22560160.

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl).

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ.](#)

## Krankengeldleistungen

In diesem Kapitel finden Sie Informationen zu allen Geldleistungen, die Ihnen bei Krankheit und während der Rehabilitation zustehen. Sie finden auch Informationen zu Unterstützungsleistungen, die Sie erhalten, wenn Sie ein Kind betreuen bzw. einen kranken Familienangehörigen pflegen.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Krankengeld und Lohnfortzahlung bei längerer Krankheit** (*zasiłek chorobowy i wynagrodzenie chorobowe*)
- **Rehabilitationsbeihilfe** (*świadczenie rehabilitacyjne*)
- **Ausgleichszulage** (*zasiłek wyrównawczy*)
- **Beihilfe für Betreuungspersonen** (*zasiłek opiekuńczy*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Alle Arbeitnehmer unterliegen der Pflicht zur Krankengeld-Versicherung. Andere Personen können sich auch freiwillig versichern (z. B. Selbständige oder Personen, die unter zivilrechtlichen Verträgen arbeiten).

**Lohnfortzahlung bzw. Krankengeld** stehen versicherten Personen für jeden Krankheitstag zu, an dem sie arbeitsunfähig sind.

**Rehabilitationsbeihilfe** steht versicherten Personen zu, die nach dem Bezugszeitraum des Krankengeldes weiterhin arbeitsunfähig sind, und deren weitere Behandlung bzw. Rehabilitation versprechen, dass sie die Arbeitsfähigkeit wiedererlangen.

Eine **Ausgleichszulage** kann ein Arbeitnehmer erhalten, der sich in einer Rehabilitationsmaßnahme befindet und nur teilweise arbeitsfähig ist, wodurch der Arbeitgeber ihm den Lohn gesenkt hat.

**Beihilfe für Betreuungspersonen** steht Personen zu, die vorübergehend ihre Berufstätigkeit aufgeben müssen, um einen kranken Familienangehörigen bzw. ein Kind (auch ein gesundes) zu betreuen.

Im Rahmen der Krankengeld-Versicherung wird auch Mutterschaftsgeld ausgezahlt - mehr im Kapitel Elternschaft.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Krankengeld und Lohnfortzahlung bei Krankheit:](#) pflichtversicherte Personen (z. B. Arbeitnehmer) erwerben Anspruch auf diese Leistungen nach 30 Tagen ab dem Zeitpunkt der Versicherung (sog. Karenzzeit) Bei freiwillig versicherten Personen verlängert sich die Karenzzeit auf 90 Tage.

In einigen Fällen besteht ein Anspruch auf Lohnfortzahlung und Krankengeld ab dem ersten Versicherungstag. Das betrifft unter anderem:

- Schulabgänger und Hochschulabsolventen, die binnen 90 Tagen ab Abschluss der Schule bzw. Hochschule der Krankengeldversicherung beigetreten sind;
- Versicherte Personen, die einen Unfall auf dem Weg von bzw. zur Arbeit hatten;
- Personen, die mindestens 10 Jahre pflichtversichert waren (nicht bei freiwillig Versicherten).

[Rehabilitationsbeihilfe](#) steht einer Person zu, die nach dem Bezugszeitraum des Krankengeldes weiterhin arbeitsunfähig ist.

Sie kann maximal 12 Monate bezogen werden. Diese Beihilfe steht Personen nicht zu, die Anspruch auf einige andere Leistungen haben, unter anderem Altersrente, Invalidenrente, Arbeitslosenbeihilfe und Frührente.

Ein zugelassener Arzt der Sozialversicherung begutachtet, ob Sie Rehabilitationsbeihilfe beziehen sollten. (siehe unter „Fachsprache übersetzt“).

Eine [Ausgleichszulage](#) steht nur Arbeitnehmern zu, deren Lohn aufgrund beruflicher Wiedereingliederung zwecks Weiterbildung bzw. Umschulung gesenkt wurde.

Darüber, ob Sie eine Rehabilitation machen sollten, entscheidet der Arzt des Wojewodschaftszentrums für Arbeitsmedizin, oder- bei Bewilligung einer Rehabilitationsbeihilfe - ein ärztlicher Gutachter der Sozialversicherungsanstalt.

[Beihilfe für Betreuungspersonen](#) steht versicherten Personen zu, die von der Arbeit freigestellt sind, weil sie ein gesundes Kind unter 8 Jahren, ein krankes Kind unter 14 Jahren bzw. einen anderen kranken Familienangehörigen betreuen müssen.

Beihilfe für Betreuungspersonen steht einer Person zu, die folgende Person pflegt:

- den Ehepartner;
- Eltern bzw. Schwiegereltern;
- Großeltern bzw. Enkel;
- Geschwister;
- Kinder über 14 Jahre;
- eigene Kinder bzw. den Ehepartner, aber auch andere Kinder, die die versicherte Person bzw. ihr Ehepartner erzieht bzw. für die Unterhalt geleistet werden.

Beihilfe für Betreuungspersonen steht Ihnen unter der Bedingung zu, dass Sie die einzige Person in Ihrem Haushalt sind, die das Kind bzw. einen anderen Familienangehörigen betreuen kann. Diese Regel gilt nicht, wenn ein krankes Kind unter 2 Jahren gepflegt wird.

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

### Krankengeld und Lohnfortzahlung bei Krankheit:

- **Lohnfortzahlung bei Krankheit:** der Arbeitgeber zahlt weiterhin den Lohn (*Kontynuacja wypłaty wynagrodzenia*) für die ersten 33 Krankheitstage im Kalenderjahr (bzw. 14 Tage, wenn der Arbeitnehmer das 50. Lebensjahr vollendet hat).
- **Krankengeld** wird von der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) ausgezahlt und steht dem Arbeitnehmer zu, nachdem der Bezugszeitraum für das Krankengeld ausgeschöpft wurde, d.h. ab dem 34. Tag der Arbeitsunfähigkeit im Jahr (bzw. 15. Tag, wenn der Arbeitnehmer das 50. Lebensjahr vollendet hat).

Beide Leistungen stehen für jeden Tag der Arbeitsunfähigkeit zu, darunter für gesetzlich arbeitsfreie Tage. Für jeden Krankheitstag besteht ein Anspruch auf 1/30 des monatlichen Lohns.

Personen, die **freiwillig krankenversichert sind**, haben Anspruch auf Krankengeld ab dem ersten Krankheitstag (sie haben keinen Anspruch auf Lohnfortzahlung bei Krankheit).

Krankengeld wird während der Arbeitsunfähigkeit gezahlt, jedoch nicht länger als 182 Tage, wenn die Arbeitsunfähigkeit durch Tuberkulose bedingt ist bzw. 270 Tage, wenn sie während einer Schwangerschaft eintritt.

Die Höhe des Krankengeldes und der Lohnfortzahlung **ist in den meisten Fällen gleich hoch** und hängt u. a. von der Ursache der Arbeitsunfähigkeit ab.

Ursache der Arbeitsunfähigkeit	Höhe des Krankengelds und der Lohnfortzahlung bei Krankheit
Krankheit bzw. Unfall (nicht mit der Arbeit verbunden)	80 % des Lohns



Krankheit bzw. Unfall, die bzw. der einen Krankenhausaufenthalt notwendig macht	80 % des Lohns (80 % bei Krankengeld)
Arbeitsunfall	100 % des Lohns
Unfall auf dem Weg von der bzw. zur Arbeit	100 % des Lohns
Berufskrankheit	100 % des Lohns
Krankheit bzw. Unfall während der Schwangerschaft	100 % des Lohns
Situation in Verbindung damit, Organspender zu sein	100 % des Lohns

Die Höhe der Leistungen wird berechnet, indem der monatliche Lohn gemittelt wird, der in den 12 vorangegangenen Monate vor Eintritt der Arbeitsunfähigkeit ausgezahlt wurde (bzw. kürzer, wenn Sie weniger als 12 Monate gearbeitet haben).

Ein Vertragsarzt bestätigt die Arbeitsunfähigkeit. Das Dokument, das die Grundlage für die Auszahlung der Lohnfortzahlung bzw. des Krankengelds darstellt, ist die Bescheinigung über vorübergehende Arbeitsunfähigkeit, die auf einem speziellen Vordruck ausgestellt wird.

Die Bescheinigung über vorübergehende Arbeitsunfähigkeit (e-ZLA) wird in elektronischer Form von einem Vertragsarzt ausgestellt und an die Sozialversicherungsanstalt gesendet. Die versicherte Person muss anschließend ihren Arbeitgeber über die vorübergehende Arbeitsunfähigkeit informieren.

### Rehabilitationsbeihilfe

Die Rehabilitationsbeihilfe beträgt maximal 90 % des bisherigen Lohns in den ersten 90 Tagen, in denen die Leistung bezogen wird. Im übrigen Zeitraum (nicht länger als 12 Monate) beträgt sie 75 % des Lohns.

Beruhet die Arbeitsunfähigkeit auf einem Arbeitsunfall oder einer Berufskrankheit oder tritt sie während der Schwangerschaft ein, beträgt die Leistung 100 % der Bemessungsgrundlage des Krankengeldes (berechnet, ähnlich wie beim Krankengeld, als Durchschnitt aus den letzten 12 Arbeitsmonaten).

Um diese Leistung zu beantragen, sind bei der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) die entsprechenden Dokumente sowie eine vom Arzt ausgestellte Bescheinigung über den Gesundheitszustand einzureichen.

### Ausgleichszulage

Die Ausgleichszulage wird für den Zeitraum der Umschulung gewährt, ist jedoch auf höchstens 24 Monate begrenzt.

Die Ausgleichszulage stellt die Differenz zwischen Ihrem durchschnittlichen monatlichen Lohn (berechnet für den Zeitraum der letzten 12 Monate) und dem verringerten monatlichen Lohn, der während der Rehabilitation bezogen wird.

Die Notwendigkeit dieser Rehabilitation wird vom arbeitsmedizinischen Zentrum der betreffenden Wojewodschaft oder einem Vertrauensarzt der Sozialversicherung beurteilt.

### Beihilfe für Betreuungspersonen

Die Beihilfe für Betreuungspersonen beträgt 80 % des Lohns (ermittelt aus dem Durchschnitt der letzten 12 Monate).

Die Zahl der Tage, für die die Unterstützung bezogen werden kann, hängt von der Art der Pflege ab.

Art der Pflege	Maximale Zahl der Tage, für die die Unterstützung ausbezahlt wird
bei einem gesunden Kind unter 8 Jahren	60 Tage im Kalenderjahr
bei einem kranken Kind unter 14 Jahren	60 Tage im Kalenderjahr
bei einem kranken Kind über 14 Jahren	14 Tage im Kalenderjahr
bei anderen kranken Familienangehörigen	14 Tage im Kalenderjahr

Der Gesamtzeitraum, in dem die Beihilfe für Betreuungspersonen für die Betreuung von Kindern und anderen Familienangehörigen ausgezahlt wird, darf 60 Tage im Kalenderjahr nicht überschreiten.

Grundlegendes Dokument, das den Anspruch auf die Beihilfe für Betreuungspersonen belegt, ist eine vom Arzt ausgestellte Bescheinigung auf einem speziellen Vordruck. Bei der Betreuung eines gesunden

Kindes unter 8 Jahren kann ein Zeugnis des Betreuers ausreichen (z. B. bei unvorhergesehener Schließung der Schule bzw. des Kindergartens, die bzw. den das Kind besucht).

### **Fachsprache übersetzt**

**Vertrauensarzt der Sozialversicherung** ist ein Organ, das den Grad Ihrer Arbeitsunfähigkeit aufgrund eines Unfalls bzw. einer Krankheit begutachtet. Er schätzt auch die voraussichtliche Dauer der Arbeitsunfähigkeit. Gegen die Entscheidung des Vertrauensarztes kann bei der ärztlichen Kommission der Sozialversicherung Widerspruch eingelegt werden. Seine Entscheidungen bilden die Grundlage für die Auszahlung einiger Leistungen, z. B. Rehabilitationsbeihilfe oder Invaliditätsrente.

**Arbeitsmedizinisches Zentrum der Wojewodschaft** - das ist eine Institution, die von der Selbstverwaltung jeder Wojewodschaft getragen wird, die sich mit Arbeitsmedizin im weitesten Sinne beschäftigt. Zu den Aufgaben der Mitarbeiter des Zentrums gehört u. a. die Begutachtung der Notwendigkeit einer Rehabilitation nach der Krankheit, was notwendig ist, falls Sie eine Ausgleichszulage beantragen.

### **Gegebenenfalls auszufüllende Formulare**

- Rehabilitationsbeihilfe - [Grundangaben auf der Website der Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)
- [Antrag auf Rehabilitationsbeihilfe](#)
- Betreuungsgeld – [Grundangaben auf der Website der Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)
- Anträge auf Betreuungsgeld - [Z-15A](#) und [Z-15B](#)

### **Ihre Rechte**

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Beschreibung der Grundsätze der Sozialversicherungen auf der Website der Sozialversicherung \(ZUS\)](#)
- [Beschreibung der Leistungen der Krankenversicherung auf der Website des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales](#)
- Wie funktioniert die Ausgleichszulage - [Beschreibung auf der Website der Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)
- [Leistungen bei Krankheit](#) – Merkblatt der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) auf Englisch

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### **Wen kann ich kontaktieren?**

#### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales – Abteilung der Sozialversicherungen**

ul. Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warschau

POLEN

Tel.: +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mrips.gov.pl](mailto:info@mrips.gov.pl)

#### **Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle**

ul. Szamocka 3, 5  
01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

#### **Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Invalidität

## Invaliditätsrenten

In diesem Abschnitt finden Sie Informationen über Leistungen, die allen Arbeitnehmern zustehen, die aus welchem Grund auch immer insgesamt oder teilweise nicht mehr in der Lage sind, ihrer bisherigen Arbeit nachzugehen. Die Leistungen zielen darauf ab, Einkommensverluste auszugleichen oder die Person beim Erwerb neuer Qualifikationen zu unterstützen.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Invaliditätsrente** (*renta z tytułu niezdolności do pracy*)
- **Ausbildungsgeld** (*renta szkoleniowa*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Anspruch auf **Invaliditätsrente** haben krankenversicherte Personen, die aus Gründen ihres schlechten Gesundheitszustandes teilweise oder insgesamt nicht mehr in der Lage sind, irgendeine berufliche Tätigkeit auszuüben.

**Ausbildungsgeld:** Wenn eine Person die Anforderungen für eine Arbeitsunfähigkeitsrente erfüllt und wenn sich herausstellt, dass die Person in der Lage ist, sich für einen anderen Beruf zu qualifizieren, steht ihr Ausbildungsgeld zu.

Beide Leistungen werden von der [Invaliditätsrentenversicherung](#) ausgezahlt, die im Falle des Ablebens des Familienernährers auch die Hinterbliebenenrente zahlt.

Wenn Ihre Arbeitsunfähigkeit auf einen **Arbeitsunfall** oder eine **Berufskrankheit** zurückzuführen ist, finden Sie weitere Informationen zu Leistungen, die Ihnen zustehen, unter „Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten“.

Über Leistungen für Personen mit einer Behinderung erfahren Sie mehr unter „Leistungen bei Pflegebedürftigkeit“.

Wenn Sie Informationen zu Leistungen für Betreuer von Personen mit einer Behinderung suchen, lesen Sie bitte nach unter „Erziehungsgeld“.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Eine Invaliditätsrente steht Ihnen zu, wenn:](#)

**Sie für arbeitsunfähig erklärt wurden** die Arbeitsunfähigkeit im versicherten Zeitraum entstand (z. B. Arbeitsverhältnis, Bezug von Arbeitslosengeld etc.) oder im Zeitraum von höchstens 18 Monaten nach Ablauf der versicherten Frist Sie über die erforderlichen beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeiten verfügen (siehe unten "Fachsprache übersetzt"), die je nach dem Alter, in dem Ihre Arbeitsunfähigkeit eintrat, unterschiedlich sind:

Erforderliche Länge der beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeit	Alter, in dem die Arbeitsunfähigkeit entstand
1 Jahr	vor Vollendung des 20. Lebensjahrs
2 Jahre	20-22 Jahre
3 Jahre	22-25 Jahre
4 Jahre	25-30 Jahre
5	über 30 Jahre

Bei Personen, die nach Vollendung des 30. Lebensjahrs arbeitsunfähig werden, muss der erforderliche Zeitraum von fünf Jahren innerhalb der 10 Jahre vor dem Antrag auf Invaliditätsrente liegen oder vor dem Tag des Eintritts der Arbeitsunfähigkeit verstrichen sein.

Die Bedingung der beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeiten trifft **nicht** auf Personen zu, die aufgrund eines Unfalls, der auf dem Weg von und zur Arbeit bzw. während der Arbeit stattfand, arbeitsunfähig wurden.

Das [Ausbildungsgeld](#) steht Ihnen zu, wenn Sie die Voraussetzungen für die Gewährung einer Arbeitsunfähigkeitsrente erfüllen, wenn Sie nicht in der Lage sind, im bisherigen Beruf weiter zu arbeiten und sich demnach auf einen anderen Beruf umschulen lassen sollten.

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

### Invaliditätsrente

Hier eine Aufstellung der Mindesthöhen der Invaliditätsrente (gültig ab dem 1. März 2022):

Mindestrente bei völliger Invalidität	1.588,44 PLN brutto monatlich
Mindestrente bei teilweiser Invalidität	1.191,33 PLN brutto monatlich

Die Invaliditätsrente kann erhöht werden. Die Rentenhöhe richtet sich nach folgenden Faktoren:

- Arbeitsunfähigkeitsgrad (teilweise oder völlige Arbeitsunfähigkeit);
- Länge des beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeitraums (siehe unten „Fachsprache übersetzt“);
- bezogenes Gehalt.

**Eine Person wird für vollständig arbeitsunfähig erklärt**, wenn sie nicht mehr in der Lage ist, irgendeine Arbeit zu leisten.

**Eine Person wird für teilweise arbeitsunfähig erklärt**, wenn sie in erheblichem Maße nicht mehr in der Lage ist, eine ihren Qualifikationen entsprechende Arbeit zu leisten.

Die Arbeitsunfähigkeit und deren Grad werden von einem Vertrauensarzt der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) in einem Gutachten beurteilt. Das Gutachten gilt als Entscheidungsgrundlage hinsichtlich der Rentenleistungen.

Die betroffene Person hat das Recht, gegen das Gutachten des Vertrauensarztes der ZUS beim Gutachterteam der ZUS binnen 14 Tagen nach der Erstbegutachtung Widerspruch zu erheben.

Eine Person, die die Voraussetzungen für den Bezug einer Arbeitsunfähigkeitsrente erfüllt, erhält eine befristete oder eine unbefristete Invaliditätsrente.

Eine unbefristete Invaliditätsrente steht Personen zu, denen eine dauerhafte Arbeitsunfähigkeit bescheinigt wurde. Eine befristete Invaliditätsrente wird Personen gewährt, deren Arbeitsunfähigkeit einen vorübergehenden Charakter hat. Sie wird für den in der Entscheidung genannten Zeitraum gewährt.

### Ausbildungsgeld

Die Berechnung der Höhe des Ausbildungsgeldes erfolgt ähnlich wie bei der Invaliditätsrente. Sie beträgt 75 % der Grundrente (siehe unten "Fachsprache übersetzt") und darf die Mindesthöhe einer Rente wegen teilweiser Invalidität nicht unterschreiten.

Mindesthöhe des Ausbildungsgeldes (gültig ab dem 1. März 2023)	1.191,33 PLN monatlich
--	------------------------

Ausbildungsgeld wird für die Dauer von 6 Monaten gewährt, mit der Möglichkeit einer Kürzung dieses Zeitraums oder einer Verlängerung auf maximal 30 Monate.

Diese Leistung wird vom Rententräger, d. h. von der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) gewährt.

### Fachsprache übersetzt

**Beitragspflichtige und beitragsfreie Zeit** sind Zeiträume, die bei der Festlegung von Ansprüchen auf Altersrente oder Invaliditätsrente berücksichtigt werden. Auf dieser Grundlage wird ebenfalls die Höhe der Leistungsbezüge festgelegt.

**Beitragspflichtige Zeit** ist ein Zeitraum, in dem Beiträge an die Altersrenten- und Arbeitsunfähigkeitsversicherung abgeführt werden, d. h. Zeiten der Erwerbstätigkeit als Angestellter oder Selbstständiger oder Mutterschutzzeiten.

**Beitragsfreie Zeit** ist ein Zeitraum, in dem keine Beiträge gezahlt werden, der jedoch aufgrund seines besonderen Charakters bei der Bemessung der oben genannten Leistungen mitberücksichtigt wird. Zu den beitragsfreien Zeiten gehören z. B. Zeiträume, in denen Krankengeld, Erziehungsgeld bzw. Rehabilitationsbeihilfen bezogen werden, oder die Zeit des Studiums an einer Hochschule, unter der Voraussetzung, dass dieses Studium abgeschlossen wird.

**Bemessungsgrundlage für Alters- und Invaliditätsrenten** ist ein Betrag, auf dessen Grundlage die Höhe der Alters- und Invaliditätsrentenleistungen berechnet wird. Dies erfolgt auf der Grundlage der bezogenen Löhne in einem Zeitraum von 10 aufeinander folgenden Kalenderjahren (ausgewählt aus einem Zeitraum von 20 Jahren vor Antragstellung) oder von beliebigen 20 Versicherungsjahren. Weitere Informationen über die Modalitäten zur Berechnung der Alters- und Invaliditätsrenten finden Sie [auf der Website der Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#).

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Antrag auf Invaliditätsrente [ZUS ERN](#)
- [Beschreibung des Antragsverfahrens auf der Website der ZUS mit einer Auflistung der Dokumente, die gemeinsam mit dem Invaliditätsrentenantrag eingereicht werden müssen](#)

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Detaillierte Beschreibung der Prozeduren zur Bewilligung von Leistungen durch die Sozialversicherungsanstalt](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Arbeitsunfähigkeitsrenten im Ausland: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### Wen kann ich kontaktieren?

#### Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales – Abteilung der Sozialversicherungen

ul. Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warschau

POLEN

Tel.: +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mrips.gov.pl](mailto:info@mrips.gov.pl)

#### Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle

ul. Szamocka 3, 5  
01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

#### Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

## Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten

In diesem Verfahren werden Leistungen beschrieben, auf die Sie Anspruch haben, wenn Sie Opfer eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit werden und somit erwerbsunfähig werden.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Arbeitsunfallrente oder Berufskrankheitsrente** (*renta z tytułu wypadku przy pracy lub choroby zawodowej*)
- **Einmalige Zahlung** (*Jednorazowe odszkodowanie*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Als **Arbeitsunfall** gilt ein plötzlicher, durch äußere Umstände hervorgerufener Vorfall, der zu Verletzungen bzw. zum Tod führt und der im Zusammenhang mit der Arbeit eingetreten ist.

Als **Berufskrankheit** gilt eine Krankheit, die in der Liste der Berufskrankheiten aufgeführt ist, wenn sie durch gesundheitsschädliche Faktoren im Arbeitsumfeld oder durch die Art der Ausführung der Arbeit hervorgerufen wurde.

Dies ist eine Leistung der [gesetzlichen Versicherung gegen Arbeitsunfälle](#) und Berufskrankheiten, die von den meisten Erwerbstätigen abgeschlossen werden muss. Der Abschluss einer freiwilligen Versicherung ist nicht möglich.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

[Leistungen bei Erwerbsunfähigkeit](#) werden einer versicherten Person gewährt, die aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit arbeitsunfähig wird.

Der Leistungsanspruch besteht unabhängig von der Laufzeit der Unfallversicherung und ohne Rücksicht auf das Datum des Entstehens der Arbeitsunfähigkeit.

Eine **einmalige Zahlung** wird einer versicherten Person ausgezahlt, die aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit einen bleibenden oder langfristigen gesundheitlichen Schaden erleidet.

Stirbt die versicherte Person an den Folgen des Arbeitsunfalls oder der Berufskrankheit, so wird die Entschädigung ebenfalls deren Familienmitgliedern gewährt.

Neben den oben genannten Leistungen aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit besteht außerdem Anspruch auf:

- Krankengeld (*zasitek chorobowy*), gezahlt für die ersten 182 Tage
- Rehabilitationsbeihilfe (*świadczenie rehabilitacyjne*)
- Ausgleichszulage (*zasitek wyrównawczy*)

Ausbildungsgeld (*renta szkoleniowa*) für Hinterbliebene im Falle des Ablebens der versicherten Person oder der Person, die eine Arbeitsunfähigkeitsrente wegen eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit bezog.

Hinterbliebenenrente (*renta rodzinna*) wird Angehörigen nach dem Versterben einer versicherten Person oder einer Person, die eine Invaliditätsrente wegen eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit bezog, ausgezahlt.

Eine Zulage zur Hinterbliebenenrente wird an Waisen gezahlt (*dodatek do renty rodzinnej dla sieroty zupełnej*). Medizinische Pflegezulage (*dodatek pielęgnacyjny*).

Deckung der Kosten für zahnmedizinische Behandlung und Impfungen sowie Bereitstellung von orthopädischen Hilfsmitteln (im gesetzlich festgelegten Umfang).

### Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

#### Arbeitsunfähigkeitsrente aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit.

Hier eine Aufstellung der Mindestbeträge (Stand: 1. März 2023):

Arbeitsunfallrente oder Berufskrankheitsrente und Hinterbliebenenrente	Mindestbetrag 1.906,13 PLN
--	----------------------------



Arbeitsunfähigkeitsrente bei teilweiser Erwerbsunfähigkeit aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit	Mindestbetrag 1.429,60 PLN monatlich
---	--------------------------------------

### Einmalige Entschädigungen bei Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten

Im Zeitraum vom 1. April 2023 bis zum 31. März 2024 gelten für einmalige Zahlungen aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit folgende Beträge:

1.269 PLN	für jedes Prozent einer bleibenden oder langfristigen gesundheitlichen Schädigung;
1.269 PLN	für jedes Prozent einer bleibenden oder langfristigen gesundheitlichen Schädigung, wenn eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes um mindestens 10% eintritt und sich aufgrund dessen der Gesundheitszustand um mindestens 10 Prozentpunkte verschlechtert;
22.212 PLN	bei Feststellung der völligen Erwerbsunfähigkeit oder Unfähigkeit zur selbstständigen Lebensführung, und ebenfalls aufgrund der Verschlechterung des Gesundheitszustandes des Leistungsbeziehers;
114.231 PLN	wenn der Ehepartner oder das Kind des verstorbenen Versicherten oder Rentners Anspruch auf einmalige Entschädigung hat;
57.115 PLN	wenn ein Angehöriger des verstorbenen Versicherten oder Rentners (mit Ausnahme des Ehepartners oder des Kindes) Anspruch auf einmalige Entschädigung hat;
114.231 PLN	wenn gleichzeitig der Ehepartner und eines oder mehrere Kinder des verstorbenen Versicherten oder Rentners Anspruch auf einmalige Entschädigung haben, sowie 19.819 PLN Erhöhung der Entschädigung für jedes dieser Kinder;
114.231 PLN	wenn gleichzeitig zwei oder mehrere Kinder des verstorbenen Versicherten oder Rentners Anspruch auf einmalige Entschädigung haben, sowie 19.819 PLN Erhöhung der Entschädigung für jedes verbleibende Kind;
22.212 PLN	wenn neben dem Ehepartner oder dem Kind andere Angehörige des verstorbenen Versicherten oder Rentners Anspruch auf einmalige Entschädigung haben. Jeder dieser Personen steht dieser Betrag zu, unabhängig von der Entschädigung, die dem Ehepartner oder den Kindern zusteht;
57.115 PLN	wenn nur Familienangehörige außer dem Ehepartner und der Kinder des verstorbenen Versicherten oder Rentners Anspruch auf einmalige Entschädigung haben, sowie 19.819 PLN Erhöhung der Entschädigung für weitere Berechtigte.

Ein Antrag auf Arbeitsunfähigkeitsrente und einmalige Entschädigung ist bei der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) zu stellen.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Arbeitsunfähigkeitsrente aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit: [Grundangaben auf der Website der Sozialversicherungsanstalt ZUS](#)
- Einmalige Entschädigung: [Grundangaben auf der Website der Sozialversicherungsanstalt ZUS](#)

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission.

- [Grundlagen zur Berechnung des Betrags der Invaliditätsrente](#)
- [Beträge der einmaligen Entschädigung für gesundheitliche Schäden aufgrund eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit](#)
- [Wer kommt in den Genuss einer Versicherung gegen Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten?](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Arbeitslosigkeit und Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### Wen kann ich kontaktieren?

**Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Sozialversicherungen**

ul. Nowogrodzka 1/3/5  
00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117390

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

**Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle**

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

**Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Alter und Hinterbliebene

## Ruhestandsrente

In diesem Kapitel können Sie sich über das Rentensystem in Polen informieren. Wir beschreiben, wann und wie **Rentenleistungen** (*emerytura*) zu beantragen sind und welche Voraussetzungen man für einen solchen Antrag erfüllen muss.

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Jede Rentenversicherte hat in Polen **Anspruch auf eine Rente**. Eine Rentenversicherung ist für sämtliche Angestellten und für manche anderen gesellschaftlichen Gruppen (z. B. Militärangehörige, Geistliche, [vollständige Liste siehe hier](#)) Pflicht. Man kann sich auch freiwillig versichern.

Renten werden von der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) (siehe unten „Fachsprache übersetzt“) ausgezahlt. Sie werden aus den Arbeitgeber- und Arbeitnehmeranteilen der Rentenbeiträge finanziert, die vom Arbeitgeber im Namen des Angestellten abgeführt werden.

Die Bedingungen zur Erlangung eines Rentenanspruchs sowie die Grundsätze für die Festlegung von deren Höhe richten sich nach der Zugehörigkeit zur gegebenen Altersgruppe. Einige Berufsgruppen haben andere Grundsätze bei der Gewährung von Altersrenten (z. B. im Bergbau oder bei uniformierten Diensten).

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

Die Bedingungen für den Bezug einer Rente richten sich nach dem Geburtsdatum der versicherten Person.

#### Für vor dem 1. Januar 1949 Geborene

[Renten für Versicherte, die vor dem 1. Januar 1949 geboren sind](#): Personen, die vor diesem Datum geboren sind, erwerben ihren Rentenanspruch bei Erfüllung der folgenden beiden Bedingungen:

- Erreichen des Rentenalters, d. h. 60 Jahre bei Frauen und von 65 Jahren bis 65 Jahre bei Männern;
- Nachweis der erforderlichen Versicherungszeiten (20 Jahre bei Frauen und 25 Jahre bei Männern).

Die Rente wird erhöht, wenn sich herausstellt, dass deren Höhe unter dem amtlichen Mindestrentensatz liegt.

Eine Rente steht ebenfalls Personen zu, die das für ihr Geburtsdatum erforderliche Rentenalter erreicht haben und die mindestens 15 Jahre (Frauen) bzw. 20 Jahre (Männer) beitragspflichtige und beitragsfreie Zeiten nachweisen können. In diesem Fall gibt es jedoch keine Garantie einer Angleichung der Rente an das Mindestniveau.

#### Für nach dem 31. Dezember 1948 Geborene

[Renten für Versicherte](#), die nach dem 31. Dezember 1948 geboren sind: Personen, die nach diesem Datum geboren sind, erwerben ihren Rentenanspruch bei Erreichen des Rentenalters.

Seit dem 01. Oktober 2017 wurde das Rentenalter wieder auf 60 Jahre für Frauen und 65 Jahre für Männer abgesenkt ungeachtet des Geburtsdatums.

Die Höhe der Rentenleistungen für Personen, die nach dem 31. Dezember 1948 geboren sind, richtet sich insbesondere nach dem Betrag der akkumulierten Rentenbeiträge.

Die versicherten Personen können zwischen zwei Varianten zur Berechnung der Beiträge entscheiden:

- Der vollständige Beitrag gelangt auf ein individuelles Rentenkonto bei der Sozialversicherungsanstalt (ZUS);
- Ein Teil der Beiträge gelangt auf das Konto der versicherten Person bei einem **Offenen Pensionsfonds** (siehe Definition in „Fachsprache übersetzt“), der dieses Geld auf dem Kapitalmarkt anlegt. Die verbleibenden Beiträge erhält die Sozialversicherungsanstalt (ZUS).

Auch bei Versicherten, die nach dem 31. Dezember 1948 geboren sind, gibt es Personengruppen, die eine verfrühte Pensionierung beantragen können. Die Auflistung der berechtigten Personen finden sie [hier](#).

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

Bei Personen, die **vor dem 1. Januar 1994** geboren sind, richtet sich die Höhe der Rente nach:

- der Anzahl der beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeiträume, die die versicherte Person nachweisen kann;
- dem Grundbetrag am Tag des Erwerbs des Rentenanspruchs;
- der Bemessungsgrundlage.

Für Personen aus dieser Altersgruppe hängt die Rentenhöhe **nicht vom Betrag der in der Vergangenheit abgeführten Beiträge ab**.

Für Personen, die **nach dem 31. Dezember 1948** geboren sind, gilt der Gesamtbetrag der von der versicherten Person abgeführten Beiträge als Bemessungsgrundlage. Der Betrag umfasst die auf dem Konto angehäuften Rentenversicherungsbeiträge und das so genannte Anfangskapital, d. h. beitragspflichtige und beitragsfreie Zeiten von vor dem 1. Dezember 1999.

Eine Ausnahme von dieser Regel bilden Personen, die nach dem 31. Dezember 1948, aber vor dem 1. Januar 1969 geboren wurden. Wenn diese über eine entsprechend lange Arbeitsvergangenheit verfügen, können sie sich zu einer [Frühpensionierung](#) entscheiden. Wenn sie eine solche Entscheidung treffen, wird die Höhe ihrer Rente nach den Grundsätzen für vor dem 1. Januar 1949 geborene Angestellte berechnet. Wenn sie sich nicht zu einer verfrühten Pensionierung entscheiden, unterliegen sie demselben System wie alle Personen, die nach 1948 geboren sind.

Die Rente darf nicht höher als deren Bemessungsgrundlage und nicht niedriger als die Mindestrente sein. Derzeit beträgt sie:

gesetzliche Mindestrente (Stand: 1. März 2023) 1.588,44 PLN brutto monatlich

Über die Zuweisung einer Rente entscheidet die für den Wohnort des Antragstellers zuständige Geschäftsstelle der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) (siehe unten "Fachsprache übersetzt"). Das Prüfverfahren beginnt nach der Antragstellung.

Renten werden jährlich zum 1. März indexiert. Die Indexierung erfolgt von Amts wegen. Ein Antrag in dieser Sache ist nicht erforderlich.

### Fachsprache übersetzt

**Sozialversicherungsanstalt (ZUS):** Die Institution, die alle Beiträge zur sozialen Sicherheit einzieht und auf die zuständigen Organisationen verteilt. Die Sozialversicherungsanstalt ist in regionale Dienste aufgeteilt, die für die Geldleistungen bei Krankheit und Mutterschaft und für die Alters-, Invaliditäts- und Hinterbliebenenrenten und für die Renten wegen Arbeitsunfällen oder Berufskrankheiten zuständig sind.

**Offener Pensionsfonds:** Rentenfonds, der von privaten Kreditinstituten verwaltet wird, die das Geld auf dem Kapitalmarkt anlegen. Die versicherten Personen zahlen ihre Beiträge nicht gesondert an diese Fonds, sondern entrichten sie mit ihren sonstigen Sozialversicherungsbeiträgen an die Sozialversicherungsanstalt (ZUS). Diese führt den entsprechenden Teil der Beiträge an den von der versicherten Person gewählten Pensionsfonds ab. Solche Fonds stehen unter strenger Kontrolle und Aufsicht des Staates.

## Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Rentenanspruch [Formular ZUS Rp-1E](#)
- Fragebogen zu beitragspflichtigen und beitragsfreien Zeiten – [Formular ZUS ERP-6](#)

## Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Detaillierte Beschreibung der Prozeduren zur Bewilligung von Leistungen durch die Sozialversicherungsanstalt \(ZUS\)](#)
- [Berechnung der voraussichtlichen Rentenhöhe – Rentenrechner der ZUS;](#)
- [Regeln für die Koordinierung von Rentenangelegenheiten zwischen den Ländern der Europäischen Union](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Rente aus dem Ausland: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### Wen kann ich kontaktieren?

#### Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Sozialversicherungen

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

#### Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

#### Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

## Leistungen für Hinterbliebene

Dieses Kapitel beschreibt Leistungen, die Ihnen möglicherweise im Falle des Ablebens eines berufstätigen oder (früh-)pensionierten Familienmitgliedes oder eines Familienmitgliedes, das eine Invaliditätsrente bezieht, zustehen. Beschrieben werden ebenfalls Beihilfen zur Abdeckung der Bestattungskosten.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Hinterbliebenenrente** (*renta rodzinna*)
- **Bestattungsbeihilfe** (*zasiłek pogrzebowy*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

**Hinterbliebenenrente** steht Angehörigen einer verstorbenen Person zu, die zum Zeitpunkt des Todes einen Rentenanspruch oder einen Anspruch auf Invaliditätsrente hatte oder die die Bedingungen für den Erhalt einer dieser Leistungen erfüllte (z. B. entsprechender Beitragsnachweis für die Sozialversicherungen). Weitere Informationen über die entsprechenden Bedingungen finden Sie unter „Altersrenten“ und „Invaliditätsrenten“. Anspruchsberechtigt sind ebenfalls Angehörige eines Verstorbenen, der Vorruhestandsleistungen bezog.

**Bestattungsbeihilfe** wird Personen gewährt, die die Kosten einer Bestattung tragen. Dieses Recht kann auch von Institutionen in Anspruch genommen werden, die die Bestattungskosten ausgelegt haben, beispielsweise der Arbeitgeber, ein Pflegeheim, die Kommune, der Kreis etc.

Die Bestattungsbeihilfe wird nur einmal gezahlt.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

Anspruch auf [Hinterbliebenenrente](#) haben folgende Personen:

- a) **Kinder** (eigene, aus gemeinsamer Ehe, adoptierte), die eine der folgenden Bedingungen erfüllen:
  - bis sie das 16. oder 25. Lebensjahr erreicht haben, sofern sich das Kind in der Ausbildung befindet (wenn das Kind im letzten Studienjahr an einer weiterführenden Bildungseinrichtung

das 25. Lebensjahr erreicht, wird der Rentenanspruch bis zum Ende des Studienjahres verlängert);

- unabhängig vom Alter, wenn sie sich in der Ausbildung befinden und vor dem Erreichen des 16. oder 25. Lebensjahres vollständig arbeitsunfähig geworden sind.
- b) **Enkel, Geschwister** und sonstige **Pflegekinder** vor Erreichen der Volljährigkeit, wenn sie die oben genannten Bedingungen erfüllen und mindestens ein Jahr vor dem Ableben des Versicherten (bzw. des Rentners) aufgenommen wurden.
- c) **die Witwe (bzw. der Witwer)** bei Erfüllung **einer der folgenden Bedingungen:**
- Wenn der Ehepartner zum Todeszeitpunkt des Ehemanns (der Ehefrau) das 50. Lebensjahr erreicht hat oder arbeitsunfähig ist;
  - unabhängig vom Alter, aber bei der Betreuung von mindestens einem Kind, Enkel oder sonstigem Angehörigen mit Anspruch auf eine Hinterbliebenenrente nach dem Tod der Person, sofern das Kind unter 16 Jahre alt ist und, sofern es sich in der Ausbildung befindet, unter 18 Jahre alt ist, unabhängig vom Alter, wobei der Ehepartner jedoch ein Kind betreut, das arbeitsunfähig ist.
- d) **Geschiedene Eheleute**, wenn sie Anspruch auf Unterhalt durch den Verstorbenen hatten und eine der Voraussetzungen für Witwen/Witwer erfüllen.
- e) **Eltern** der verstorbenen Person, wenn sie die Bedingungen erfüllen, die Witwen/Witwer erfüllen müssen, oder wenn ihr verstorbenes Kind vor seinem Tod in erheblichem Maße zum Unterhalt der Familie beigetragen hat.

Kinder verlieren ihren Anspruch auf Hinterbliebenenrente auch nicht bei Eheschließung. Gleiches gilt bei einer erneuten Heirat von Witwen/Witwern.

[Bestattungsbeihilfe](#) wird gezahlt im Fall des Todes:

- der versicherten Person;
- der Invaliditäts- oder Altersrente beziehenden Person;
- eines Angehörigen der versicherten Person bzw. Rentners.

## Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

### Hinterbliebenenrente

Bei der Beurteilung des Rentenanspruchs wird davon ausgegangen, dass die verstorbene Person völlig arbeitsunfähig war. Deshalb dient dies als Bemessungsgrundlage und die Höhe der Hinterbliebenenrente wird aufgrund dessen nach folgenden Grundsätzen festgelegt:

für eine anspruchsberechtigte Person	85 % der Leistungen, die der verstorbenen Person zustanden
für zwei anspruchsberechtigte Personen	90 % der Leistungen, die der verstorbenen Person zustanden
für drei oder mehr anspruchsberechtigte Personen	95 % der Leistungen, die der verstorbenen Person zustanden

Näheres zu den Grundsätzen der Zuweisung einer Rente bei völliger Erwerbsunfähigkeit erfahren Sie unter „Invaliditätsrenten“.

Allen anspruchsberechtigten Familienmitgliedern steht eine gemeinsame Hinterbliebenenrente zu, die in erforderlichen Fällen zu gleichen Teilen unter den Anspruchsberechtigten aufgeteilt wird.

Die Rente, die dem Verstorbenen zustand (d. h. der Betrag, aufgrund dessen die Hinterbliebenenrente berechnet wird) darf nicht unter dem Mindestrentensatz liegen.

Mindestrente (gültig ab dem 1. März 2023)	1.588,44 PLN monatlich
---	------------------------

Die Entscheidung über die Gewährung einer Hinterbliebenenrente trifft die für den Wohnort zuständige Geschäftsstelle der Sozialversicherungsanstalt (ZUS).

Für den Erhalt einer solchen Rente muss ein entsprechender Antrag gestellt werden.

Die Entscheidung erfolgt innerhalb von 30 Tagen nach Erfüllung der letzten Voraussetzungen für den Rentenbezug. Ein Antragsteller hat das Recht, Widerspruch gegen den Bescheid des Rententrägers einzulegen.

### **Bestattungsbeihilfe**

Die Bestattungsbeihilfe ist eine einmalige Leistung.

Höhe der Bestattungsbeihilfe	4.000 PLN
------------------------------	-----------

Der Antrag auf Gewährung der Bestattungsbeihilfe ist innerhalb von 12 Monaten ab dem Todestag der Person zu stellen, für deren Bestattung die Beihilfe gewährt werden soll. Nach diesem Zeitraum erlischt der Anspruch.

Die Bestattungsbeihilfe wird von den Geschäftsstellen der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) ausgezahlt.

### **Gegebenenfalls auszufüllende Formulare**

- Antrag auf Hinterbliebenenrente – [ZUS ERR](#)
- Wenn mehrere Personen einen Antrag auf Hinterbliebenenrente stellen, muss zusätzlich der Anhang [ZUS Rw-3](#) eingereicht werden.
- Antrag auf Auszahlung einer Bestattungsbeihilfe - [ZUS Z-12](#)

### **Ihre Rechte**

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission.

- Wie beantrage ich Hinterbliebenenrente? [ZUS-Anleitung](#)
- [Hinterbliebenenrente – Informationen des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales](#)
- [Detaillierte Beschreibung der Prozeduren zur Bewilligung von Leistungen durch die Sozialversicherungsanstalt](#)
- [Informationen zur Bestattungsbeihilfe](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Bestattungsbeihilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### **Wen kann ich kontaktieren?**

#### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales – Abteilung der Sozialversicherungen**

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

#### **Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle**

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

#### **Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)



[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Sozialhilfe

## Leistungen der Sozialhilfe

In diesem Kapitel beschreiben wir die Leistungen der Sozialhilfe in Polen. Hierbei handelt es sich um Geld- und Sachleistungen, die Unterstützung in schwierigen Lebenslagen bieten, z. B. bei familiären und finanziellen Problemen.

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Der Hauptzweck der Sozialhilfe besteht in der Unterstützung von Personen und Familien bei der Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen mit dem Ziel der Wiederherstellung eines selbstbestimmten Lebens und zur Ermöglichung eines Lebens unter würdigen Umständen.

Leistungen der Sozialhilfe sind nicht beitragspflichtig. Um in ihren Genuss zu kommen, ist kein Nachweis über gezahlte Versicherungsbeiträge erforderlich. Sie stehen Personen und Familien zu, deren Einkommen einen bestimmten Schwellenwert nicht überschreitet.

Die Sozialhilfe umfasst Geldleistungen und (nicht in bar ausgezahlte) Sachleistungen. Dazu gehören u. a. Sozialhilfe in Geld, Hilfe für betroffene Familien, etwa im Falle von häuslicher Gewalt, Armut, Obdachlosigkeit, Tod der Eltern oder Hilfe in schwierigen Schicksalssituationen oder bei Naturkatastrophen.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

Ein Recht auf [Leistungen der Sozialhilfe](#) haben Personen und Familien, deren Einkommen einen bestimmten Wert nicht überschreitet (das so genannte Einkommenskriterium). Diese Leistungen können von polnischen Staatsbürgern, von Bürger der Europäischen Union und von anderen Ausländern, die ihren Wohnsitz in Polen haben, in Anspruch genommen werden.

Das Einkommenskriterium bedeutet, dass das Nettoeinkommen der Person, die die Leistungen beantragt, nicht höher sein darf als:

für Alleinstehende	776 PLN monatlich
für jede Person in der Familie	600 PLN monatlich

Für die Berechnung des Einkommens wird die Summe des Nettoeinkommens der Familie im vergangenen Monat zugrunde gelegt. Der Gemeinderat kann per Ratsbeschluss das Einkommenskriterium für Sozialhilfeleistungen befristet und zweckgebunden erhöhen.

Eine Person oder eine Familie, die Sozialhilfe beantragen möchte, wendet sich an das für sie zuständige Sozialamt (Sozialämter befinden sich in jeder Kommune).

Vor der Gewährung von Sozialhilfeleistungen wird ein Gespräch vor Ort geführt, das Aufschluss über die persönliche, familiäre, einkommenstechnische und finanzielle Situation der Antragsteller geben soll. Dieses Gespräch wird innerhalb von 14 Tagen nach Antragstellung von einem Sozialarbeiter durchgeführt.

Gegen jede Entscheidung des Sozialarbeiters kann Widerspruch eingelegt werden.

### Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

Die Sozialhilfe umfasst Geldleistungen und Sachleistungen.

Die grundlegenden geldlichen Leistungen der Sozialhilfe sind Folgende:

- [Ständige Hilfe](#) (*zasitek stały*), die eine Ergänzung der Einkünfte von Personen ist, die aufgrund ihres Alters bzw. einer Behinderung vollständig arbeitsunfähig sind. Solche Personen können auch Anspruch auf Leistungen bei Pflegebedürftigkeit haben.
- [Befristete Hilfe](#) (*zasitek okresowy*) für Personen und Familien ohne Einkünfte bzw. mit geringeren Einkünften als die gesetzliche Untergrenze sowie Geldbeständen, die nicht ausreichen, um ihren Bedarf zum Leben zu decken. Wenn die schlechte finanzielle Lage nach Verlust des Arbeitsplatzes eingetreten ist, kann die Person Anspruch auf Leistungen auf Grund von Arbeitslosigkeit haben.
- [Hilfe bei besonderem Bedarf und Sonderbeihilfe bei besonderem Bedarf](#) (*zasitek celowy i specjalny zasitek celowy*) sind einmalige Leistungen, die Einzelpersonen und Familien bewilligt

werden, um notwendige Lebensbedürfnisse zu stillen (z. B. Kauf von Medikamenten, Brennstoffe zum Heizen).

- [Beihilfe und Darlehen zur wirtschaftlichen Verselbständigung](#) (*zasilek i pożyczka na ekonomiczne usamodzielnienie*).
- [Hilfe zur Verselbständigung sowie zur Fortsetzung der Ausbildung](#) (*pomoc na usamodzielnienie oraz kontynuowanie nauki*).
- Geldleistung zum Unterhalt und zur Deckung der Kosten für das Lernen von Polnisch als Fremdsprache für Ausländer;
- [Ergänzendes Elterngeld](#) (*rodzicielskie świadczenie uzupełniające, Mütter 4 Plus*).

Summen der Beihilfen:

Höchstbetrag ständigen Hilfe	der	1.000 PLN monatlich
Mindestbetrag ständigen Hilfe	der	30 PLN monatlich
Mindestbetrag befristeten Hilfe	der	20 PLN monatlich
Ergänzendes Elterngeld		entsprechend der niedrigsten Altersrente (seit 1. März 2023) 1.588,44 PLN Haben Eltern bereits Anspruch auf eine Rente unterhalb der niedrigsten Altersrente, dient diese Leistung zur Ergänzung der Rente, um die niedrigste Altersrente zu erreichen.

Von der Sozialhilfe können außerdem Sachleistungen (nicht geldlich) bezogen werden, wie:

- ÖPNV-Fahrkarten,
- Beiträge zur Kranken- und Sozialversicherung,
- Durchführung einer Beerdigung,
- Fachberatung,
- Sozialarbeit,
- in Notfällen Unterkunft, Mahlzeit und notwendige Bekleidung,
- Betreuungsleistungen,
- Aufenthalt und Leistungen in einem Haus für Sozialhilfe.

Ergänzendes Elterngeld wird folgenden Personen gewährt:

- Müttern, die mindestens 4 Kinder zur Welt gebracht haben und/oder großgezogen haben;
- Vätern, die im Todesfall der Mutter mindestens 4 Kinder großgezogen haben oder wenn die Mutter ihre Kinder verlassen hat oder sich deren Erziehung verweigert hat.

Ergänzendes Elterngeld kann auf Antrag der betroffenen Person gewährt werden, wenn die folgenden Bedingungen erfüllt sind:

- Mutter oder Vater haben das erforderliche Alter erreicht, d.h. 60 bzw. 65 Jahre;
- die betroffene Person hat mindestens 4 Kinder zur Welt gebracht und großgezogen;
- das Elternteil verfügt über keine ausreichenden Einnahmen, um den notwendigen Lebensunterhalt damit zu bestreiten (einschließlich dem Anspruch auf eine Rente, die mindestens der niedrigsten Altersrente in Polen entspricht);
- die betroffene Person lebt in Polen und hat seitdem sie 16 Jahre alt war für mindestens 10 Jahre ihren persönlichen oder wirtschaftlichen Lebensmittelpunkt in Polen gehabt.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

Um Leistungen der Sozialhilfe zu beantragen, ist ein Antrag beim entsprechenden Zentrum für Sozialhilfe zu stellen. [Hier finden Sie eine Liste von Beispielanträgen vom Sozialamtes Szemud.](#)

## Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Informationen zur Sozialhilfe in Polen – Website des Ministeriums für Familie, Arbeit und Soziales](#)
- [Ergänzendes Elterngeld – grundlegende Informationen](#)
- [Ergänzendes Elterngeld – Antragsformular](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=849&langId=de>

## Wen kann ich kontaktieren?

### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Sozialhilfe und soziale Integration**

(in Verbindung mit den Beihilfen)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117280

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

### **Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für Sozialhilfe und soziale Integration** (in Verbindung mit Ergänzendem Elterngeld)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

Tel.: +48 538117390

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

Email: [info@mriips.gov.pl](mailto:info@mriips.gov.pl)

### **Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle** (in Verbindung mit Ergänzendem Elterngeld)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

### **Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Arbeitslosigkeit

## Arbeitslosengeld

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche Leistungen Ihnen zustehen, wenn Sie Ihren Arbeitsplatz verlieren. Darüber hinaus enthält dieses Kapitel Informationen über die Bedingungen für den Erhalt von Arbeitslosengeld im Falle des Verlustes des Arbeitsplatzes.

Bei den beschriebenen Leistungen handelt es sich um folgende:

- **Arbeitslosengeld** (*zasiłek dla bezrobotnych*)
- **Vorruhestandsleistungen** (*świadczenie przedemerytalne*)

### In welcher Situation habe ich ein Recht auf Unterstützung?

Wenn Sie in den vergangenen 18 Monaten mindestens an 365 Tagen zum [Mindestlohn](#) gearbeitet haben, kann Ihnen **Arbeitslosengeld** zustehen. Um diese Leistung zu beantragen, müssen Sie sich beim Arbeitsamt des Kreises, in dem Sie wohnhaft sind, arbeitslos melden. Das Arbeitslosengeld wird gewährt, wenn Sie kein Angebot auf (Fest-) Anstellung oder Umschulung erhalten haben.

Für die Gewährung des Arbeitslosengeldes ist es unerheblich, ob Sie als Arbeitnehmer oder als Selbstständiger gearbeitet haben. Wichtig ist, dass Sie monatlich Ihre Pflichtbeiträge an den Arbeitsfonds abgeführt haben. Dies übernimmt im Falle eines Angestelltenverhältnisses Ihr Arbeitgeber oder im Falle einer selbstständigen Tätigkeit Sie selbst.

Zusätzlich kommen Sie möglicherweise für **Vorruhestandsleistungen** in Frage, wenn Sie entlassen wurden, eine entsprechend lange Arbeitsvergangenheit vorweisen können und sich dem Rentenalter annähern. Einen entsprechenden Antrag können Sie jedoch erst sechs Monate nach Beginn des Arbeitslosengeldbezuges stellen.

### Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen?

Um für den Erhalt von Arbeitslosengeld in Frage zu kommen, müssen Sie:

- in den vergangenen 18 Monaten an mindestens 365 Tagen als Angestellter gearbeitet haben (dazu gehören auch Anstellungsverhältnisse in anderen Ländern der Europäischen Union);
- in dieser Zeit mindestens den Mindestlohn verdient haben;
- im für Ihren Kreis zuständigen Arbeitsamt arbeitslos gemeldet sein;
- keine Arbeits- oder Umschulungsangebote erhalten haben.

Um für eine Vorruhestandsleistung in Frage zu kommen, müssen folgende Bedingungen erfüllt werden:

- Arbeitslosmeldung;
- Erhalt von Arbeitslosengeld über einen Zeitraum von mindestens 6 Monaten;
- Nachweis einer entsprechend langen Arbeitszeit, je nach Einzelfall;
- Bevorstehendes Rentenalter;
- Verlust des Arbeitsplatzes aus arbeitgeberbedingten Gründen (Auflösung des Unternehmens oder Zahlungsunfähigkeit des Arbeitgebers);
- Antragstellung bei der zuständigen Geschäftsstelle der Sozialversicherungsanstalt (ZUS) innerhalb einer Frist von 30 Tagen nach Erhalt der Bescheinigung über den sechsmonatigen Bezug von Arbeitslosengeld vom Arbeitsamt des Kreises.

### Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

#### Arbeitslosengeld

Um Arbeitslosengeld beantragen zu können, müssen Sie sich beim für Ihren Kreis zuständigen Arbeitsamt arbeitslos melden (siehe Liste der Arbeitsämter unter "Wen kann ich kontaktieren?"). Sie erhalten diese Leistung für die Dauer von 6 bzw. 12 Monaten. Der Betrag, den Sie erhalten, richtet sich nach ihrer Arbeitsvergangenheit.

Arbeitslosengeld steht Ihnen für die Dauer von 12 Monaten zu, wenn Sie eine der folgenden Bedingungen erfüllen:

- die Arbeitslosenquote in Ihrem Kreis beträgt mehr als 150 % des Landesdurchschnitts;
- Sie sind älter als 50 Jahre und haben mindestens 20 Jahre gearbeitet;
- Sie unterhalten ein Kind unter 15 Jahren und Ihr Ehepartner ist ebenfalls arbeitslos, jedoch ohne weiteren Anspruch auf Arbeitslosengeld.

Wenn Sie keine dieser Bedingungen erfüllen, erhalten sie Arbeitslosengeld für die Dauer von 6 Monaten.

Die Sätze betragen seit 1. Juni 2023:

Arbeitszeit	Betrag in den ersten 3 Bezugsmonaten (pro Monat)	Betrag in den verbleibenden Bezugsmonaten (pro Monat)
bis 5 Jahre	1.192,90 PLN	937,30 PLN
5 - 20 Jahre	1.491,90 PLN	1.171,60 PLN
mindestens 20 Jahre	1.790,30 PLN	1.405,90 PLN

Bei diesen Beträgen handelt es sich um Bruttobeträge. Davon werden Krankenversicherungsbeiträge und Einkommensteuervorauszahlungen abgeführt.

### Vorruhestandsleistungen

Stand: 1. März 2023

Höhe der Vorruhestandsleistung (pro Monat): 1.600,70 PLN

Vorruhestandsleistungen können bis zum Erreichen des Rentenalters bezogen werden. Sie ist nicht mit anderen Leistungen kombinierbar (z. B. Hinterbliebenenrente). Wie beim Arbeitslosengeld handelt es sich beim Leistungsbetrag um einen Bruttobetrag.

### Gegebenenfalls auszufüllende Formulare

- Bitte wenden Sie sich an das zuständige Arbeitsamt in Ihrem Kreis, um sich arbeitslos zu melden. Manche Arbeitsämter ermöglichen eine Arbeitslosmeldung per [Internet](#)
- [Wie meldet man sich arbeitslos?](#)
- [Dokumente zur Meldung als Arbeitsloser](#)
- [Dokumente zur Meldung von Personen, die ein Beschäftigungsverhältnis in anderen EU/EWR-Ländern hatten](#)
- Antrag auf Vorruhestandsleistungen – [ZUS ESP](#)

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission.

- [ABC für Arbeitslose und Arbeitssuchende](#)
- [Öffentliche Arbeitsvermittlungen: geltende Tarife, Beträge, Faktoren](#)
- [Recht auf Arbeitslosengeld bei Umzug innerhalb des Gebietes der Europäischen Union](#)
- [Nähere Informationen zu Vorruhestandsleistungen](#)

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- [Arbeitslosigkeit und Leistungen der Sozialhilfe: Ihre Rechte als EU-Bürger im Ausland](#)

### Wen kann ich kontaktieren?

**Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales – Abteilung für den Arbeitsmarkt** (in Verbindung mit dem Arbeitslosengeld)  
ul. Nowogrodzka 1/3/5  
00- 513 Warschau



POLEN

Tel.: +48 538117671

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

E-Mail: [info@mrips.gov.pl](mailto:info@mrips.gov.pl)

[Adressen der Kreisarbeitsämter](#) in Polen.

**Sozialversicherungsanstalt (ZUS) – Hauptgeschäftsstelle** (in Verbindung mit der Vorruhestandsrente)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

**Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt**

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

Skype: [zus\\_centrum\\_obsługi\\_tel](#)

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# Umzug ins Ausland

## Vorherige Versicherung im Ausland kann berücksichtigt werden

In diesem Kapitel erfahren Sie, wie sich der Wohnortwechsel im Bereich der Europäischen Union auf Ihre Rechte auf Leistungen der Sozialversicherung auswirkt.

\* Die EU-Vorschriften zur Koordinierung der sozialen Sicherheit gelten seit dem 1. Januar 2021 nicht mehr für das Vereinigte Königreich und im Vereinigten Königreich. Die Rechte von Personen, die unter das Austrittsabkommen zwischen der EU und dem Vereinigten Königreich fallen, werden jedoch weiterhin geschützt.

Die Koordinierung der sozialen Sicherheit zwischen der EU und dem Vereinigten Königreich ist für Personen, die nicht unter das Austrittsabkommen fallen, im diesbezüglichen Protokoll zum Handels- und Kooperationsabkommen geregelt. Obwohl das Protokoll den EU-Vorschriften vergleichbar ist und einen weiten Geltungsbereich hat, bietet es nicht dasselbe Schutzniveau wie die EU-Verordnungen.

### Sozialversicherung und EU-Regelungen

**Wenn Sie eine Arbeit in einem anderen Land der Europäischen Union aufnehmen**, werden Sie nicht mehr dem polnischen Sozialversicherungssystem unterliegen. Für Sie gelten die Bestimmungen des Landes, in dem Sie arbeiten. Das ist der allgemeine Grundsatz, von dem es jedoch bestimmte [Ausnahmen](#) gibt.

**Wenn Sie in einem anderen Land der Europäischen Union gearbeitet haben und/oder Sozialversicherungsbeiträge bezahlt haben**, kann das bei der Feststellung Ihrer Rechte auf Leistungen der Sozialversicherung in Polen in Betracht gezogen werden.

Anzumerken ist, dass die Koordination der Sozialversicherungssysteme nicht nur die Länder der Europäischen Union betrifft, sondern auch die Länder der Europäischen Wirtschaftsgemeinschaft, d.h. Norwegen, Liechtenstein, Island, die Schweiz und das Vereinigte Königreich.

### Welche Leistungen betrifft das?

Leistungen, die der Europäischen Koordination unterliegen, sind:

- [Altersrenten und Erwerbsunfähigkeitsrenten](#) (*emerytura i renty*)
- [Frührentenleistungen](#) (*świadczenia przedemerytalne*) (in geringem Umfang)
- [Familienleistungen](#) (*świadczenia rodzinne*)
- [Leistungen bei Krankheit und Mutterschaft](#) (*świadczenia z tytułu choroby i macierzyństwa*)
- [Beihilfen für Arbeitslose](#) (*zasiłki dla bezrobotnych*)

Die EU-Bestimmungen zur Koordination der Sozialversicherungssysteme besagen, dass **die Versicherungsbeiträge aus verschiedenen Mitgliedsstaaten summiert werden können**. Der Summierung unterliegen Versicherungszeiträume in Staaten der Europäischen Union, nicht nur nach dem Beitritt Polens zur Europäischen Union 2004, sondern auch vorher.

Einige Leistungen können auch **in ein anderes Land transferiert werden**.

### Worauf habe ich Anspruch und wie kann ich diesen Anspruch geltend machen?

Wenn Sie in einem der Länder gearbeitet haben, die der Koordination unterliegen, und nach Polen zurückkehren, sollten Sie Dokumente mitnehmen, die den Zeitraum der Arbeit im Ausland sowie die Beitragszahlung im jeweiligen Land bescheinigen.

### Summierung von Versicherungszeiten

Die Summierung von Versicherungszeiträumen betrifft Fälle, wenn Sie zur Erlangung des Anspruchs auf die jeweilige Leistung zuvor eine bestimmte Zeit lang versichert sein müssen (z.B. bei Anspruch auf Arbeitslosenbeihilfe) bzw. Sie einen entsprechend langen Versicherungszeitraum nachweisen müssen (z.B. bei Anspruch auf Altersrente). Wenn Sie beweisen können, dass Sie über den erforderlichen Zeitraum in einem der EU-Länder versichert gewesen sind, dann zählt diese Zeit in jedem anderen Land.

Wenn Sie **Arbeitslosenbeihilfe in Polen** beantragen wollen, ist das Dokument, das den Zeitraum der Beitragszahlung in dem der EU-Koordination unterliegenden Land bestätigt, das [Formular U1](#) (früher:

E 301). Sie können es vor bzw. nach der Rückkehr ins Heimatland beantragen, über das Arbeitsamt für die Wojewodschaft.

Wenn Sie polnischer Staatsbürger sind und zu kurz in Polen gearbeitet haben, um **Altersrente bzw. Erwerbsunfähigkeitsrente** zu erhalten, rechnet Ihnen die Sozialversicherungsanstalt (ZUS) den Versicherungszeitraum im Ausland in Staaten, die der Koordination unterliegen, an. Es reicht, dass Sie einen Antrag an die Sozialversicherungsanstalt (ZUS) stellen, die Kontakt mit der entsprechenden Institution in dem Land aufnimmt, in dem Sie Versicherungszeiträume haben.

### Transfer von Leistungen

Die Leistungen können in das Land, in dem Sie Ihren Wohnsitz haben, transferiert werden.

Wenn Sie bereits **Arbeitslosenbeihilfe** bekommen und diese nach Polen transferieren möchten, sollten Sie Formular U2 verwenden (früher E 303).

Wenn Sie z.B. **Altersrente bzw. Erwerbsunfähigkeitsrente** in einem der Länder beziehen, die der Koordination unterliegen, können Sie den Transfer dieser Leistungen nach Polen beantragen.

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Informationen zum Thema Zeiträume, die bei der Feststellung des Anspruchs auf Altersrente und andere Renten und bei der Berechnung der Höhe dieser Leistungen berücksichtigt werden](#)
- [Altersrente](#) von der ZUS unterliegt der Koordination der sozialen Sicherung durch die EU
- [Invaliditätsrente](#) von der ZUS unterliegt der Koordination der sozialen Sicherung durch die EU
- [Hinterbliebenenrente](#) von der ZUS unterliegt der Koordination der sozialen Sicherung durch die EU

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=849&langId=de>

### Wen kann ich kontaktieren?

#### Minister für Familie, Arbeit und Soziales - Abteilung für die Koordination von Sozialversicherungssystemen

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Warschau

POLEN

Tel. +48 538117210

E-Mail: [iinfo@mriips.gov.pl](mailto:iinfo@mriips.gov.pl)

Webseite: <http://www.gov.pl/rodzina>

#### Zentrum für Information und Konsultation von Beschäftigungsdiensten

##### Grüne Hotline

ul. Trawiasta 20b

15-161 Białystok

Tel. +48 2219524

E-Mail: [kontakt@zielonalinia.gov.pl](mailto:kontakt@zielonalinia.gov.pl)

Webseite: <http://zielonalinia.gov.pl/>

#### Sozialversicherungsanstalt – Hauptgeschäftsstelle

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Warschau

POLEN

Webseite: [www.zus.pl](http://www.zus.pl)

#### Telefonisches Servicezentrum der Sozialversicherungsanstalt

Die Berater stehen werktags von 7.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung. Das Automatische Informationszentrum ist 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar.

Telefonnummer für Anrufe aus polnischen Mobilfunknetzen sowie polnischem und ausländischem Festnetz: +48 225601600

E-Mail-Adresse für allgemeine Anfragen: [cot@zus.pl](mailto:cot@zus.pl)

[Suchmaschine für Niederlassungen der Sozialversicherungsanstalt nach Ort bzw. PLZ](#)

# **Wohnsitz oder gewöhnlicher Aufenthalt**

## Wohnsitz

In diesem Kapitel lesen Sie, wie das polnische Recht den Begriff „Wohnsitz“ definiert. Außerdem erfahren Sie, für welche Leistungsbezüge ein Wohnsitz in Polen erforderlich ist.

### Definition des Begriffes Wohnsitz

Das EU-Recht kennt den Begriff des [gewöhnlichen Aufenthalts](#) (*miejsce zwykłego pobytu*). Damit ist der Ort gemeint, an dem Sie in der Regel wohnen, sei es aus persönlichen oder beruflichen Gründen.

Im polnischen Recht entspricht dies am ehesten dem Begriff Wohnsitz.

Der **Wohnsitz** (*miejsce zamieszkania*) wird definiert als der Ort, an dem sich eine Person mit der Absicht eines ständigen Aufenthaltes aufhält. Ausschlaggebend für den Wohnsitz sind zwei Faktoren, die kombiniert auftreten müssen:

- der äußere Faktor, d. h. tatsächliche Anwesenheit der Person an dem betreffenden Ort;
- der innere Faktor, d. h. Freiwilligkeit des Aufenthaltes der Person an diesem Ort.

Unter Berücksichtigung des inneren (subjektiven) Faktors ist nicht einmal die körperliche Entfernung vom Wohnsitz für längere Zeit (zum Beispiel zum Studium) ein Hinweis darauf, dass die Person ihren Wohnsitz gewechselt hat, solange die Person dies nicht selbst kenntlich macht.

Der Wohnsitz ist ein konkreter Ort, nicht jedoch eine konkrete Anschrift, ein Gebäude oder ein Raum. Jede natürliche Person kann nur einen Wohnsitz haben. Es wird als unmöglich angesehen, dass eine Person an zwei (oder mehr) Orten gleichzeitig mit der Absicht eines ständigen Aufenthaltes wohnt.

Der **Wohnsitz eines Kindes** ist der Wohnsitz der Eltern oder des Elternteils, dem die elterliche Sorge obliegt. Wenn die Eltern getrennt leben und beide das gemeinsame Sorgerecht besitzen, ist der Wohnsitz des Kindes der Wohnsitz des Elternteils, an welchem das Kind seinen ständigen Aufenthalt hat.

Für einige Leistungsbezüge ist es erforderlich, dass sich Ihr Wohnsitz auf polnischem Gebiet befindet, auch wenn Sie die polnische Staatsangehörigkeit besitzen.

Dazu gehören:

- Sozialrente (*renta socjalna*)
- Medizinische Betreuungsbeihilfe (*zasitek pielęgnacyjny*)
- Leistungen der Sozialhilfe (*świadczenia pomocy społecznej*)
- Familienleistungen (*świadczenia rodzinne*)
- Erziehungsgeld (*świadczenia dla opiekunów*)
- Zusatzleistung für Personen, die nicht unabhängig leben können (*Świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji*)
- Ergänzendes Elterngeld (*rodzicielskie świadczenie uzupełniające, Mütter 4 Plus*)

### Ihre Rechte

Die folgenden Links verschaffen Ihnen einen Einblick in Ihre Rechte. Hierbei handelt es sich weder um Seiten der Europäischen Kommission noch um eine Darstellung der Auffassungen der Europäischen Kommission:

- [Bürgerliches Gesetzbuch](#) der Republik Polen: Die Definition des Begriffes Wohnsitz ist zu finden in Kapitel II, Artikel 25.

Websites und Veröffentlichungen der Europäischen Kommission:

- <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=849&langId=de>

## **Die EU kontaktieren**

### **Besuch**

In der Europäischen Union gibt es Hunderte von „Europe-Direct“-Informationsbüros. Über diesen Link finden Sie ein Informationsbüro in Ihrer Nähe: [europa.eu/european-union/contact\\_de](http://europa.eu/european-union/contact_de)

### **Telefon oder E-Mail**

Der Europe-Direct-Dienst beantwortet Ihre Fragen zur Europäischen Union. Kontaktieren Sie Europe Direct

— über die gebührenfreie Rufnummer: 00 800 6 7 8 9 10 11 (manche Telefondienstleister berechnen allerdings Gebühren),

— über die Standardrufnummer: +32 22999696 oder

— per E-Mail über: [europa.eu/european-union/contact\\_de](http://europa.eu/european-union/contact_de)

## **Informationen über die EU**

### **Im Internet**

Auf dem Europa-Portal finden Sie Informationen über die Europäische Union in allen Amtssprachen: [europa.eu/european-union/index\\_de](http://europa.eu/european-union/index_de)

### **EU-Veröffentlichungen**

Sie können – zum Teil kostenlos – EU-Veröffentlichungen herunterladen oder bestellen unter [publications.europa.eu/de/publications](http://publications.europa.eu/de/publications). Wünschen Sie mehrere Exemplare einer kostenlosen Veröffentlichung, wenden Sie sich an Europe Direct oder das Informationsbüro in Ihrer Nähe (siehe [europa.eu/european-union/contact\\_de](http://europa.eu/european-union/contact_de)).

### **Informationen zum EU-Recht**

Informationen zum EU-Recht, darunter alle EU-Rechtsvorschriften seit 1952 in sämtlichen Amtssprachen, finden Sie in EUR-Lex: [eur-lex.europa.eu](http://eur-lex.europa.eu)

### **Offene Daten der EU**

Über ihr Offenes Datenportal ([data.europa.eu/euodp/de](http://data.europa.eu/euodp/de)) stellt die EU Datensätze zur Verfügung.

Die Daten können zu gewerblichen und nichtgewerblichen Zwecken kostenfrei heruntergeladen werden.



