



Vos droits en matière de sécurité sociale en Pologne



Commission européenne

Direction générale de l'emploi, des affaires sociales et de l'inclusion

Direction D: Droits sociaux et inclusion

Unité D.2: Protection sociale

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

Commission européenne

B-1049 Bruxelles

Vos droits en matière de sécurité sociale en Pologne

Manuscrit achevé en juillet 2023

Ce document ne peut être considéré comme constituant une prise de position officielle de la Commission européenne.

Luxembourg: Office des publications de l'Union européenne, 2023

© Union européenne, 2023



La politique de réutilisation des documents de la Commission européenne est mise en œuvre sur la base de la décision 2011/833/UE de la Commission du 12 décembre 2011 relative à la réutilisation des documents de la Commission (JO L 330 du 14.12.2011, p. 39). Sauf mention contraire, la réutilisation du présent document est autorisée dans le cadre d'une licence Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). Cela signifie que la réutilisation est autorisée moyennant citation appropriée de la source et indication de toute modification.

Pour toute utilisation ou reproduction d'éléments qui ne sont pas la propriété de l'Union européenne, il peut être nécessaire de demander l'autorisation directement auprès des titulaires de droits respectifs.

À un moment donné de votre vie, vous devrez peut-être dépendre d'une allocation de sécurité sociale. Les ressortissants qui vivent dans leur propre pays et qui remplissent les conditions requises ont droit à ces allocations, mais vous avez également le droit de les demander si vous êtes originaire d'un pays de l'UE et vivez dans un autre. Lisez la suite pour savoir dans quelles circonstances vous pouvez en bénéficier, à quoi vous avez droit et comment le demander.

Table des matières

FAMILLE	6
Prestations familiales	7
Parentalité.....	11
SANTÉ	15
Soins de santé	16
Prestations pour les aidants	18
Prestations d'accompagnement à long terme	21
Prestations financières en cas de maladie	25
INCAPACITÉ.....	30
Pensions d'invalidité	31
Accidents du travail et maladies professionnelles.....	34
VIEILLESSE ET DÉCÈS.....	37
Retraites	38
Prestations de survie	40
AIDE SOCIALE	44
Prestations d'assistance sociale	45
CHÔMAGE	48
Prestations de chômage	49
S'INSTALLER À L'ÉTRANGER	52
Possibilité de prise en compte des cotisations payées à l'étranger.....	53
RÉSIDENCE PRINCIPALE.....	56
Lieu de résidence	57

Famille

Prestations familiales

Ce chapitre présente les prestations familiales auxquelles une famille peut avoir droit après la naissance d'un enfant et jusqu'à la majorité de celui-ci.

Les prestations décrites sont:

- **Allocation familiale avec compléments** (*zasilek rodzinny i dodatki*)
- **Prime de naissance** (*jednorazowa zapomoga z tytułu urodzenia się dziecka*)
- **Allocation parentale** (*świadczenie rodzicielskie*)
- **Prestation pour l'éducation de l'enfant**, appelée 500 Plus (*świadczenie wychowawcze, 500 Plus*)
- **La prime unique attribuée au titre de la loi «Pour la vie» en faveur des femmes enceintes et de leur famille** (*Jednorazowe świadczenie z ustawy o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin "Za życiem"*)
- **La prime «Bon départ»** dite «300 Plus» (*Świadczenie "Dobry Start" – 300 Plus*)
- **Le capital-naissance pour les familles** (*Rodzinny Kapitał Opiekuńczy - RKO*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Les prestations familiales concernent les familles ou les élèves ou étudiants dont les ressources par personne ne dépassent pas un certain seuil.

L'**allocation familiale** est destinée à couvrir une partie des dépenses de subsistance de l'enfant.

Elle s'applique de la naissance de l'enfant jusqu'à son 18e anniversaire ou, s'il poursuit des études, jusqu'à ses 21 ans.

Une exception: la limite d'âge s'étend à 24 ans si l'enfant poursuit ses études et possède une reconnaissance de handicap de degré modéré ou élevé.

La **prime de naissance** est versée au titre de la naissance d'un enfant vivant.

L'**allocation parentale** est versée pour la naissance d'un enfant.

La **prestation pour l'éducation de l'enfant** est versée aux parents et aux tuteurs des enfants âgés de 18 ans maximum.

La prime unique attribuée au titre de la loi «Pour la vie » en faveur des femmes enceintes et de leur famille est payée aux parents et aux tuteurs d'un enfant souffrant d'un handicap sévère et irréversible ou d'une maladie mortelle incurable d'origine prénatale ou résultant de l'accouchement. Elle est payable jusqu'à douze mois à compter de la date d'accouchement. Pour des informations sur les prestations applicables à la maternité ou à la paternité, indépendantes des ressources de la famille, voir le chapitre Parentalité.

La **prime «Bon départ»** est versée une fois par an pour chaque enfant à la rentrée scolaire jusqu'à l'âge de 20 ans (24 ans pour les enfants handicapés).

Le **capital-naissance pour les familles** est alloué pour le deuxième enfant et les enfants suivants de 12 à 36 mois.

Quelles sont les conditions à remplir?

Les [allocations familiales](#) et compléments sont dus aux parents (ou à l'un des parents), aux tuteurs, ou à une personne majeure suivant des études et n'étant plus à la charge de ses parents (p. ex. en cas de décès des parents).

En outre, les ressources ne doivent pas dépasser le plafond du [critère de ressources](#), c'est-à-dire que les ressources de la famille (ou de l'élève) qui demande les prestations ne peuvent dépasser:

par personne dans la famille	674 PLN nets par mois
par personne, si un membre de la famille est un enfant handicapé	764 PLN nets par mois

Un nouveau mécanisme est mis en place depuis le 1^{er} janvier 2016. Appelé «[1 zloty pour 1 zloty](#)», il permet aux familles ayant un revenu juste au-dessus du seuil de recevoir des aides. Plus précisément, le montant des prestations payables est réduit selon la différence entre le revenu familial et le seuil de revenu. Si, par exemple, le revenu dépasse le seuil de 100 PLN, alors ce montant est déduit du montant de l'allocation qui serait autrement payable.

Les prestations familiales peuvent être demandées par les personnes résidant sur le territoire polonais durant la période d'obtention des prestations.

L'allocation peut être complétée par les [compléments](#) suivants:

- complément **à la naissance de l'enfant** (*dodatek z tytułu urodzenia się dziecka*): prestation distincte de la prime de naissance;
- **complément pour l'éducation de l'enfant durant un congé parental** (*dodatek z tytułu opieki nad dzieckiem w okresie korzystania z urlopu wychowawczego*): il revient aux personnes ayant eu un emploi salarié pendant au moins 6 mois avant d'obtenir le droit au congé parental et qui prennent un congé pour s'occuper de leur enfant pendant une durée de 24 mois (36 mois en cas de naissances multiples ou pour les parents isolés, et 72 mois si l'enfant est handicapé) après la fin du congé de maternité et du congé parental;
- complément **pour parent isolé** (*dodatek z tytułu samotnego wychowywania dziecka*): il revient à la mère célibataire, au père célibataire ou au tuteur de l'enfant. Ce complément s'applique également à l'élève majeur, si ses deux parents sont décédés;
- complément **pour famille nombreuse** (*dodatek z tytułu wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej*): versé pour le troisième enfant de la famille et les suivants;
- **complément de formation et de réinsertion de l'enfant handicapé** (*dodatek z tytułu kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego*): destiné à couvrir les dépenses supplémentaires liées à la réinsertion ou à la formation d'un enfant handicapé;
- **complément de rentrée scolaire** (*dodatek z tytułu rozpoczęcia roku szkolnego*) - versé à chaque rentrée scolaire;
- complément **pour l'instruction d'un enfant en dehors de son lieu de résidence** (*dodatek z tytułu podjęcia przez dziecko nauki poza miejscem zamieszkania*): versé 10 mois par an.

[La prime de naissance](#) est octroyée au parent ou au tuteur de l'enfant, si les revenus de la famille ne dépassent pas les 1 922 PLN nets par personne dans la famille.

La prime est versée si la mère de l'enfant a bénéficié d'un suivi médical au plus tard à partir de la 10^e semaine de grossesse et jusqu'à son accouchement.

[L'allocation parentale](#) est accordée aux parents qui ne sont pas assurés et qui ne reçoivent pas l'allocation de maternité (étudiants, agriculteurs, ceux qui ont un CDD ou autre type de contrat atypique) pendant un an (52 semaines) et pour une seule naissance (voir Parenté). Elle peut être prolongée jusqu'à 65 semaines pour la naissance de deux enfants, 67 semaines pour trois enfants, 69 pour quatre enfants et 71 pour cinq enfants ou plus.

[La prestation pour l'éducation de l'enfant](#) est accordée à partir du 1^{er} avril 2016 sur la base du programme Famille 500 plus (500+). Le programme constitue un soutien systémique pour les familles polonaises.

Le soutien est accessible aux parents et aux tuteurs d'enfants âgés de 18 ans maximum. Une famille avec enfants peut recevoir une prestation pour chaque enfant, indépendamment de son revenu.

La prestation est versée indépendamment de l'état matrimonial des parents. Elle est versée aux familles dont les parents sont mariés, aux parents seuls et aux parents engagés dans des relations informelles. Dans le cas des parents divorcés, la prestation sera versée au parent qui prend soin de l'enfant.

La prime unique attribuée au titre de la loi «[Pour la vie](#)» en faveur des femmes enceintes et de leur famille est payée aux parents et aux tuteurs d'un enfant souffrant d'un handicap sévère et irréversible ou d'une maladie mortelle incurable d'origine prénatale ou résultant de l'accouchement. Elle est payable jusqu'à douze mois à compter de la date d'accouchement.

[La prime «Bon départ»](#) est un montant forfaitaire annuel net de 300 PLN par enfant qui est versé une fois par an à la rentrée scolaire jusqu'à l'âge de 20 ans (24 pour les enfants handicapés). La prime n'est pas soumise à une condition de ressources.

Le capital-naissance pour les familles est alloué à hauteur d'un montant total de 12 000 PLN par enfant et n'est pas soumis à une condition de ressources. Le montant mensuel est décidé par les parents: soit 500 PLN par mois pendant deux ans, soit 1 000 PLN par mois pendant un an. Le montant mensuel de la prestation peut être modifié à une seule reprise. En cas de divorce des parents avec garde partagée, chaque parent perçoit la moitié du montant,

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Allocation familiale

Le montant de l'allocation familiale s'élève à:

Pour un enfant de moins de 5ans	95 PLN/mois
pour un enfant de 5 à 18 ans	124 PLN/mois
pour un enfant de 18 à 24 ans	135 PLN/mois

L'allocation familiale peut être complétée par:

Prime de naissance forfaitaire	Un versement unique de 1 000 PLN
Supplément pour l'éducation des enfants pendant le congé parental	400 PLN par mois
Supplément pour élever un enfant seul	193 PLN par mois par enfant (avec un maximum de 386 PLN pour la totalité des enfants)
Supplément pour élever un enfant seul si l'enfant est reconnu par décision du tribunal comme handicapé ou gravement handicapé	273 PLN par mois et par enfant (avec un maximum de 546 PLN pour la totalité des enfants)
Supplément pour famille nombreuse	95 PLN par mois
Formation et réadaptation des enfants handicapés jusqu'à l'âge de 5 ans.	90 PLN par mois et par enfant
Formation et réadaptation des enfants handicapés de 5 à 24 ans.	110 PLN par mois et par enfant
Supplément de rentrée scolaire	100 PLN par an et par enfant
Supplément pour l'éducation d'enfant en dehors du lieu de résidence	69 PLN par mois et par enfant
Supplément pour l'éducation de l'enfant en dehors du lieu de résidence - si l'enfant vivait auparavant dans la municipalité où l'école est située.	113 PLN par mois et par enfant

Les prestations familiales comprennent également les prestations de présence:

- [allocations de soin](#) (*zasilek pielęgnacyjny*) qui sont accordées pour les enfants handicapés et les jeunes ne pouvant accéder à l'autonomie;

- [prestations d'accompagnement](#) (*świadczenie pielęgnacyjne*) versées aux personnes qui s'occupent d'un enfant et doivent de ce fait abandonner leur emploi;
- [prestations d'accompagnement spécial](#) (*specjalny zasiłek opiekuńczy*) et allocation de présence (*zasiłek dla opiekuna*) versées aux personnes qui doivent constamment s'occuper d'une personne handicapée et doivent de ce fait abandonner leur emploi.

Prime de naissance

Montant de la prime de naissance 1 000 PLN, prime unique

La demande de versement de la prime de naissance doit être présentée dans les 12 mois suivant la naissance de l'enfant.

Allocation parentale

Montant de l'allocation parentale 1 000 PLN par mois

L'allocation parentale n'est pas soumise aux critères de revenu.

La prestation pour l'éducation de l'enfant (500Plus)

Montant de la prestation pour l'éducation de l'enfant 500 PLN par mois

La prestation pour l'éducation de l'enfant n'est pas soumise aux critères de revenu.

Prime unique attribuée au titre de la loi «Pour la vie» en faveur des femmes enceintes et de leur famille: 4 000 PLN.

Prime «Bon départ»: 300 PLN

Capital-naissance pour les familles: 500 PLN par mois pendant deux ans ou 1 000 PLN par mois pendant un an.

Toutes les prestations familiales polonaises constituent des ressources non imposables.

Les demandes de prestations familiales doivent être déposées auprès des divisions régionales du centre d'aide sociale, et dans certains cas ([p. ex. à Varsovie](#)) dans le bureau de quartier communal.

En ce qui concerne la prime « Bon départ » (300 Plus), la prestation pour l'éducation d'un enfant (500 Plus) et le capital-naissance pour les familles, les demandes doivent être introduites en ligne auprès de l'Institut d'assurances sociales (ZUS) via sa plateforme de services électroniques (PUE) ou sur le portail [Emp@tia du ministère de la Famille et de la politique sociale](#) ou par e-banking.

Formulaires à remplir

- [Formulaires de demande d'obtention des allocations familiales et de leurs suppléments](#)
- [Demande de prime de naissance unique](#)
- [Demande d'allocations parentales](#)
- [Demande d'allocation d'éducation d'un enfant](#)
- [Demande de prime unique au titre de la loi «Pour la vie» sur l'aide aux femmes enceintes et à leur famille](#)
- [Demande de prime «Bon départ»](#)
- Instructions pour l'enregistrement d'une demande de capital-naissance pour les familles

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits - il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Octroi des allocations familiales : [description étape par étape de la procédure sur le site internet de la ville de Varsovie](#)
- [Description des suppléments aux allocations familiales](#)
- Octroi de la prime de naissance unique : [description détaillée de la procédure sur le site internet de la ville de Varsovie](#)
- Octroi des allocations parentales : [description étape par étape de la procédure sur le site internet de la ville de Varsovie](#)
- Octroi de l'allocation d'éducation d'un enfant (plus de 500) : [explications étape par étape sur le site du ministère de la famille et de la politique sociale](#)
- [«Pour la vie»: informateur](#)
- Prime "Bon départ" – [Informations de base](#)
- Capital-naissance pour les familles - [Brochure](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Prestations familiales: tes droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département des affaires familiales

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117230

Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mrpips.gov.pl / info@mriips.gov.pl

Parentalité

Dans ce chapitre sont décrites les différentes prestations auxquelles ont droit les parents dans le cadre de la naissance d'un enfant ou de l'accueil d'un enfant de moins de 7 ans. Il existe 4 types de congés et différentes allocations versées durant ces derniers.

Les prestations décrites sont:

- **Allocation et congé de maternité** (*zasilek i urlop macierzyński*)
- **Allocation et congé parentaux** (*zasilek i urlop rodzicielski*)
- **Allocation et congé de paternité** (*zasilek i urlop ojcowski*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Les prestations relatives à la naissance d'un enfant reviennent à toutes les personnes couvertes par une assurance maladie, ce qui est obligatoire pour tous les salariés en Pologne. Il est également possible de souscrire une assurance facultative.

Le congé de maternité avec allocation revient à la mère, qui peut en céder une partie au père à condition que la mère en utilise la plupart. Le père de l'enfant peut bénéficier du montant entier de l'allocation de maternité si la mère est décédée ou si elle abandonne son enfant.

Le congé parental avec allocation peut être attribué aux deux parents, en quatre parties au maximum, pendant lesquelles les parents peuvent être en congé en même temps ou l'un après l'autre.

Le congé de paternité avec allocation revient au père de l'enfant qui est couvert par une assurance. Il est indépendant du congé de la mère.

Quelles sont les conditions à remplir?

[Le congé de maternité avec allocation](#) revient à la mère, qui peut en céder une partie au père à condition que la mère utilise la plupart du congé.

Le père de l'enfant peut bénéficier du montant entier de l'allocation de maternité si la mère est décédée ou si elle abandonne son enfant.

L'allocation de maternité revient à l'assurée qui:

- donne naissance à un enfant;
- adopte un enfant de moins de 7 ans;
- accueille un enfant de moins de 7 ans pour l'élever en tant que famille d'accueil.

Le congé parental avec allocation peut être pris après la fin du congé complémentaire de maternité. Il peut être attribué aux deux parents, en quatre parties consécutives au maximum d'une durée d'au moins 8 semaines. Les parents peuvent être en congé parental en même temps ou l'un après l'autre.

La demande de congé parental pour la mère ou le père doit être présentée par écrit avec un préavis de 21 jours.

Le congé parental peut être associé à un emploi, à mi-temps au plus, auprès de l'employeur qui accorde ce congé.

L'allocation et le congé de paternité sont indépendants du congé de maternité et reviennent uniquement au père de l'enfant. Il peut en bénéficier en une seule fois ou le diviser en deux parts.

Le congé de paternité doit être pris avant le 2^{ème} anniversaire de l'enfant. S'il n'est pas utilisé, les droits sont perdus.

Si les ressources de la famille en parts par personne ne dépassent pas un certain seuil (dit critère de ressources), la famille peut bénéficier d'une allocation familiale et d'une prime de naissance. Pour plus de détails, se référer au chapitre « Prestations familiales ».

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Durée des congés

La durée du congé de maternité dépend du nombre d'enfants nés au cours de l'accouchement:

naissance d'un enfant	20 semaines (au minimum 14 semaines pour la mère, le reste peut être cédé au père)
naissance de jumeaux	31 semaines
naissance de triplés	33 semaines
naissance de quadruplés	35 semaines
naissance de quintuplés ou plus	37 semaines

6 semaines de congé de maternité peuvent être prises avant la date de terme prévue. Après l'accouchement, le reste du congé peut être utilisé.

Durée des autres congés:

Congé parental	32 semaines en cas de naissance d'un seul enfant et de 34 semaines en cas de naissances multiples (pour la mère ou le père)
Congé de paternité	2 semaines (pour le père; peut être utilisé indépendamment du congé de la mère ou en même temps)

Montant des allocations

Le montant des allocations liées à la naissance est calculé par rapport à la moyenne mensuelle des rémunérations versées dans les 12 mois précédant le congé. Le montant de l'allocation versée est égal à:

allocation de maternité	100% de la moyenne de rémunération
Allocation parentale	100 % de la moyenne de rémunération pendant les 6 premières semaines du congé parental et 60 % de la moyenne de rémunération par la suite
Allocation de paternité	100 % de la moyenne de rémunération

Les allocations sont versées à condition qu'une déclaration relative à la date de terme prévue (pour la période précédant l'accouchement) et un extrait d'acte de naissance de l'enfant (pour la période suivant la naissance) soient présentés.

Les documents requis sont à transmettre à la caisse de sécurité sociale (ZUS) afférente au lieu de domicile. Si vous travaillez dans une entreprise de plus de 20 salariés, les documents devront être remis à l'employeur.

Formulaires à remplir

- Déclaration [ZUS Z-3](#) - si vous êtes salarié
- Déclaration [ZUS Z-3b](#) - si vous êtes chef d'entreprise
- Déclaration [ZUS Z-3a](#) - pour les autres assurés

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Site gouvernemental qui décrit les prestations accordées aux familles: <https://rodzina.gov.pl/>
- Formulaire de contact sur le site du ministère de la famille et de la politique sociale consacré à la famille: <https://www.gov.pl/web/rodzina/dane-kontaktowe>
- Obtention de l'allocation de maternité pour la naissance d'un enfant: [documents nécessaires](#)
- Demande d'acte de naissance - [Guide sur le site de la ville de Varsovie](#)
- Allocation de maternité – brochure de l'Institut de sécurité sociale (ZUS) en anglais

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Prestations familiales: vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la Famille et de la politique sociale - Département du droit du travail (concernant les droits aux congés)

ul. Nowogrodzka 1/3/5
00-513 Varsovie
Tel.: +48 538117320
Internet: www.gov.pl/rodzina
E-mail: info@mriips.gov.pl

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de la sécurité sociale (concernant les droits aux allocations)

ul. Nowogrodzka 1/3/5
00-513 Varsovie
POLOGNE
Tél. +48 538117390
Internet: www.gov.pl/rodzina
E-mail: info@mriips.gov.pl

Siège de l'Institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5
01-748 Varsovie
POLOGNE
Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Numéro d'assistance joignable depuis les téléphones mobiles ou fixes, nationaux et étrangers: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](https://www.skype.com/partners/zus-centrum-obslugi-tel)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Recherche des caisses du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Santé

Soins de santé

Ce chapitre décrit ce que recouvre l'assurance maladie polonaise et comment accéder aux services médicaux si vous êtes citoyen polonais ou si vous séjournez en Pologne de manière temporaire.

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Toutes les personnes couvertes par une assurance maladie peuvent bénéficier de prestations de santé gratuites en Pologne.

Les mêmes prestations sont dues à tous les citoyens d'autres États membres de l'Union européenne ou de l'Espace économique européen séjournant temporairement en Pologne. La seule obligation est d'être couvert par une assurance maladie dans son pays et de pouvoir le prouver.

L'institution responsable de la gestion et du financement des prestations de santé en Pologne est [le Fonds national de santé](#) (voir glossaire).

Quelles sont les conditions à remplir?

[Le droit à des prestations de santé gratuites](#) est reconnu à un grand nombre de groupes sociaux, entre autres les salariés, les enfants, les étudiants, les retraités, les rentiers, les chômeurs, les travailleurs indépendants.

Le droit aux prestations de santé est acquis dès le moment où l'institution qui paie les cotisations, par exemple l'employeur ou l'université, transmet une déclaration à l'assurance maladie. Les travailleurs indépendants constituent une exception, puisqu'ils doivent se déclarer eux-mêmes à l'assurance.

En outre, chaque assuré doit déclarer à l'assurance maladie les membres de sa famille qui ne sont pas rattachés à cette assurance à un autre titre (p. ex. les enfants). Ces derniers obtiennent le droit aux mêmes prestations de santé que l'assuré.

Il est également possible de souscrire une assurance maladie facultative.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Chaque assuré a droit à des prestations gratuites dans tous les cabinets et établissements médicaux qui ont souscrit un contrat avec le Fonds national de santé (NFZ), notamment:

- **Médecins généralistes;**
- **Médecins spécialistes** avec ordonnance du médecin généraliste. On peut consulter sans ordonnance les spécialistes suivants: gynécologue, obstétricien, dentiste, vénéréologue, oncologue et psychiatre. L'ordonnance n'est pas obligatoire dans les situations de danger soudain pour la santé ou la vie;
- **Hôpitaux**, cliniques, dispensaires, centres de santé. En cas d'hospitalisation, tous les examens, traitements et médicaments sont gratuits;
- **Cabinets médicaux privés**, ayant souscrit un contrat avec le NFZ. Il convient de vérifier avant la consultation si les services dont on souhaite bénéficier auprès du cabinet s'inscrivent dans le cadre du contrat avec le fonds de santé;
- **Dentistes:** sachez que les soins dentaires couverts par l'assurance maladie sont très limités. [Sous ce lien](#), vous pouvez vérifier de quels soins dentaires vous pouvez bénéficier dans le cadre de l'assurance maladie.

Médicaments

En Pologne, certains médicaments sont remboursés partiellement par le Fonds national de santé. Sur le site du ministère de la santé, vous trouverez des renseignements sur [les conditions de remboursement](#), ainsi que la [liste des médicaments remboursables](#). Si les

médicaments qui vous ont été prescrits ne sont pas sur la liste, vous devez payer 100 % du prix de vente de ces médicaments.

En Pologne, les pharmaciens ont l'obligation d'indiquer au client s'il existe un équivalent moins cher que le médicament prescrit, c'est-à-dire un médicament de même composition, mais à un prix inférieur. Il existe également un service d'information par téléphone du ministère de la santé, auquel vous pouvez demander s'il existe un équivalent moins cher que le médicament qui vous a été prescrit (voir section «Qui contacter?»).

Pendant un séjour à l'hôpital, tous les médicaments sont gratuits.

Attestation de droits aux prestations

Les citoyens polonais peuvent recevoir une [confirmation de leur droit à des prestations de santé](#) par voie électronique (en fournissant leur identifiant personnel PESEL), un document qui atteste de la couverture d'assurance maladie (p. ex. carte de retraité) ou déposer une déclaration selon laquelle ils bénéficient d'une assurance maladie.

Les citoyens de l'Union européenne ont droit aux mêmes prestations de santé que les citoyens polonais. La seule condition est de prouver qu'ils disposent de droits aux soins de santé dans leur pays. À cette fin, il convient de se munir de [la carte européenne d'assurance maladie](#).

Glossaire

Identifiant personnel PESEL - numéro d'identification polonais à 11 chiffres. Le PESEL est délivré automatiquement à chaque personne résidant sur le territoire polonais pendant au moins 3 mois.

Le Fonds national de santé (NFZ) gère le système des soins de santé en Pologne. Il signe des contrats avec les médecins et les institutions pour la fourniture de services de santé dans le cadre du système général de soins de santé. Le NFZ finance ces prestations et couvre les frais de remboursement des médicaments.

Formulaires à remplir

- Certificat [ZUS ZZA](#) – pour les salariés ou les travailleurs indépendants
- Certificat [ZUS ZCNA](#) – pour les membres de la famille du salarié ou du travailleur indépendant

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [description du système de soins de santé polonais sur le site du ministère de la santé](#)
- [Informations sur les droits du patient sur le site du NFZ](#)
- [Étape par étape](#) - guide pour les patients sur le site du NFZ

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Coordination de la sécurité sociale dans l'Union européenne](#)

Qui contacter?

Fonds national de santé – Siège

Rakowiecka 26/30

02-528 Varsovie

POLOGNE

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

E-mail: kancelariaelektroniczna@nfz.gov.pl

Ligne d'information NFZ (en service 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7): 800190590; de l'étranger: +48 221256600

Ministère de la santé

ul. Miodowa 15

00-952 Varsovie

POLOGNE

Internet: ww.gov.pl/zdrowie

E-mail: kancelaria@mz.gov.pl

Assistance téléphonique du ministère de la santé (ouverte de 8h15 à 16h15): +48222500146

Bureau du défenseur des droits du patient

ul. Młynarska 46

01-171 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 225328250

Internet: www.gov.pl/rppe E-mail: kancelaria@rpp.gov.pl

Formulaire de question au Défenseur des droits du patient

Ligne d'information gratuite du Bureau du Défenseur des droits du patient (en service les jours ouvrables de 8h00 à 18h00): 800190590.

Prestations pour les aidants

Dans ce chapitre, vous trouverez des informations sur les prestations dont vous pouvez bénéficier si vous avez abandonné votre emploi pour vous occuper d'une personne handicapée.

Les prestations décrites sont:

- **Prestations d'accompagnement** (*świadczenie pielęgnacyjne*)
- **Allocation spéciale aux aidants familiaux** (*specjalny zasiłek opiekuńczy*)
- **Allocation de présence** (*zasiłek dla opiekuna*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Les **prestations d'accompagnement** sont versées aux personnes qui s'occupent d'un enfant handicapé et qui doivent pour ce faire abandonner leur emploi. Tout aidant a droit à ces prestations, quelles que soient les ressources de la famille.

Les personnes qui perçoivent des prestations d'accompagnement et ont des revenus faibles, en dessous d'un certain seuil, peuvent également bénéficier d'un complément de formation et de réinsertion de l'enfant handicapé. Pour plus d'informations, se référer au chapitre « Prestations familiales ».

L'**allocation spéciale aux aidants familiaux** est une prestation destinée aux aidants d'enfants ou d'adultes handicapés. Pour cette allocation, le montant des ressources de la famille qui accompagne et de la personne qui nécessite cet accompagnement est pris en compte. Ces ressources ne peuvent pas dépasser un certain montant.

L'allocation de présence est une prestation versée aux soignants d'enfants ou d'adultes handicapés, lesquels, depuis le 1^{er} juillet 2013, en vertu de la loi, ont perdu le droit de percevoir la prestation d'accompagnement (*świadczenie pielęgnacyjne*) et ne satisfont pas aux conditions de ressources pour bénéficier de l'allocation spéciale aux aidants familiaux (*specjalny zasiłek opiekuńczy*).

Pour des informations sur les prestations dues aux personnes handicapées, voir le chapitre « Prestations d'accompagnement à long terme ».

Pour des informations sur les prestations accordées aux travailleurs qui ont perdu la capacité de travailler, voir le chapitre « Pension d'invalidité ».

Quelles sont les conditions à remplir?

[Les prestations d'accompagnement](#) peuvent être versées à la mère, au père, au tuteur réel de l'enfant ou à une autre personne ayant à sa charge la subsistance d'un enfant ou d'un proche.

Les prestations d'accompagnement sont accordées si la personne ayant besoin de ces soins est devenue handicapée avant l'âge de 18 ans ou pendant sa formation scolaire ou supérieure (jusqu'au 25^e anniversaire au plus tard).

En outre, l'enfant doit remplir l'une des conditions suivantes:

- posséder une reconnaissance de handicap portant l'indication de la nécessité d'une présence ou aide permanente ou de longue durée d'une tierce personne;
- posséder une reconnaissance d'un degré élevé de handicap.

La reconnaissance de handicap est délivrée par l'équipe de décision sur le handicap, convoquée par les centres d'aide sociale.

Les prestations sont accordées pour une durée illimitée, sauf dans la situation où la reconnaissance de handicap ou l'attestation de degré de handicap a été délivrée pour un temps défini. Dans ce cas, les droits aux prestations d'accompagnement sont établis jusqu'au dernier jour du mois d'échéance de la reconnaissance.

Lorsqu'il perçoit des prestations d'accompagnement, l'aidant ne peut pas avoir d'autres sources de revenus (retraite, pension ou autres prestations similaires).

[L'allocation spéciale aux aidants familiaux](#) est une prestation accordée aux aidants d'enfants ou d'adultes handicapés. Les aidants peuvent en bénéficier s'ils abandonnent leur travail salarié ou non salarié du fait de la nécessité d'une présence permanente auprès d'une personne possédant l'une des reconnaissances suivantes:

- reconnaissance de degré élevé de handicap;
- reconnaissance de handicap avec indication de la nécessité d'une présence ou aide permanente ou de longue durée d'une tierce personne du fait d'une perte d'autonomie importante.

L'allocation spéciale aux aidants familiaux est accordée si le total des ressources de la famille de l'aidant et de la famille de la personne nécessitant les soins ne dépasse pas 764 PLN nets par personne et par mois.

L'allocation spéciale aux aidants familiaux ne peut être cumulée avec certaines prestations, telles que retraite, pension, prestations d'accompagnement.

L'allocation de présence est la prestation versée aux soignants d'enfants ou d'adultes handicapés. Elle leur est accordée s'ils quittent leur emploi ou toute autre activité rémunérée dans le but d'apporter des soins permanents à une personne dont l'état de santé a été légitimé par:

- une décision confirmant la gravité de son handicap;
- une décision de justice concernant son handicap indiquant qu'elle a besoin de soins de longue durée ou d'une assistance permanent(e)s de la part d'un tiers en raison de sa capacité, gravement restreinte, de mener une vie indépendante.

et qui, depuis le 1^{er} juillet 2013, en vertu de la loi, ont perdu leur droit à l'allocation d'accompagnement et ne satisfont pas aux conditions de ressources permettant de percevoir l'allocation spéciale aux aidants familiaux.

La prestation est accordée sans limitation de durée. Une exception à cette règle est constituée par les cas où la décision proclamant le handicap ou l'évaluation du degré de handicap a été émise pour une durée déterminée. Dans ces hypothèses, le droit à l'allocation de présence existe jusqu'au dernier jour du mois auquel la décision susvisée ne sera plus en vigueur.

L'allocation de présence ne peut être demandée conjointement avec d'autres prestations, y compris la pension et l'allocation d'accompagnement.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Prestations d'accompagnement

Les prestations d'accompagnement sont versées quel que soit le montant des ressources de la famille.

Montant des prestations d'accompagnement (au 1 ^{er} janvier 2023)	2 458 PLN par mois
--	--------------------

Les personnes percevant des prestations d'accompagnement sont exonérées des cotisations d'assurance retraite, accident et maladie.

La demande de prestations doit être déposée auprès de la division régionale du centre d'aide sociale, et dans certains cas (p. ex. [à Varsovie](#)) auprès du bureau d'arrondissement.

Allocation spéciale aux aidants familiaux

L'allocation spéciale aux aidants familiaux est accordée si le total des ressources de la famille de l'aidant et de la famille de la personne nécessitant les soins ne dépasse pas 764 PLN nets par personne.

Montant de l'allocation spéciale aux aidants	620 PLN par mois
--	------------------

En outre, les personnes percevant cette allocation sont exonérées des cotisations d'assurance maladie, retraite et accident.

Comme pour les prestations d'accompagnement, la demande d'allocation spéciale doit être déposée auprès de la division régionale du centre d'aide sociale, et dans certains cas ([p. ex. à Varsovie](#)) auprès du bureau d'arrondissement.

L'allocation est accordée pour une durée d'un an. Pour prolonger les versements, une nouvelle demande d'allocation doit être introduite.

L'allocation de présence est accordée indépendamment des revenus de la famille.

Montant de l'allocation de présence – 620 PLN par mois.

Par ailleurs, les bénéficiaires de l'allocation sont couverts pour les cotisations d'assurance santé, de retraite et d'invalidité. La demande des prestations doit être soumise auprès du bureau régional du centre d'aide sociale et, dans certains cas de figure (par exemple, à Varsovie), au bureau de district.

Formulaires à remplir

- [Formulaire de demande de droit aux prestations d'accompagnement](#)
- [Exemple de demande de prestations d'accompagnement remplie](#)
- Formulaire de demande d'allocation spéciale aux aidants
- [Formulaire de demande de l'allocation de présence](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Prestations d'accompagnement - [description de la procédure de demande](#)
- Ministère du travail et des affaires sociales [description des prestations d'accompagnement](#)
- Allocation spéciale aux aidants familiaux - [description de la procédure de demande](#)
- [Allocation de présence – description de la procédure de demande](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Prestations sociales - vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département des affaires familiales

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117230E-mail: info@mriips.gov.pl

Internet: www.gov.pl/rodzina

Prestations d'accompagnement à long terme

Dans ce chapitre sont décrites les prestations qui reviennent aux personnes ayant un degré d'autonomie limité ou en incapacité totale de travailler.

Les prestations décrites sont:

- **Pension sociale** (*renta socjalna*)
- **Allocation de soin** (*zasilek pielęgnacyjny*)
- **Complément de soin** (*dodatek pielęgnacyjny*)
- **Prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome** (*świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

La **pension sociale** peut être accordée aux personnes de plus de 18 ans ayant une reconnaissance d'incapacité totale de travailler du fait d'une déficience organique apparue:

- avant le 18e anniversaire;
- pendant la formation scolaire ou universitaire (avant l'âge de 25 ans);
- pendant des études de doctorat;
- La pension sociale revient aux personnes résidant en Pologne.

L'**allocation de soin** est accordée aux enfants handicapés, aux jeunes ayant un degré élevé de handicap ainsi qu'aux personnes âgées.

Le **complément de soin** est un complément de retraite ou de pension destiné à couvrir partiellement les frais liés à la perte d'autonomie des personnes handicapées ou des personnes de plus de 75 ans (il ne peut pas être cumulé avec l'allocation de soin).

La **prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome** est allouée aux personnes qui ne peuvent vivre de façon indépendante en raison de limitations fonctionnelles liées à des déficiences majeures, et qui doivent assumer des frais excessifs dans leur vie quotidienne.

Pour des informations sur les prestations accordées aux travailleurs qui ont perdu la capacité de travailler, voir le chapitre « Pension d'invalidité ».

Pour des informations sur les prestations accordées aux aidants d'enfants ou adultes handicapés, se référer au chapitre « Prestations pour les aidants ».

Quelles sont les conditions à remplir?

Pension sociale: les personnes majeures (18 ans révolus), qui ont été reconnues en incapacité totale de travailler du fait d'une déficience organique peuvent en faire la demande.

Le droit à la pension sociale est suspendu si au cours d'un mois donné, la personne a perçu un revenu d'un montant total de plus de 70 % de la rémunération mensuelle moyenne du dernier trimestre. On prend en compte dans le calcul de ce revenu le montant des autres prestations et allocations ainsi que par exemple les revenus issus de la location de biens immobiliers.

L'allocation de soin est accordée aux enfants handicapés, aux jeunes ayant un degré élevé de handicap ainsi qu'aux personnes âgées.

Ont droit à l'allocation de soin:

- les enfants handicapés de moins de 16 ans;
- les personnes de plus de 16 ans avec un degré de handicap modéré ou élevé reconnu, si le handicap est apparu avant le 21^e anniversaire;
- les personnes de plus de 75 ans.

Le complément de soin est un complément de retraite ou de pension destiné à couvrir partiellement les frais liés à une perte d'autonomie.

Pour avoir droit à ce complément, la personne doit toucher une retraite ou une pension et remplir l'un des critères suivants:

- être reconnue en incapacité totale de travailler et de mener une vie autonome;
- avoir plus de 75 ans.

Les personnes ayant besoin d'un accompagnement à long terme et se trouvant dans une situation financière difficile peuvent également recevoir une aide financière dans le cadre du système d'aide sociale.

La prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome est allouée sous réserve des conditions suivantes :

- être âgé de 18 ans au moins;
- être en possession d'un certificat d'invalidité établissant l'incapacité de mener une vie autonome;
- ne pas recevoir de prestations sociales préexistantes financées par des fonds publics ni percevoir de prestations s'élevant à un montant total supérieur à 1 896,13 PLN par mois;
- résider en Pologne.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Pension sociale

La pension sociale est accordée à un montant fixe et correspond à 100 % de la pension minimale d'incapacité totale de travail.

Montant de la pension sociale (au 1^{er} mars 2022) 1 338,44 PLN par mois

Sont décomptés de la pension une cotisation au titre de l'impôt sur le revenu ainsi qu'une cotisation d'assurance maladie.

La reconnaissance d'incapacité totale de travailler et la détermination de sa durée probable sont établies par le médecin conseil du ZUS. Une personne est considérée en incapacité totale de travailler si elle n'est plus capable d'effectuer un travail quel qu'il soit.

Allocation de soin

Montant de l'allocation de soin 215,84 PLN par mois

Le versement de l'allocation de soin ne dépend pas des ressources de la famille.

Pour bénéficier de cette allocation, il convient de déposer la demande au centre local d'aide sociale, accompagnée des documents attestant du handicap.

Complément de soin

Montant du complément de soin (mars 2022) 256,44 PLN par mois

Le complément de soin n'est pas imposable. Son versement ne dépend pas des ressources de la famille.

Dans le cas des personnes de 75 ans et plus, le complément de soin est accordé automatiquement.

Dans les autres cas, il convient de déposer le certificat médical correspondant auprès de votre caisse de sécurité sociale (ZUS).

Prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome

Le montant maximum s'élève à 500 PLN par mois. Si le bénéficiaire perçoit d'autres prestations, le montant cumulé ne peut être supérieur à 1 896,13 PLN par mois.

Glossaire

Centres d'aide sociale: institutions locales qui réalisent des tâches dans le domaine de l'aide sociale, par exemple l'attribution d'allocations sociales. Des centres existent dans chaque commune.

Formulaires à remplir

- [Pension sociale](#)
- [Droit à l'allocation de soin, guide pas à pas et formulaire](#)
- Complément de soin, [information de base](#)
- [Prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome](#)
- [Prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome – formulaire de demande ESUN](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Pension sociale - informations fondamentales sur le site du ZUS](#)
- [Description détaillée de la procédure de reconnaissance des prestations par le ZUS](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Prestations sociales: vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de la sécurité sociale (concernant la pension sociale, le complément de soin et la prestation pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117390 Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mriips.gov.pl

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département des affaires familiales (concernant l'allocation de soin)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 539117230

Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mrpips.gov.pl

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS) (concernant la pension sociale, le complément de soin et la prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

E-mail: info@mriips.gov.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Numéro d'assistance joignable depuis les téléphones mobiles ou fixes nationaux et étrangers: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](#)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Recherche des caisses du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Prestations financières en cas de maladie

Dans ce chapitre sont décrites toutes les prestations financières auxquelles vous avez droit en cas de maladie et de convalescence. Vous trouverez également des informations concernant les allocations destinées aux personnes qui s'occupent d'un enfant ou d'un proche malade.

Les prestations décrites sont:

- **Indemnités maladie ou maintien de salaire** (*zasiłek chorobowy i wynagrodzenie chorobowe*)
- **Prestations de réinsertion** (*świadczenie rehabilitacyjne*)
- **Allocation de compensation** (*zasiłek wyrównawczy*)
- **Allocation de présence** (*zasiłek opiekuńczy*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Tous les salariés sont couverts par une assurance maladie obligatoire. Il est aussi possible de souscrire une assurance facultative (p. ex. pour les travailleurs indépendants ou pour les personnes travaillant sur la base de contrats de droit civil).

Les **indemnités ou le maintien de salaire en cas de maladie** sont accordés à l'assuré pour chaque jour de maladie qui justifie d'une incapacité de travailler.

Les **prestations de réinsertion** sont accordées à l'assuré qui reste en incapacité de travailler après une période de perception d'allocation maladie, lorsque le retour au travail est conditionnée par la poursuite du traitement ou un plan de réinsertion.

L'**allocation de compensation** peut être versée au salarié en cours de réinsertion qui n'est que partiellement capable de reprendre le travail, en conséquence de quoi son employeur a réduit sa rémunération.

L'**allocation de présence** est accordée aux personnes qui doivent temporairement abandonner leur emploi pour s'occuper d'un proche malade ou d'un enfant (même en bonne santé).

Dans le cadre de l'assurance maladie, une allocation de maternité peut également vous être versée - plus de détails au chapitre Parentalité.

Quelles sont les conditions à remplir?

[Les indemnités maladie et le maintien de salaire](#): les personnes couvertes par l'assurance obligatoire (p. ex. salariés) acquièrent le droit à ces prestations au bout de 30 jours d'assurance (période de latence). Pour les personnes couvertes par une assurance facultative, cette période de latence s'étend à 90 jours.

Dans certains cas, le maintien du salaire et les indemnités de maladie sont accordés dès le premier jour d'assurance, notamment pour:

- les diplômés d'établissement secondaire ou supérieur qui ont souscrit à l'assurance maladie dans les 90 jours suivant la fin de leurs études;
- les assurés victimes d'un accident sur le trajet travail-domicile;
- les personnes ayant été assurées à titre obligatoire au moins 10 ans (sauf en cas d'assurance facultative).

[Les prestations de réinsertion](#) sont accordées à l'assuré qui reste en incapacité de travailler après une période de perception d'allocation maladie.

Elles peuvent être perçues pendant 12 mois au maximum. Ces prestations ne sont pas accordées aux personnes ayant droit à certaines autres prestations, telles que retraite, pension d'invalidité, allocation chômage et préretraite.

Le médecin-conseil du ZUS évalue le droit aux prestations de réinsertion (voir Glossaire).

[L'allocation de compensation](#) est due uniquement aux travailleurs dont la rémunération a été réduite du fait de la mise en place d'un plan de réinsertion professionnelle permettant au travailleur de s'adapter ou de se former à un emploi donné.

La mise en place d'un plan de réinsertion professionnelle est décidée par le médecin du centre de médecine de travail de la voïévodie ou, comme pour l'attribution des prestations de réinsertion, par le médecin-conseil du ZUS.

[L'allocation de présence](#) est accordée aux assurés qui ne peuvent plus exercer leur emploi parce qu'ils doivent s'occuper d'un enfant de moins de 8 ans en bonne santé, d'un enfant malade de moins de 14 ans ou d'un proche malade.

L'allocation de présence est accordée à une personne s'occupant de:

- son époux/épouse;
- ses parents ou ses beaux-parents;
- ses grands-parents ou ses petits-enfants;
- ses frères ou sœurs;
- ses enfants de plus de 14 ans;
- ses enfants ou les enfants de son époux/épouse, ou d'autres enfants élevés par l'assuré ou son époux/épouse et à sa charge.

L'allocation de présence vous est versée si vous êtes la seule personne de votre foyer à pouvoir s'occuper de l'enfant ou du proche concerné. Cette règle ne s'applique pas en cas de présence auprès d'un enfant malade de moins de 2 ans.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Indemnités maladie et maintien de salaire

- **Le maintien de salaire en cas de maladie** est versé par l'employeur et est dû à l'assuré pendant les 33 premiers jours de maladie d'une année civile (ou 14 jours pour les salariés de 50 ans ou plus).
- **Les indemnités de maladie** sont versées par l'institut de sécurité sociale et dues au salarié lorsque la période de maintien de salaire s'achève, à savoir à partir du 34e jour d'incapacité de travailler dans l'année (ou du 15e jour pour les salariés de 50 ans ou plus).

Ces deux prestations sont accordées pour chaque jour d'incapacité de travailler, y compris pour les jours chômés légalement. Pour chaque jour de maladie, l'indemnité due s'élève à 1/30e de la rémunération mensuelle.

Les personnes couvertes par une **assurance maladie facultative** ont droit aux indemnités de maladie dès le premier jour de maladie (elles n'ont pas droit au maintien de salaire).

Les indemnités de maladie sont versées pour toute la période d'incapacité de travail, jusqu'à 182 jours maximum, ou 270 jours si l'incapacité est due à une tuberculose ou se présente pendant une grossesse.

Les indemnités maladie et le maintien de salaire sont **de montant égal en cas d'accident** et dépendent notamment de la cause de l'inaptitude au travail.

Cause de l'inaptitude au travail	Montant des indemnités de maladie ou du maintien de salaire
maladie ou accident (non lié au travail)	80 % du salaire
maladie ou accident nécessitant une hospitalisation	80 % du salaire (80 % dans le cas des indemnités)
accident de travail	100 % du salaire

accident sur le trajet domicile-travail	100 % du salaire
maladie professionnelle	100 % du salaire
maladie ou accident pendant la grossesse	100 % du salaire
situation liée au don d'organe (assuré donneur)	100 % du salaire

Le montant des prestations est calculé sur la moyenne mensuelle de la rémunération des 12 mois précédant l'inaptitude au travail (ou moins si une telle période n'a pas été travaillée).

Le médecin conventionné doit confirmer l'inaptitude au travail. Le document de base pour le versement du salaire maintenu ou des indemnités de maladie est le certificat d'incapacité temporaire de travail. Celui-ci doit être établi par écrit au moyen d'un formulaire spécial.

Le certificat médical d'incapacité temporaire de travail (formulaire e-ZLA) est délivré sous forme électronique par un médecin conventionné, et envoyé à l'Institut d'assurances sociales (ZUS). L'assuré doit alors informer son employeur de son incapacité temporaire de travail.

Prestations de réinsertion

Les prestations de réinsertion s'élèvent, pendant les 90 premiers jours de versement, à 90 % maximum de la rémunération touchée jusque-là. Par la suite, (et jusqu'à 12 mois maximum), les versements sont réduits à 75 % du salaire.

Si l'incapacité de travail est due à un accident de travail, une maladie professionnelle ou si elle se produit durant la grossesse, les prestations versées sont égales à 100 % du salaire (calculées, comme pour les indemnités de maladie, sur la moyenne des 12 derniers mois travaillés).

Pour faire une demande de prestations de réinsertion, il convient de déposer les documents appropriés ainsi qu'un certificat médical auprès de votre caisse de sécurité sociale (ZUS).

Allocation de compensation

L'allocation de compensation est accordée et versée durant la période de réinsertion, au plus pendant 24 mois.

L'allocation de compensation correspond à la différence entre le salaire mensuel moyen (calculé sur les 12 derniers mois) et le salaire mensuel réduit reçu pendant la réinsertion.

La nécessité d'une réinsertion est constatée par le médecin du centre de médecine du travail de voïévodie ou le médecin-conseil du ZUS.

Allocation de présence

L'allocation de présence s'élève à 80 % du salaire (établi sur la moyenne des 12 derniers mois).

Le nombre de jours maximum de perception de l'allocation dépend du type de présence.

Type de présence	Nombre de jours maximum de versement de l'allocation
auprès d'un enfant de moins de 8 ans en bonne santé	60 jours par année civile
auprès d'un enfant malade de moins de 14 ans	60 jours par année civile
auprès d'un enfant malade de plus de 14 ans	14 jours par année civile
auprès d'un autre proche malade	14 jours par année civile

La durée totale de versement de l'allocation de présence auprès d'enfants ou d'autres membres de la famille ne peut dépasser 60 jours par année civile.

Le document de base à fournir pour avoir droit à l'allocation de présence est un certificat médical établi sur un imprimé spécial. Dans le cas de la présence auprès d'un enfant de moins de 8 ans en bonne santé, une déclaration de la personne souhaitant bénéficier de l'allocation peut suffire (p. ex. en cas de fermeture exceptionnelle de l'école ou de la crèche fréquentée par l'enfant).

Glossaire

Médecin-conseil du ZUS: c'est l'organe qui évalue le degré d'incapacité de travail causée par un accident ou une maladie. Il évalue également le temps probable d'inaptitude au travail. Il est possible de faire appel de la décision du médecin-conseil auprès de la commission médicale du ZUS. Ses décisions sont la base sur laquelle se fondent les paiements de certaines prestations, telles que les prestations de réinsertion ou la pension d'invalidité.

Centre de médecine du travail de voïvodie: institution gérée par les collectivités territoriales de voïvodie qui s'occupe de la médecine du travail au sens large. Les agents du centre sont notamment chargés d'évaluer la nécessité d'une réinsertion après une maladie, ce qui est indispensable en cas de demande d'allocation de compensation.

Formulaires à remplir

- Prestation de réinsertion – [Informations de base sur le site web du ZUS](#)
- [Demande de prestation de réinsertion](#)
- Allocation de présence – [Informations de base sur le site web du ZUS](#)
- Demandes d'allocations de présence – [Z-15A et Z-15B](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Principe de fonctionnement de l'assurance maladie sur le site du ZUS](#)
- [Description des prestations de maladie sur le site du ministère du travail et des affaires sociales](#)
- L'allocation de compensation - [description sur le site du ZUS](#)

Indemnités de maladie – brochure de l'Institut de sécurité sociale (ZUS) en anglais.

- Sites et publications de la Commission européenne: [Prestations sociales - vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de la sécurité sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5
00-513 Warsaw
Tel.: +48 538117390
Internet: www.gov.pl/rodzina
E-mail: info@mriips.gov.pl

Siège de l'Institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5
01-748 Varsovie
POLOGNE
Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](https://www.skype.com/partners/zus-centrum-obslugi-tel)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Incapacité

Pensions d'invalidité

Dans ce chapitre, vous trouverez des informations sur les prestations dues à tous les salariés qui, pour une raison ou une autre, ont perdu - totalement ou en partie - la capacité d'exercer l'emploi qu'ils occupaient jusqu'alors. Ces prestations visent à compenser les pertes de salaires ou à contribuer à l'acquisition de nouvelles qualifications.

Les prestations suivantes sont présentées:

- **Pension d'invalidité** (*renta z tytułu niezdolności do pracy*)
- **Pension de reconversion** (*renta szkoleniowa*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

La **pension d'invalidité** revient aux assurés qui ont perdu - totalement ou en partie - la capacité d'exercer un emploi quelconque en raison d'une dégradation de leur état de santé.

Pension de reconversion: si une personne remplit les critères d'obtention de la pension pour inaptitude au travail et qu'elle est en mesure d'obtenir une qualification pour un autre métier, elle a droit à la pension de reconversion.

Ces deux prestations sont versées par [pension d'invalidité](#), laquelle verse également une pension de survie en cas de décès d'une personne ayant sa famille à charge.

Votre inaptitude au travail est due à un **accident de travail** ou à une **maladie professionnelle**? Pour toute information sur les prestations qui vous reviennent, consultez le chapitre « Accidents de travail et maladies professionnelles ».

Pour les prestations dues aux personnes handicapées, consultez le chapitre « Prestations d'accompagnement à long terme ».

Si vous cherchez des informations sur les prestations dont peuvent bénéficier les aidants des personnes handicapées, consultez le chapitre « Prestations pour les aidants ».

Quelles sont les conditions à remplir?

[La pension d'invalidité](#) vous est due si:

- vous avez été reconnu inapte au travail;
- votre inaptitude au travail est apparue alors que vous étiez assuré (p. ex. salarié, chômeur indemnisé, etc.) ou dans les 18 mois suivant la fin d'une période d'assurance;
- vous disposez des périodes cotisées et non cotisées nécessaires (voir le glossaire), en fonction de l'âge auquel votre inaptitude au travail est apparue:

Durée nécessaire des périodes cotisées et non cotisées	Âge auquel l'inaptitude au travail est apparue
1 an	avant le 20e anniversaire
2 ans	20-22 ans
3 ans	22-25 ans
4 ans	25-30 ans
5 ans	au-dessus de 30 ans

La période de 5 ans exigée pour les personnes dont l'inaptitude au travail est apparue après 30 ans, doit s'inscrire dans les 10 années précédant la demande de pension ou le jour de survenue de l'inaptitude au travail.

La condition relative aux périodes cotisées et non cotisées exigées ne s'applique pas pour les personnes devenues inaptes au travail à la suite d'un accident survenu sur le trajet domicile-travail.

[La pension de reconversion](#) vous revient si vous remplissez les critères d'obtention de la pension pour inaptitude au travail, que vous n'êtes plus en mesure d'effectuer le travail demandé dans votre métier et que vous devez obtenir de nouvelles qualifications pour exercer un autre métier.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Pension d'invalidité

Vous trouverez ci-dessous les montants minimaux de pension d'invalidité. Données en vigueur au 1^{er} mars 2022:

Pension d'invalidité minimale	1 338,44 PLN bruts par mois
pension d'invalidité minimale	1 003,83 PLN bruts par mois

La pension d'invalidité peut être augmentée. Son montant dépend:

- du degré de l'incapacité de travail (totale ou partielle);
- de la durée des périodes cotisées et non cotisées (voir glossaire);
- du salaire perçu.

Une personne est considérée totalement inapte au travail si elle a perdu la capacité d'effectuer un travail quel qu'il soit.

Une personne est considérée partiellement inapte au travail si elle a perdu à un degré significatif la capacité d'exercer l'emploi pour lequel elle est qualifiée.

L'évaluation de l'inaptitude au travail et de son degré est réalisée sous forme de décision (reconnaissance) par le médecin-conseil de l'institut de sécurité sociale (ZUS). Cette reconnaissance est la base sur laquelle se fondent les décisions relatives aux prestations.

La personne concernée peut déposer un recours contre la décision du médecin-conseil du ZUS auprès de la commission médicale du ZUS dans un délai de 14 jours suivant la date de notification de la décision.

Les personnes remplissant les conditions d'une pension pour inaptitude au travail peuvent se voir accorder une pension fixe ou temporaire.

La **pension fixe** revient aux personnes dont l'inaptitude au travail est jugée durable. La **pension temporaire** revient aux personnes dont l'inaptitude au travail a un caractère temporaire. Elle est accordée pour la période indiquée dans la décision. Pension de reconversion

Pension de reconversion

La pension de reconversion est calculée de manière similaire à la pension d'invalidité. Elle s'élève à 75 % de la base de calcul de la pension (voir glossaire) et ne peut pas être inférieure au montant minimal de la pension d'invalidité temporaire.

Montant minimal de la pension de reconversion (chiffre en vigueur au 1 ^{er} mars 2022)	1 003,83 PLN par mois
---	-----------------------

La pension de reconversion peut être obtenue pour une période de 6 mois, avec la possibilité de réduire cette période ou de la prolonger de 30 mois maximum.

Elle est accordée par l'organisme responsable des pensions, à savoir l'institut de sécurité sociale (ZUS).

Glossaire

Périodes cotisées et non cotisées: il s'agit des périodes prises en compte pour l'établissement des droits à la retraite et pour les droits à la pension d'invalidité. Elles servent également de base pour la fixation du montant des prestations.

Périodes cotisées: périodes pendant lesquelles des cotisations d'assurance retraite et accident sont payées, c'est-à-dire les périodes d'emploi, de conduite d'une entreprise, ou encore de perception d'une allocation de maternité.

Périodes non cotisées: périodes pendant lesquelles aucune cotisation n'a été versée, mais qui, eu égard à leur caractère spécifique, sont prises en compte dans l'attribution des prestations susmentionnées. Les périodes non cotisées recouvrent notamment les périodes de perception d'allocations maladie et de présence, de prestations de réinsertion, mais aussi d'études supérieures, à condition cependant que ces études aient été menées à terme.

Base de calcul des pensions et retraites: montant sur la base duquel sont calculées les prestations de retraite et de pension. Ce montant est calculé à partir des revenus obtenus sur une période de 10 années civiles consécutives (choisie sur les 20 années précédant le dépôt de la demande de prestations) ou sur une période de 20 années d'assurance choisie librement. Pour plus de détails sur le calcul du montant des retraites et pensions d'invalidité, voir [le site du ZUS](#).

Formulaires à remplir

- Demande de pension pour inaptitude au travail: [ZUS ERN](#)
- Description de la procédure de demande de pension [sur le site du ZUS](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Informations au sujet des périodes cotisées et non cotisées sur le [site du ZUS](#)
- [Description](#) détaillée de la procédure de reconnaissance des prestations par le ZUS

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Pensions d'invalidité à l'étranger: vos droits à l'étranger en tant que résidents de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille, et de la politique sociale - département de la sécurité sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5
00-513 Varsovie
Tél. +48 538117390POLOGNE
Internet: www.gov.pl/rodzina
E-mail: info@mips.gov.pl

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5
01-748 Varsovie
POLOGNE

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe, national ou étranger: +48 225601600
Skype: [zus centrum obslugi tel](https://www.zus.pl/centrum_obslugi_tel)
Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Accidents du travail et maladies professionnelles

Ce chapitre décrit les prestations auxquelles vous avez droit si vous avez été victime d'un accident de travail ou si vous avez contracté une maladie professionnelle résultant en une incapacité de travailler.

Les prestations décrites sont:

- **Pension pour accident du travail ou pour maladie professionnelle** (*renta z tytułu niezdolności do pracy spowodowana wypadkiem przy pracy lub chorobą zawodową*)
- **Versement unique** (*jednorazowe odszkodowanie*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Est considéré comme **accident du travail** un évènement soudain provoqué par un facteur extérieur qui cause une lésion ou un décès et qui est survenu en lien avec le travail.

Une **maladie professionnelle** est une maladie qui figure dans la liste des maladies professionnelles lorsqu'elle a été causée par des éléments du lieu de travail préjudiciables à la santé ou par l'exercice même du travail.

Des prestations sont versées par l'assurance des accidents du travail, qui couvre la majorité des travailleurs. Cette assurance ne peut être souscrite sur une base volontaire.

Quelles sont les conditions à remplir?

[Les prestations pour incapacité de travail](#) sont dues à l'assuré qui est devenu inapte au travail à la suite d'un accident de travail ou d'une maladie professionnelle.

Les prestations sont dues quelles que soient la durée d'assurance accident et la date de survenue de l'inaptitude au travail.

Un versement unique est versé à l'assuré qui, à la suite d'un accident de travail ou d'une maladie professionnelle, a connu une atteinte permanente ou à long terme à sa santé.

Un dédommagement est versé aux membres de la famille de l'assuré qui est décédé des suites d'un accident de travail ou d'une maladie professionnelle.

En dehors des prestations susmentionnées, en cas d'accident de travail ou de maladie professionnelle peuvent également être accordés:

- **indemnités maladie** (*zasilek chorobowy*) versées pendant les premiers 182 jours;
- **prestations de réinsertion** (*świadczenie rehabilitacyjne*);
- **allocation de compensation** (*zasilek wyrównawczy*).

Pension de reconversion (*renta szkoleniowa*) accordée aux personnes qui ne peuvent plus exercer leur métier en raison d'un accident, mais pourront exercer un autre métier après avoir suivi une formation.

Pension de survie (*renta rodzinna*) versée aux membres de la famille en cas de décès d'un assuré ou d'une personne percevant une pension suite à un accident de travail ou à une maladie professionnelle.

Complément à la pension de survie - pour les orphelins absolus (*dodatek do renty rodzinnej dla sieroty zupełnej*).

Complément de soin (*dodatek pielęgnacyjny*).

Couverture des frais liés aux soins dentaires et de vaccination préventive et d'équipements orthopédiques (dans les cas visés par la législation).

Pension de survie versée aux membres de la famille en cas de décès d'un assuré ou d'une personne percevant une pension suite à un accident de travail ou à une maladie professionnelle.

Complément à la pension de survie - pour les orphelins absolus.

Complément de soin.

Couverture des frais liés aux soins dentaires et de vaccination préventive et d'équipements orthopédiques (dans les cas visés par la législation).

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Pension pour incapacité de travail causée par un accident ou une maladie professionnelle

Vous trouverez ci-dessous les montants minimaux des prestations. Données au 1^{er} mars 2021:

pension pour accident du travail ou pour une maladie professionnelle et pension de survie	Minimum 1 606,13 PLN par mois
pension pour incapacité partielle de travail liée à un accident ou à une maladie professionnelle	Minimum 1 204,60 PLN par mois

Indemnisation forfaitaire pour accident du travail ou maladie professionnelle

Entre le 1^{er} avril 2022 et le 31 mars 2023, le montant forfaitaire total du versement unique pour l'indemnisation d'un accident du travail s'élève à:

1 133 PLN	pour chaque pourcent de préjudice permanent ou durable à la santé;
1 133 PLN	pour chaque pourcent supplémentaire de préjudice permanent ou durable à la santé, si du fait d'une aggravation de l'état de santé, le préjudice à la santé augmente d'au moins 10 points de pourcentage par rapport au taux présent au moment de la reconnaissance de la prime;
19 819 PLN	pour une reconnaissance d'inaptitude totale au travail et d'inaptitude à la vie autonome de l'assuré, mais aussi suite à l'aggravation de l'état de santé du bénéficiaire;
101 926 PLN	si la prime de dédommagement revient au conjoint ou à l'enfant de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé;
50 963 PLN	si la prime de dédommagement revient à un membre de la famille de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé autre que son conjoint ou son enfant;
101 926 PLN	si la prime de dédommagement revient à la fois au conjoint et à un ou plusieurs enfants de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé, plus 19 819 PLN de supplément de dédommagement pour chacun de ces enfants;
101 926 PLN	si la prime de dédommagement revient à au moins deux enfants de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé, plus 19 819 PLN de supplément de dédommagement pour le deuxième enfant et les suivants;
19 819 PLN	si, en plus du conjoint ou des enfants, la prime de dédommagement revient également à d'autres proches de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé; ce montant est dû à chacun d'entre eux, indépendamment du dédommagement dû au conjoint ou aux enfants;
50 963 PLN	si la prime de dédommagement revient uniquement à des proches de l'assuré ou du bénéficiaire de la pension décédé autres que l'e conjoint ou les enfants, plus 19 819 PLN de supplément de dédommagement pour le deuxième ayant droit et les suivants.

Pour présenter une demande de pension pour inaptitude au travail et de prime de dédommagement, il convient de déposer la demande correspondante auprès de la caisse de l'institut de sécurité sociale.

Formulaires à remplir

- Pension pour inaptitude au travail causée par un accident du travail ou une maladie professionnelle: [informations de base sur le site web du ZUS](#)
- Prime de dédommagement: [informations de base sur le site web du ZUS](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Principes de fixation du montant de la pension d'invalidité](#)
- [Montants des primes de dédommagement pour préjudice à la santé causé par un accident du travail ou une maladie professionnelle](#)
- [Qui est couvert par l'assurance des accidents du travail et des maladies professionnelles](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Chômage et prestations sociales: vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - département de la sécurité sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5
00-513 Varsovie
Tél. +48 538117390
POLOGNE
E-mail: info@mriips.gov.pl
Internet: www.gov.pl/rodzina

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5
01-748 Varsovie
POLOGNE
Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

skype: [zus centrum obslugi tel](#)

adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Vieillesse et décès

Retraites

Cette section présente le fonctionnement du système des retraites polonaises. Vous apprendrez quand et comment demander les **prestations de retraite** (*emerytura*) et quelles sont les conditions à remplir pour y prétendre.

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

En Pologne, les **retraites** sont versées à toute personne couverte par l'assurance retraite. Cette assurance est obligatoire pour tous les salariés et pour certains autres groupes sociaux (p. ex. soldats, prêtres - [voir la liste complète ici](#)). Il est également possible de souscrire une assurance facultative.

Les retraites sont payées par l'institut de sécurité sociale, le ZUS (voir glossaire ci-dessous). Elles sont financées à partir des cotisations patronales et salariales, transmises par l'employeur au nom du salarié.

Les critères d'obtention des droits à la retraite et les principes de fixation de leur montant dépendent du groupe d'âge auquel l'assuré appartient. Certains groupes professionnels ont d'autres principes de reconnaissance des retraites (p. ex. les mineurs, les officiers en uniforme).

Quelles sont les conditions à remplir?

Les conditions d'obtention de la retraite sont différentes selon la date de naissance de l'assuré.

Assurés nés avant le 1^{er} janvier 1949

[Retraites des assurés nés avant le 1^{er} janvier 1949](#): les personnes nées avant cette date acquièrent le droit à la retraite au moment où elles remplissent les deux critères suivants:

- atteindre l'âge de départ à la retraite, à savoir 60 ans pour les femmes et 65 ans pour les hommes;
- pouvoir attester de la période d'assurance requise, à savoir 20 ans pour les femmes et 25 ans pour les hommes.

Cette retraite sera augmentée s'il s'avère que son montant est inférieur à la retraite minimale légale.

La retraite est également accordée aux personnes qui ont atteint l'âge de départ à la retraite et disposent d'un total de périodes cotisées et non cotisées d'au moins 15 ans pour les femmes et 20 ans pour les hommes. Dans ce cas, cependant, le montant minimal de retraite n'est pas garanti.

Assurés nés après le 31 décembre 1948

[Retraites des assurés nés après le 31 décembre 1948](#): les personnes nées après cette date acquièrent le droit à la retraite au moment où elles atteignent l'âge de départ à la retraite.

Depuis le 1^{er} octobre 2017, l'**âge de départ à la retraite** est ramené à 60 ans pour les femmes et 65 ans pour les hommes, indépendamment de leur date de naissance.

Le montant des retraites des personnes nées après le 31 décembre 1948 dépend avant tout des cotisations de retraite cumulées.

Les assurés peuvent choisir l'une des deux options de cumul de cotisations ci-après:

- l'ensemble des cotisations est placé sur un compte de retraite individuel auprès de l'institut de sécurité sociale;
- une partie des cotisations est placée sur le compte de l'assuré auprès du **Fonds ouvert des retraites** (voir définition dans le glossaire), lequel les investit sur le marché des capitaux. Le reste des cotisations est placé auprès de l'institut de sécurité sociale (ZUS).

Parmi les personnes nées après le 31 décembre 1948, certains groupes de personnes peuvent prétendre à une retraite anticipée - la liste des personnes concernées se trouve [ici](#).

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Pour les personnes nées **avant le 1er janvier 1949**, le montant de la retraite dépend:

- du nombre de trimestres cotisés et non cotisés dont l'assuré peut attester;
- du montant de la retraite de base en vigueur au jour d'acquisition du droit à la retraite;
- de la base de calcul.

Pour les personnes de ce groupe d'âge, le montant des retraites ne dépend pas du montant des cotisations prélevées au cours de la carrière.

Pour les personnes nées **après le 31 décembre 1948**, la base de calcul de la retraite correspond au montant total des cotisations versées par l'assuré. Ce montant comprend les cotisations d'assurance retraite cumulées sur le compte plus le capital de départ, c'est-à-dire les périodes d'assurance cotisées et non cotisées avant le 1^{er} janvier 1999.

Les personnes nées entre le 31 décembre 1948 et avant le 1^{er} janvier 1969 font exception: si elles attestent d'une ancienneté suffisante, elles peuvent choisir un départ à la [retraite anticipée](#). Dans ce cas, le montant de la retraite sera calculé selon les règles applicables aux travailleurs nés avant le 1^{er} janvier 1949. Si elles ne choisissent pas une retraite anticipée, ces personnes seront soumises au même système que toutes les personnes nées après 1948.

La retraite ne peut pas être supérieure à sa base de calcul, ni inférieure au montant de la retraite minimale. Ce montant s'élève actuellement à:

Retraite minimale légale (chiffre en vigueur au 1^{er} mars 2022) 1 338,44 PLN bruts par mois

La décision de reconnaissance de la retraite est émise par la caisse de l'institut de sécurité sociale (voir glossaire ci-dessous) du lieu de résidence du demandeur. La procédure de reconnaissance de la retraite débute après dépôt de la demande.

Les retraites sont revalorisées le 1^{er} mars de chaque année. La revalorisation se fait automatiquement, il n'est pas nécessaire d'en faire la demande.

Glossaire

Institut de sécurité sociale (ZUS): il prélève toutes les cotisations de sécurité sociale et les transmet ensuite aux institutions compétentes. Le ZUS et ses caisses régionales sont responsables des prestations financières relatives aux maladies, à la maternité, à la retraite, aux pensions d'invalidité, aux pensions de survie, aux accidents du travail et aux maladies professionnelles.

Fonds ouvert des retraites (OFE) - fonds de retraite géré par des institutions financières privées qui investissent sur le marché des capitaux. Les assurés ne placent pas leurs cotisations directement sur les fonds de retraite mais les versent au ZUS en même temps que les cotisations sociales. Le ZUS est chargé de transférer une partie des cotisations d'assurance retraite sur le fonds de retraite choisi par l'assuré. Les fonds sont étroitement surveillés et contrôlés par l'État.

Formulaires à remplir

- Demande de retraite - [formulaire ZUS Rp-1E](#)
- Questionnaire sur les périodes cotisées et non cotisées - [formulaire ZUS ERP-6](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Description détaillée de la procédure de reconnaissance des prestations par le ZUS](#)
- Calcul du montant prévu de la pension de retraite: [simulateur de retraite du ZUS](#)
- [Règles pour la coordination des retraites entre États membres de l'UE](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Retraite à l'étranger: vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de la sécurité sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117390

Internet: www.mpips.gov.pl

E-mail: info@mriips.gov.pl

Siège de l'institut de sécurité sociale

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

skype: [zus centrum obslugi tel](#)

adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Prestations de survie

Ce chapitre décrit les prestations auxquelles vous pouvez prétendre en cas de décès d'un proche exerçant un emploi ou percevant une retraite ou une pension d'invalidité. Vous y trouverez également des informations sur les indemnités qui peuvent vous aider à couvrir les frais d'obsèques d'un proche.

Les prestations suivantes sont abordées:

- **Pension de survie** (*renta rodzinna*)
- **Allocation pour frais d'obsèques** (*zasilek pogrzebowy*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

La **pension de survie** revient aux proches d'un défunt qui avait droit, au moment de son décès, à une retraite ou à une pension d'invalidité ou qui remplissait les conditions d'obtention de l'une de ces prestations (par exemple, après avoir cotisé suffisamment longtemps à l'assurance accident. Pour en savoir plus sur les conditions spécifiques, consultez les chapitres « Retraites » et « Pensions d'invalidité »). La pension est également

accordée aux proches d'un défunt qui percevait une retraite anticipée ou des prestations de préretraite.

L'**allocation pour frais d'obsèques** est reconnue à la personne qui prend en charge les frais d'obsèques. Ces indemnités peuvent également être versées à une institution, si celle-ci a couvert les frais d'obsèques. Il peut donc s'agir de l'employeur, d'un foyer d'aide sociale, d'une commune, d'un département, etc.

L'allocation pour frais d'obsèques est versée une seule fois.

Quelles sont les conditions à remplir?

Les personnes suivantes peuvent faire la demande de [pension de survie](#):

- a) les enfants (du défunt, de son conjoint ou adoptés) qui répondent à l'un des critères suivants:
 - jusqu'à ce qu'ils atteignent l'âge de 16 ou 25 ans si l'enfant est aux études (si l'enfant atteint l'âge de 25 ans, tout en étant étudiant en dernière année dans un établissement de l'enseignement supérieur, le droit à la pension est prolongée jusqu'à la fin de l'année de étude);
 - indépendamment de l'âge s'ils étaient devenus complètement incapable de travailler avant d'atteindre l'âge de 16 ou 25 si aux études.
- b) les petits-enfants, les frères et sœurs et d'autres enfants élevés par le défunt avant leur majorité, s'ils répondent aux critères ci-dessus et sont élevés par le défunt depuis au moins un an au moment du décès de l'assuré (ou du retraité ou du pensionnaire);
- c) la veuve (ou le veuf) qui répond à l'un des critères suivants:
 - au moment du décès du mari (femme) le conjoint est âgé de 50 ans ou est incapable de travailler;
 - indépendamment de l'âge, mais élevant au moins un enfant, petits-enfants ou un parent ayant droit à une pension de survie après le décès de la personne, l'enfant étant âgé de moins de 16 ans et moins de 18 ans s'il est toujours scolarisé, indépendamment de l'âge, mais le conjoint fournit des soins à un enfant incapable de travailler;
- d) les conjoints divorcés, s'ils avaient droit à une pension alimentaire de la part du défunt et remplissent l'un des critères applicables aux veufs;
- e) les parents du défunt, s'ils remplissent les critères applicables aux veufs ou si l'enfant défunt participait dans une mesure considérable à leur subsistance.

Les enfants ne perdent pas le droit à la pension de survie s'ils se marient, ni les veufs s'ils se remarient.

[L'allocation pour frais d'obsèques](#) est due en cas de décès:

- d'un assuré;
- d'une personne percevant une retraite ou une pension;
- d'un proche d'un assuré, d'un retraité ou d'un pensionnaire.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Pension de survie

Pour l'évaluation des droits à pension, on considère que le défunt est en incapacité totale de travailler. Le montant de la pension qu'il recevrait est donc calculé selon ce critère, puis sur cette base, le montant de la pension de survie en fonction des principes ci-après:

pour un ayant droit	85% des prestations auxquelles aurait droit le défunt
pour deux ayants droit	90 % des prestations auxquelles aurait droit le défunt

pour trois ayants droit ou plus 95 % des prestations auxquelles aurait droit le défunt

Pour connaître les principes de reconnaissance de la pension pour incapacité totale de travail, consultez le chapitre « Pensions d'invalidité ».

Une seule pension revient à l'ensemble des ayants droit, mais en cas de nécessité, elle peut être partagée entre les différentes personnes concernées.

La pension qui devrait revenir au défunt (donc le montant à partir duquel on calcule la pension de survie) ne peut être inférieure au montant de la pension minimale.

Pension minimale (chiffre en vigueur au 1^{er} mars 2022) 1 338,44 PLN par mois

La décision de reconnaissance de la pension de survie est prise par l'organisme local chargé des pensions, c'est-à-dire la caisse de sécurité sociale.

Pour obtenir la reconnaissance d'une pension, il convient de déposer une demande ad hoc.

La décision est émise dans un délai de 30 jours à compter de l'accomplissement du dernier des critères exigés pour la reconnaissance des droits à pension. Le demandeur a le droit de faire appel de la décision de l'organisme des pensions.

Allocation pour frais d'obsèques

L'allocation pour frais d'obsèques est versée une seule fois.

Montant des indemnités pour frais d'obsèques 4 000 PLN

La demande à cet égard doit être déposée dans les 12 mois suivant le décès de la personne concernée par cette allocation. Au-delà de ce délai, les droits à l'allocation expirent.

L'allocation pour frais d'obsèques est payée par les caisses de l'institut de sécurité sociale.

Formulaires à remplir

- Demande de pension de survie - [ZUS ERR](#)
- Si la pension de survie est demandée par plusieurs personnes, il convient de joindre l'annexe [ZUS Rw-3](#)
- Demande de versement d'indemnités pour frais d'obsèques - [ZUS Z-12](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits - il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Comment faire la demande de pension de survie - [guide du ZUS](#)
- [Description détaillée de la procédure de reconnaissance des prestations par le ZUS](#)
- [Informations concernant l'allocation pour frais d'obsèques](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- [Allocations de décès: vos droits à l'étranger en tant que citoyen de l'UE](#)

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de l'assistance et de l'intégration sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117390

Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mriips.gov.pl

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel d'une ligne nationale fixe: 801400987

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](https://www.skype.com/join/zus-centrum-obslugi-te)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Aide sociale

Prestations d'assistance sociale

Dans ce chapitre, nous décrivons les prestations d'assistance sociale en Pologne. Il s'agit de prestations en argent et en nature qui aident à faire face à des situations difficiles, familiales ou financières par exemple.

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Le but principal de l'assistance sociale est d'aider les personnes et les familles à faire face aux situations difficiles de la vie, de les amener à une situation d'indépendance et de leur permettre de vivre dans des conditions décentes.

Les **prestations d'assistance sociale** ne dépendent pas de cotisations, il ne faut donc pas avoir d'antécédents de cotisations à une assurance quelle qu'elle soit pour pouvoir en bénéficier. Ces prestations reviennent aux personnes et aux familles dont les ressources ne dépassent pas un certain seuil.

L'assistance sociale comprend des prestations financières et des prestations en nature (non financières). Il existe notamment des allocations, des aides aux familles touchées par certaines situations comme la violence familiale, la pauvreté, l'absence de domicile fixe, le décès des parents ou une aide dans des situations d'adversité ou de catastrophe naturelle.

Quelles sont les conditions à remplir?

Les [prestations d'assistance sociale](#) reviennent aux personnes et aux familles dont les ressources ne dépassent pas un certain plafond, dit critère de ressources. Les citoyens polonais, de l'Union européenne et d'autres pays qui résident en Pologne peuvent bénéficier de ces prestations.

Le plafond du critère de ressources signifie que les ressources nettes du demandeur des prestations ne peuvent pas dépasser:

pour une personne seule	776 PLN par mois
par personne dans une famille	600 PLN par mois

Dans le calcul des ressources, on prend en compte la somme des revenus nets du dernier mois de la famille. Le conseil communal, par voie de décision, peut augmenter le seuil donnant droit aux allocations temporaires et ciblées.

La personne ou la famille qui souhaite obtenir une aide sociale peut s'adresser au centre d'aide sociale de son lieu de résidence (il existe des centres dans chaque commune).

La reconnaissance des prestations d'aide sociale est basée sur une enquête de circonstances qui vise à établir la situation personnelle, familiale et financière (ressources et patrimoine) des demandeurs d'aide sociale. Un travailleur social mène cette enquête dans les 14 jours suivant le dépôt de la demande.

Le demandeur a droit de faire appel de toute décision du travailleur social.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

L'assistance sociale comprend des prestations en argent et en nature.

Les prestations financières de base d'aide sociale sont les suivantes:

- [allocation permanente](#) (*zasitek staly*) constituant un complément de revenu pour les personnes en incapacité totale de travailler en raison de leur âge ou d'un handicap. Ces personnes peuvent également bénéficier de prestations d'accompagnement à long terme;
- [allocations temporaires](#) (*zasitek okresowy*) pour les personnes ou les familles sans revenu ou dont les revenus sont inférieurs au seuil légal et dont les ressources financières sont insuffisantes pour combler les besoins vitaux. Si la situation

financière difficile découle de la perte d'un emploi, la personne peut avoir droit à des prestations de chômage;

- [allocation ciblée et allocation spéciale ciblée](#) (*zasilek celowy i specjalny zasilek celowy*): prestations versées une seule fois aux personnes et aux familles afin de leur permettre de combler des besoins vitaux indispensables (p. ex. achat de médicaments, de combustible de chauffage);
- [allocation et prêt pour l'indépendance économique](#) (*zasilek i pożyczka na ekonomiczne usamodzielnienie*);
- [aide à l'accès à l'indépendance et à la poursuite des études](#) (*pomoc na usamodzielnienie oraz kontynuowanie nauki*);
- prestations financières destinées à la subsistance et à la couverture des frais liés à l'apprentissage de la langue polonaise pour les étrangers;
- [prestation parentale complémentaire](#) (*rodzicielskie świadczenie uzupełniające, Mama 4 Plus*).

Montant des allocations:

montant maximal de l'allocation permanente	719 PLN par mois
montant minimal de l'allocation permanente	30 PLN par mois
montant maximal de l'allocation temporaire	20 PLN par mois
prestation parentale complémentaire	égale à la pension de vieillesse la moins élevée (1 338,44PLN au 1 ^{er} mars 2022) Lorsque des parents ont déjà droit à une pension mais qu'elle est inférieure à la pension minimum de vieillesse, la présente prestation vient la compléter de manière atteindre le montant minimum de la pension de vieillesse.

L'assistance sociale peut également fournir des prestations en nature (non financières), telles que:

- billets de transports en commun préfinancés;
- cotisations d'assurance maladie et sociale;
- organisation des obsèques;
- conseils spécialisés;
- travail social;
- dans des cas d'urgence, gîte, couvert et rudiments vestimentaires;
- services d'accompagnement à la personne dépendante;
- séjour et services dans les foyers d'aide sociale;
- formations, conseil à la famille et thérapie familiale.

La prestation parentale complémentaire est octroyée aux personnes suivantes :

- la mère qui a donné naissance et élevé quatre enfants au moins;
- le père qui a élevé quatre enfants au moins en cas de décès de la mère ou lorsque la mère a abandonné ses enfants ou ne les a pas élevés.

La prestation parentale complémentaire peut être octroyée sur demande de la personne concernée pour autant que les conditions suivantes soient remplies :

- la mère ou le père a atteint l'âge requis, à savoir 60 et 65 ans respectivement;
- la personne concernée a donné naissance et élevé quatre enfants au moins;

- le parent ne dispose pas d'une source de revenus suffisante pour assurer les moyens de subsistance indispensables (en ce compris le droit à une pension équivalant au moins à la pension minimum de vieillesse allouée en Pologne);
- les personnes concernées vivent en Pologne et ont eu l'essentiel de leurs intérêts personnels et économiques en Pologne pendant 10 années au moins depuis l'âge de 16 ans.

Formulaires à remplir

Pour obtenir des prestations d'assistance sociale, il convient de déposer une demande auprès du centre d'aide sociale compétent. [Vous trouverez ici une liste de modèles de demandes publiée sur le site du centre communal d'aide sociale de Szemud.](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Informations sur l'assistance sociale en Pologne - site du ministère de la famille et de la politique sociale](#)
- [Prestation parentale complémentaire – information de base](#)
- [Prestation parentale complémentaire – formulaire de demande ERSU](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

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

Qui contacter?

Ministère de la Famille et de la politique sociale - Département de l'assistance et de l'intégration sociale (concernant les allocations)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117280 Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mriips.gov.pl

Ministère de la Famille et de la politique sociale – Département de l'assurance sociale (concernant la prestation parentale complémentaire)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

Tél.: +48 538117390 Internet: www.gov.pl/rodzina

E-mail: info@mpips.gov.pl

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS) (concernant la prestation parentale complémentaire)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](#)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Chômage

Prestations de chômage

Dans ce chapitre, vous trouverez des informations sur les prestations auxquelles vous avez droit si vous perdez votre emploi. Vous connaîtrez également les conditions nécessaires pour bénéficier d'une allocation de chômage en cas de perte d'emploi.

Les prestations décrites sont les suivantes:

- **Allocation de chômage** (*zasiłek dla bezrobotnych*)
- **Prestations de préretraite** (*świadczenie przedemerytalne*)

Dans quelle situation ai-je droit à des prestations?

Si vous avez travaillé au moins 365 jours dans les 18 derniers mois et que vous avez perçu au moins le [salaire minimum](#), vous pouvez avoir droit à l'**allocation de chômage**. Pour demander cette allocation, vous devez vous inscrire auprès de l'agence pour l'emploi de votre district de résidence. L'allocation vous est reconnue si vous ne recevez aucune offre d'emploi, de stage ou de formation.

L'allocation vous revient de la même manière si vous étiez salarié ou si vous travailliez à votre compte. L'essentiel est d'avoir versé chaque mois au Fonds pour l'emploi les cotisations obligatoires. Cette obligation concerne votre employeur, ou vous-même si vous êtes indépendant.

Vous pouvez également bénéficier de **prestations de préretraite**, si vous avez été licencié, que vous disposez d'annuités suffisantes et que vous approchez de l'âge de la retraite. La demande relative à ces prestations ne peut être déposée qu'après six mois de perception de l'allocation de chômage.

Quelles sont les conditions à remplir?

Pour avoir droit à l'allocation de chômage, vous devez:

- avoir travaillé au moins 365 jours dans les 18 derniers mois; les périodes d'emploi dans les autres États membres de l'UE sont également prises en compte;
- avoir perçu durant cette période au moins le salaire minimal;
- s'inscrire à l'agence pour l'emploi de district;
- ne pas recevoir d'offre d'emploi, de stage ou de formation.

Pour avoir droit aux prestations de préretraite, vous devez remplir les conditions suivantes:

- être inscrit comme demandeur d'emploi;
- percevoir pendant au moins 6 mois l'allocation de chômage;
- attester d'une période d'emploi suffisamment longue - en fonction de votre situation individuelle;
- s'approcher de l'âge de la retraite;
- avoir perdu votre emploi pour des motifs relatifs à l'employeur (faillite ou insolvabilité de l'employeur);
- dans les 30 jours suivant l'émission par l'agence pour l'emploi de district d'un document attestant de la perception d'allocations de chômage depuis 6 mois, déposer une demande ad hoc à la caisse locale de la sécurité sociale.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Allocation de chômage

Pour demander l'allocation de chômage, vous devez vous inscrire à l'Agence pour l'emploi de votre district (lien vers la liste des agences pour l'emploi de chaque district dans la

section "Qui contacter?"). Vous recevrez cette allocation pendant 6 ou 12 mois. Le montant des allocations dépendra de votre ancienneté.

Vous avez droit à l'allocation de chômage pendant 12 mois si vous remplissez l'une des conditions ci-après:

- le taux de chômage de votre district est supérieur à 150 % de la moyenne nationale;
- vous avez plus de 50 ans et vous avez travaillé au moins 20 ans;
- vous avez un enfant de moins de 15 ans à charge et votre conjoint(e) est également au chômage, mais a déjà perdu ses droits d'indemnisation.

Si vous ne remplissez pas au moins une des conditions ci-dessus, vous percevrez des allocations pendant 6 mois.

Les montants s'établissent comme suit au 1^{er} septembre 2021:

Ancienneté	Montant pendant les 3 premiers mois de perception d'allocation (par mois)	Montant pendant les mois suivants de perception d'allocation (par mois)
jusqu'à 5 ans	1 043,30 PLN	819,30 PLN
de 5 à 20 ans	1 304,10 PLN	1 024,10 PLN
20 ans ou plus	1 565 PLN	1 229 PLN

Les montants ci-dessus sont des montants bruts, sur lesquels sont prélevés des cotisations d'assurance maladie et des impôts sur le revenu.

Prestations de préretraite

Montant au 1^{er} mars 2022

Montant des prestations de préretraite (par mois)	1 600,70 PLN
---	--------------

Les prestations de préretraite peuvent être perçues jusqu'au moment où l'âge de départ à la retraite est atteint. Elles ne peuvent être cumulées avec aucune autre prestation, par exemple la pension de survie. Comme pour l'allocation de chômage, le montant ci-dessus est donné en brut.

Formulaires à remplir

- Il convient de contacter l'agence pour l'emploi de votre district pour vous inscrire comme demandeur d'emploi. Certaines agences permettent une partie des démarches d'inscription par [Internet](#)
- Comment [s'inscrire](#) en tant que chômeur ?
- [Documents nécessaires pour s'inscrire en tant que demandeur d'emploi](#)
- [Documents nécessaires pour l'inscription des personnes ayant travaillé dans les États de l'UE/EEE](#)
- Demande de prestations de préretraite - [ZUS ESP](#)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Manuel des chômeurs et des demandeurs d'emploi](#)
- [Services publics de l'emploi - taux, montants, index en vigueur](#)

- [Les droits aux allocations de chômage en cas de déménagement au sein de l'Union européenne](#)
- [Informations spécifiques sur les prestations de préretraite](#)

Sites et publications de la Commission européenne:

- http://europa.eu/youreurope/citizens/work/unemployment-and-benefits/index_fr.htm

Qui contacter?

Ministère du Travail (par rapport à l'allocation de chômage)

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

Tel.: +48 538117671

Internet: www.gov.pl/rodzina

Email: info@mrips.gov.pl

[Coordonnées des agences pour l'emploi de district de Pologne](#)

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS) - (concernant l'allocation de chômage)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](#)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

S'installer à l'étranger

Possibilité de prise en compte des cotisations payées à l'étranger

Dans ce chapitre, vous apprendrez quelle incidence un changement de lieu de résidence au sein de l'Union européenne peut avoir sur vos droits aux prestations de sécurité sociale.

Sécurité sociale et réglementation européenne

Si vous prévoyez d'aller travailler dans un autre État membre de l'Union européenne, vous ne dépendrez plus du système de sécurité sociale polonais. Vous serez soumis aux règles du pays dans lequel vous travaillez. Il existe quelques [exceptions](#) à cette règle générale.

Si vous avez travaillé et/ou payé des cotisations d'assurance sociale dans un autre État membre de l'Union européenne, ceci peut être pris en compte dans l'établissement de vos droits à des prestations de sécurité sociale en Pologne.

Il convient de préciser que la coordination des systèmes de sécurité sociale concerne non seulement les États membres de l'Union européenne mais également le reste de l'Espace économique européen, à savoir la Norvège, le Liechtenstein, l'Islande, la Suisse et le Royaume-Uni*.

* Chaque cas doit être évalué individuellement pour déterminer si une personne entre dans le champ d'application de l'article 30 de l'Accord de retrait, et donc les règlements de coordination de l'UE s'appliquent, ou si elle entre dans le champ d'application des situations décrites à l'article 32 de l'Accord de retrait et /ou relève de la législation nationale et du Protocole en matière de coordination de la sécurité sociale lié à l'Accord de commerce et de coopération.

Quelles sont les prestations concernées?

Les prestations concernées par la coordination de l'Union européenne sont:

- [retraites et pensions](#) (*emerytura i renty*)
- [prestations de préretraite](#) (*świadczenia przedemerytalne*) (dans une moindre mesure)
- [prestations familiales](#) (*świadczenia rodzinne*)
- [prestations en cas de maladie et de maternité](#) (*świadczenia z tytułu choroby i macierzyństwa*)
- [allocations de chômage](#) (*zasiłki dla bezrobotnych*)

Les règles de l'UE en matière de coordination des systèmes de sécurité sociale énoncent qu'**il est possible de cumuler des périodes d'assurance obtenues dans différents États membres**. Les périodes cotisées à l'étranger avant l'adhésion de la Pologne à l'UE sont prises en compte au même titre que les périodes cotisées après cette adhésion.

Certaines prestations peuvent également être **transférées vers un autre pays**.

À quoi ai-je droit et comment faire la demande?

Si vous avez travaillé dans l'un des pays participant au système de coordination et que vous retournez vivre en Pologne, vous devez vous munir des documents attestant de vos périodes de travail à l'étranger et des cotisations d'assurance payées dans le pays en question.

Cumul des périodes d'assurance

Le cumul des périodes d'assurance s'applique aux cas dans lesquels une période d'assurance déterminée est requise pour avoir droit à une prestation donnée (c'est le cas par exemple de l'allocation chômage) ou si vous devez attester d'une période d'assurance

suffisamment longue (par exemple pour les droits à retraite). Si vous pouvez prouver que vous avez été assuré pendant le temps requis dans l'un des pays de l'Union, alors ce temps est valable dans chacun des autres États membres.

Si vous souhaitez demander l'**allocation de chômage en Pologne**, le document qui atteste de la période cotisée dans un pays participant à la coordination européenne est le [formulaire U1](#) (anciennement E 301). Vous pouvez en faire la demande avant votre retour au pays ou après, par l'intermédiaire de l'Agence pour l'emploi de voïvodie.

Si vous êtes citoyen polonais et que vous avez travaillé trop peu de temps en Pologne pour obtenir le droit à une **retraite ou pension**, l'institut de sécurité sociale polonais prend également en compte vos périodes d'assurance à l'étranger dans les pays participant à la coordination. Il suffit d'en faire la demande au ZUS et celui-ci contactera l'institution compétente du pays dans lequel vous avez cotisé.

Transfert de prestations

Les prestations peuvent également être transférées vers votre pays de résidence.

Si vous percevez déjà l'**allocation chômage** et que vous souhaitez la transférer vers la Pologne, vous devez vous procurer le [formulaire U2](#) (anciennement E 303).

Si vous percevez par exemple **une retraite ou une pension** dans l'un des pays de la coordination, vous pouvez demander son transfert vers la Pologne.

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent votre droit. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- Informations concernant [les périodes prises en compte dans l'établissement des droits à retraite et pension et le calcul du montant de ces prestations](#)
- [Pension de retraite](#) par le ZUS soumise à la coordination des systèmes de sécurité sociale de l'UE
- [Pension d'incapacité](#) par le ZUS soumise à la coordination des systèmes de sécurité sociale de l'UE
- [Pension de survie](#) par le ZUS soumis à la coordination des systèmes de sécurité sociale de l'UE

Sites et publications de la Commission européenne:

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

Qui contacter?

Ministère de la famille et de la politique sociale - Département de coordination des systèmes de sécurité sociale

ul. Nowogrodzka 1/3/5

00-513 Varsovie

POLOGNE

Tél. +48 538117210E-mail: info@mriips.gov.pl

Internet: www.gov.pl/rodzina

Centre d'information et de consultation des services pour l'emploi Zielona Linia

ul. Trawiasta 20b

15-161 Białystok POLOGNE

Tél. +48 2219524

E-mail: kontakt@zielonalinia.gov.pl

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

Siège de l'institut de sécurité sociale (ZUS)

ul. Szamocka 3, 5

01-748 Varsovie

POLOGNE

Internet: www.zus.pl

Centre d'assistance téléphonique du ZUS

Les conseillers sont joignables les jours ouvrables de 7h00 à 18h00. Un système d'information automatisé est disponible 24/7.

Appel avec un numéro de téléphone mobile ou fixe national ou étranger: +48 225601600

Skype: [zus centrum obslugi tel](https://www.skype.com/join/zus-centrum-obslugi-te)

Adresse électronique pour les questions d'ordre général: cot@zus.pl

[Rechercher une caisse du ZUS par ville, commune ou code postal](#)

Résidence principale

Lieu de résidence

Ce chapitre présente la définition du «lieu de résidence» d'après la législation polonaise. Il précise également pour quelles prestations votre lieu de résidence doit obligatoirement se trouver en Pologne.

Définition du lieu de résidence

Le droit européen recouvre la notion de résidence habituelle (*miejsce zwykłego pobytu*). Celle-ci correspond au lieu où vous habitez de manière générale en raison de liens familiaux et de votre situation professionnelle.

Dans le droit polonais, la notion la plus proche est celle de lieu de résidence.

Le **lieu de résidence** (*miejsce zamieszkania*) peut être défini comme le lieu dans lequel une personne réside dans l'intention d'y séjourner durablement. Deux facteurs établissent le lieu de résidence, et doivent se vérifier conjointement:

- Facteur extérieur: le séjour physique d'une personne dans un lieu donné;
- Facteur interne: l'intention de la personne d'y séjourner.

La prise en compte du facteur interne, donc d'un facteur subjectif, entraîne que même un éloignement physique prolongé du lieu de résidence (pour des études par exemple) ne suffit pas à affirmer que la personne en question a changé de lieu de résidence pour autant que celle-ci ne reconnaît pas ce changement.

Le lieu de résidence est une commune précise, et non pas une adresse, un bâtiment ou un appartement déterminé. Chaque personne physique ne peut avoir qu'un seul lieu de résidence. Il n'est pas admis qu'une personne donnée réside avec l'intention de séjourner durablement dans deux (ou plus) communes simultanément.

Le **lieu de résidence de l'enfant** est le lieu de résidence des parents ou du parent qui exerce seul l'autorité parentale. Si les parents vivent séparément et disposent tous les deux de l'autorité parentale, le lieu de résidence de l'enfant est le lieu de résidence du parent chez lequel l'enfant habite durablement.

Pour certaines prestations, il est exigé que votre lieu de résidence se trouve sur le territoire polonais, même si vous possédez la nationalité polonaise.

Ces prestations sont notamment:

- La pension sociale (*renta socjalna*)
- L'allocation de soin (*zasilek pielęgnacyjny*)
- Les prestations d'aide sociale (*świadczenia pomocy społecznej*)
- Les prestations familiales (*świadczenia rodzinne*)
- Les prestations pour les aidants (*świadczenia dla opiekunów*)
- La prestation complémentaire pour les personnes dans l'incapacité de mener une vie autonome (*świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji*)
- La prestation parentale complémentaire (*rodzicielskie świadczenie uzupełniające, Mama 4 Plus*)

Connaître ses droits

Les liens ci-dessous renvoient vers des portails qui décrivent vos droits. Il ne s'agit pas de sites de la Commission européenne et, à ce titre, ils ne sont pas destinés à représenter ses idées:

- [Code civil](#) - la définition du lieu de résidence se trouve au chapitre II, article 25 du Code civil

Sites et publications de la Commission européenne:

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

Comment prendre contact avec l'Union européenne?

En personne

Dans toute l'Union européenne, des centaines de centres d'information Europe Direct sont à votre disposition. Pour connaître l'adresse du centre le plus proche, visitez la page suivante: europa.eu/european-union/contact_fr

Par téléphone ou courrier électronique

Europe Direct est un service qui répond à vos questions sur l'Union européenne. Vous pouvez prendre contact avec ce service:

- par téléphone: via un numéro gratuit: 00 800 6 7 8 9 10 11 (certains opérateurs facturent cependant ces appels),
- au numéro de standard suivant: +32 22999696;
- par courrier électronique via la page europa.eu/european-union/contact_fr

Comment trouver des informations sur l'Union européenne?

En ligne

Des informations sur l'Union européenne sont disponibles, dans toutes les langues officielles de l'UE, sur le site internet Europa à l'adresse europa.eu/european-union/index_fr

Publications de l'Union européenne

Vous pouvez télécharger ou commander des publications gratuites et payantes à l'adresse publications.europa.eu/fr/publications. Vous pouvez obtenir plusieurs exemplaires de publications gratuites en contactant Europe Direct ou votre centre d'information local (europa.eu/european-union/contact_fr).

Droit de l'Union européenne et documents connexes

Pour accéder aux informations juridiques de l'Union, y compris à l'ensemble du droit de l'UE depuis 1952 dans toutes les versions linguistiques officielles, consultez EUR-Lex à l'adresse suivante: eur-lex.europa.eu

Données ouvertes de l'Union européenne

Le portail des données ouvertes de l'Union européenne (data.europa.eu/euodp/fr) donne accès à des ensembles de données provenant de l'UE. Les données peuvent être téléchargées et réutilisées gratuitement, à des fins commerciales ou non commerciales.

