

Co zjednoczona Europa oznaczałaby dla emeryta?

Emerytura zostałaby polska: w złotych, wypłacana przez ZUS według polskiej ustawy, z polskim wiekiem emerytalnym i polską waloryzacją.

Zmieniłoby się otoczenie: to, od czego zależy, ile za tę emeryturę da się kupić i czy można spokojnie spać.

Czego nikt nie ruszy

ZUS wypłaca emerytury ponad 6,4 mln osób, a wszystkich emerytów i rencistów jest w kraju 9,4 mln – co czwarty mieszkaniec. Przeciętna emerytura z ZUS wynosi 4535,94 zł brutto.

O wysokości świadczenia decyduje polska ustawa. To ona ustala wiek emerytalny – 60 lat dla kobiet i 65 dla mężczyzn – i zasady waloryzacji, która od 1 marca 2026 roku podniosła emerytury o 5,3%, a najniższą emeryturę do 1978,49 zł. Na podstawie osobnych ustaw ZUS wypłaca też trzynastkę w kwietniu i czternastkę we wrześniu.

Unia nie ma uprawnień, by ustalać wysokość emerytur czy wiek emerytalny. Traktat wprost zastrzega, że przepisy unijne nie naruszają prawa państw do określania podstawowych zasad ich systemów zabezpieczenia społecznego i nie mogą istotnie wpływać na ich równowagę finansową. Każda zmiana traktatów musi zostać ratyfikowana przez wszystkie państwa członkowskie, w tym Polskę. Jednocześnie, o którą chodzi w tej debacie, dotyczy przede wszystkim wspólnej obrony, energii i polityki zagranicznej, a nie emerytur.

A euro?

Na euro nie da się przejść po cichu. Artykuł 227 Konstytucji przyznaje Narodowemu Bankowi Polskiemu wyłączne prawo emisji pieniądza. Przyjęcie euro wymagałoby więc zmiany konstytucji: większości dwóch trzecich głosów w Sejmie i bezwzględnej większości w Senacie. Złoty nie uczestniczy też w mechanizmie kursowym ERM II, przez który każdy kraj musi przejść przed wejściem do strefy euro. Emerytura w euro nie jest

więc decyzją, którą ktoś mógłby podjąć za plecami Polaków.

Emerytura bez granic

Wspólne zasady już dziś chronią tych, którzy pracowali lub mieszkają w innych krajach Unii. Okresy pracy w różnych państwach sumują się, a każde państwo wypłaca swoją część emerytury według własnych przepisów. Polską emeryturę można pobierać, mieszkając na przykład u dzieci w Niemczech czy Hiszpanii, i nikt jej za to nie obniży. ZUS przekazuje za granicę 106 907 świadczeń, z czego 63 112 do państw Unii, najwięcej do Niemiec.

Na wyjazd przydaje się też Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego. NFZ wydaje ją bezpłatnie, a z nią w razie potrzeby można się leczyć w innych krajach UE i EFTA oraz w Wielkiej Brytanii na takich samych zasadach, na jakich leczą się tamtejsi pacjenci. W 2025 roku NFZ wydał ponad 3,1 mln takich kart.

Co naprawdę zjada emeryturę

Najwięcej z wartości emerytur zabrała w ostatnich latach drożyzna. W 2022 roku ceny wzrosły średnio o 14,4%, w 2023 roku o 11,4% (w koszyku gospodarstw emerytów i rencistów o 11,9%). Waloryzacja nadrabia to z opóźnieniem. W 2025 roku inflacja spadła do 3,6%, ale dla emerytów wyniosła 4,2%.

Ważną częścią tego rachunku jest energia. Prąd w Polsce, po uwzględnieniu siły nabywczej, był w pierwszym półroczu 2026 roku drugim najdroższym w Unii, a mrożenie cen skończyło się z końcem 2025 roku. Na ceny gazu jedno państwo ma ograniczony wpływ, bo kupuje go na rynku światowym i europejskim. Połączone sieci i wspólne zakupy dają tu mocniejszą pozycję niż samotne negocjacje. Podobnie z lekami: Komi-

sja Europejska zaproponowała w 2025 roku akt o lekach krytycznych, który przewiduje wspólne zamówienia kilku państw, a w maju 2026 roku osiągnięto w tej sprawie porozumienie polityczne.

Jest wreszcie bezpieczeństwo. Wojna toczy się tuż za wschodnią granicą, a Polska wydaje w 2026 roku na obronę 200,1 mld zł, czyli 4,81% PKB. Każda złotówka wydana na wojsko jest złotówką, której nie ma na inne cele. Rozproszenie wydatków obronnych kosztuje państwa UE według Parlamentu Europejskiego 18–57 mld euro rocznie. Wspólna obrona może dać więcej bezpieczeństwa za te same pieniądze.

Częste obawy

- „Bruksela zabierze emerytury”. Nie ma do tego uprawnień, a zmiana traktatów wymagałaby zgody Polski.
- „Emerytury będą w euro”. Bez zmiany konstytucji większością dwóch trzecich głosów w Sejmie to niemożliwe.
- „Wiek emerytalny ustali Unia”. Wiek emerytalny zapisano w polskiej ustawie i zmienić go może tylko polski parlament.
- „Będziemy płacić na emerytury w innych krajach”. Wspólnej kasy emerytalnej nie ma. Cały budżet Unii to około 1% dochodu narodowego państw członkowskich.

Emerytura w kraju, który nie stoi sam

Emeryci i renciści to jedna czwarta mieszkańców Polski. Wielu z nich pamięta Polskę sprzed 1989 roku i sprzed wejścia do Unii, więc potrafi porównać. Emerytura zostanie sprawą Warszawy. Od Europy zależy co innego: czy za tę emeryturę da się spokojnie żyć w kraju, który nie stoi sam.

Wszystkie pytania →

CZĘSTE PYTANIA

Czy zjednoczona Europa zabierałaby polskie emerytury?

Nie. Unia nie ma kompetencji do ustalania emerytur: traktat zostawia państwom prawo do określania podstawowych zasad ich systemów zabezpieczenia społecznego. Wysokość świadczeń, wiek emerytalny i waloryzację ustala polska ustawa, a każda zmiana traktatów wymaga zgody wszystkich państw, także Polski.

Czy emerytury byłyby wypłacane w euro?

Nie bez zmiany konstytucji. Artykuł 227 przyznaje Narodowemu Bankowi Polskiemu wyłączne prawo emisji pieniądza, więc przyjęcie euro wymagałoby większości dwóch trzecich głosów w Sejmie i bezwzględnej większości w Senacie. Złoty nie uczestniczy też w mechanizmie ERM II, przez który trzeba przejść przed przyjęciem euro.

Co z emeryturą przy pracy w kilku krajach UE?

Okresy pracy w różnych państwach Unii sumują się, a każde z nich wypłaca swoją część według własnych zasad. Polską emeryturę można pobierać, mieszkając w innym kraju UE, bez obniżki z powodu miejsca zamieszkania. ZUS przekazuje za granicę ponad 106 tys. świadczeń, z czego 63 tys. do państw UE.

Czy z EKUZ można się leczyć za granicą?

Tak. Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego wydaje bezpłatnie NFZ. Zapewnia niezbędne leczenie podczas pobytu w innych państwach UE i EFTA oraz w Wielkiej Brytanii, na takich samych zasadach, na jakich leczą się tamtejsi pacjenci. W 2025 roku NFZ wydał ponad 3,1 mln kart.

Co jedność Europy może dać emerytowi?

Przede wszystkim spokojniejsze otoczenie. Emeryturę najbardziej uszczupliła drożyzna lat 2022–2023, gdy ceny rosły o ponad 11% rocznie. Wspólne zakupy energii i leków, połączone sieci i wspólna obrona nie podniosą świadczenia, ale mogą sprawić, że kolejne kryzysy mniej go zjedzą.

ŹRÓDŁA

- ZUS: Informacja o wybranych świadczeniach pieniężnych – sierpień 2026 (2026) – tabl. 14 i 16: 6430,6 tys. emerytów ZUS, przeciętna emerytura 4535,94 zł brutto (sierpień 2026 roku)
- GUS: Emerytury i renty w 2024 r. (2025) – 9384,6 tys. emerytów i rencistów we wszystkich systemach, 25% ludności (średnia z 2024 roku)
- Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej: komunikat o wskaźniku waloryzacji, M.P. 2026 poz. 202 (2026) – waloryzacja od 1 marca 2026 roku: 105,3%
- ZUS: Komunikat Prezesa ZUS z 17 lutego 2026 r. w sprawie kwoty najniższej emerytury (2026) – najniższa emerytura 1978,49 zł od 1 marca 2026 roku
- ZUS: Trzynastka przed Wielkanocą (2026) – trzynasta emerytura 1978,49 zł brutto, wypłacana z kwietniowymi świadczeniami; ZUS: Czternastki ruszają we wrześniu (2026) – pełna czternastka przy świadczeniu do 2900 zł brutto; podstawy prawne: ustawa z 9 stycznia 2020 r. (trzynastka) i ustawa z 26 maja 2023 r. (czternastka)
- Dziennik Ustaw: ustawa o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych, tekst jednolity Dz.U. 2025 poz. 1749 (2025) – art. 24: wiek emerytalny co najmniej 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn; art. 89: zasady waloryzacji
- EUR-Lex: Traktat o funkcjonowaniu Unii Europejskiej, art. 153 (2016) – ust. 4: przepisy UE nie naruszają prawa państw członkowskich do określania podstawowych zasad ich systemów zabezpieczenia społecznego i nie mogą istotnie wpływać na ich równowagę finansową
- EUR-Lex: Traktat o Unii Europejskiej, art. 48 (2016) – zmiany traktatów wchodzą w życie po ratyfikacji przez wszystkie państwa członkowskie
- EUR-Lex: Rozporządzenie (WE) nr 883/2004 w sprawie koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego (2004) – sumowanie okresów ubezpieczenia, brak obniżek z powodu miejsca zamieszkania, świadczenie proporcjonalne z każdego państwa; ZUS: Zasady przyznawania emerytur i rent dla osób pracujących w państwach UE/EFTA (2026) – każde państwo wypłaca własną emeryturę według własnych przepisów
- ZUS: Kwartalna informacja o świadczeniach, I kwartał 2026 (2026) – tabl. 12: 106 907 świadczeń przekazywanych za granicę, w tym 63 112 do państw UE (do Niemiec 30 851)
- NFZ: Planujesz wakacje za granicą? Zabierz ze sobą EKUZ (2025, aktualizacja 2026) – karta bezpłatna, niezbędne leczenie w UE, EFTA i Wielkiej Brytanii na zasadach miejscowych; ponad 3,1 mln kart wydanych w 2025 roku
- Sejm RP: Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej, Dz.U. 1997 nr 78 poz. 483 (1997) – art. 227 ust. 1: wyłączne prawo emisji pieniądza przysługuje NBP; art. 235 ust. 4: zmiana konstytucji większością 2/3 głosów w Sejmie i bezwzględną większością w Senacie
- EBC: Convergence Report (2026) – złoty nie uczestniczy w ERM II; art. 227 Konstytucji niezgodny z wymogami strefy euro
- GUS: Roczne wskaźniki cen towarów i usług konsumpcyjnych od 1950 r. (2026) – inflacja 14,4% (2022), 11,4% (2023); GUS: wskaźnik cen dla gospodarstw emerytów i rencistów w 2023 r. (2024) – 11,9%; GUS: wskaźnik cen dla gospodarstw emerytów i rencistów w 2025 r. (2026) – 4,2% (inflacja ogółem 3,6%)
- Eurostat: Electricity prices for household consumers, nrg_pc_204 (2026) – I półrocze 2026 roku: po uwzględnieniu siły nabywczej drugie najwyższe ceny prądu dla gospodarstw domowych w UE, po Rumunii; URE: taryfy na 2026 rok (2025) – mrożenie cen prądu do 31 grudnia 2025 roku
- Komisja Europejska: Commission proposes new rules for the European Central Bank (2025)
- Parlament Europejski: EPRS: critical view of the European Central Bank (2024)
- Komisja Europejska: Wieloletni budżet 2024-2027
- Międzynarodowy Fundusz Walutowy: Międzynarodowy Fundusz Walutowy: Fundacja
- Nasz kontynent: Nasz kontynent (2026) – w 2026 roku 200,1 mld zł, 4,81% PKB