Składki ZUS w 2026 r. – kwoty, terminy i ulgi

Wtorek, 3 listopad 2026, 19:43, autor: Fakturowo.pl

W 2026 r. przedsiębiorca opłacający pełny ZUS od minimalnej podstawy przeznacza na składki społeczne i fundusze 1926,76 zł miesięcznie, jeśli korzysta z dobrowolnego ubezpieczenia chorobowego. Do tego dochodzi składka zdrowotna. Ulga na start, preferencyjne składki oraz Mały ZUS Plus mogą zmniejszyć obciążenie, ale mają różne warunki i nie znoszą obowiązku rozliczania składki zdrowotnej. Wyjaśniamy zasady według stanu na 3 listopada 2026 r.



Ile wynoszą składki społeczne w 2026 r.?

Dla osoby prowadzącej jednoosobową działalność gospodarczą bez prawa do ulg minimalna podstawa składek społecznych wynosi w 2026 r. 5652 zł. To 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia, które na potrzeby tych rozliczeń wynosi 9420 zł. Nie należy mylić tej podstawy z dochodem firmy: przedsiębiorca na zasadach ogólnych ZUS płaci co najmniej minimalne składki również wtedy, gdy działalność przynosi stratę.

Poniższe zestawienie przyjmuje stopę składki wypadkowej 1,67%, typową dla przedsiębiorcy zgłaszającego do ubezpieczenia wypadkowego nie więcej niż dziewięć osób. Przy innej właściwej stopie wypadkowej suma będzie inna.

Składka	Pełny ZUS	Preferencyjny ZUS
Emerytalna	1103,27 zł	281,44 zł
Rentowa	452,16 zł	115,34 zł
Chorobowa – dobrowolna	138,47 zł	35,32 zł
Wypadkowa – 1,67%	94,39 zł	24,08 zł
Fundusz Pracy i Fundusz Solidarnościowy	138,47 zł	Zwykle brak obowiązku
Łącznie z chorobowym, bez zdrowotnej	1926,76 zł	456,18 zł

Pełny ZUS bez dobrowolnego chorobowego wynosi 1788,29 zł, a preferencyjny – 420,86 zł. Obowiązek opłacania Funduszu Pracy i Funduszu Solidarnościowego zależy od dodatkowych warunków. Przykładowo składek na te fundusze nie opłaca się za kobietę po ukończeniu 55 lat i mężczyznę po ukończeniu 60 lat. Przy preferencji trzeba też uwzględnić ewentualne inne tytuły do obowiązkowych ubezpieczeń i łączną podstawę składek.

Ile trzeba doliczyć na ubezpieczenie zdrowotne?

Składka zdrowotna jest odrębnym obciążeniem. Jej wysokość zależy przede wszystkim od formy opodatkowania, a nie od tego, czy przedsiębiorca korzysta z ulgi w składkach społecznych. Kwota 1926,76 zł nie jest więc pełną miesięczną wpłatą do ZUS.

Na skali podatkowej składka wynosi 9% dochodu ustalanego dla celów ubezpieczenia zdrowotnego. Na podatku liniowym jest to 4,9% takiego dochodu, jednak nie mniej niż ustawowe minimum. Dochód ten nie zawsze jest identyczny z wynikiem widocznym w podatkowej księdze przychodów i rozchodów. W rozliczeniu miesięcznym znaczenie ma zasadniczo dochód z poprzedniego miesiąca.

Dla skali i podatku liniowego minimalna składka za styczeń 2026 r. wynosi 314,96 zł. Od lutego 2026 r. minimum wynosi 432,54 zł, czyli 9% minimalnego wynagrodzenia wynoszącego 4806 zł. Niższej kwoty styczniowej nie wolno stosować do kolejnych miesięcy. Przy karcie podatkowej składka w 2026 r. wynosi 432,54 zł miesięcznie.

Na ryczałcie miesięczna składka zdrowotna w 2026 r. wynosi 498,35 zł przy rocznym przychodzie do 60 000 zł, 830,58 zł przy przychodzie powyżej 60 000 zł i nieprzekraczającym 300 000 zł oraz 1495,04 zł po przekroczeniu 300 000 zł. Przychód do wyznaczenia progu ustala się z uwzględnieniem zasad dotyczących pomniejszenia o opłacone składki społeczne. Przekroczenie progu może spowodować dopłatę w rozliczeniu rocznym także za wcześniejsze miesiące prowadzenia działalności.

Przykładowo przedsiębiorca na skali, opłacający pełny ZUS z chorobowym i objęty minimalną składką zdrowotną, za październik 2026 r. zapłaci łącznie 2359,30 zł. Jeżeli wyliczona od dochodu składka zdrowotna będzie wyższa od

minimum, odpowiednio wzrośnie również łączna wpłata.

Kto może skorzystać z ulgi na start?

Ulga na start pozwala przez sześć miesięcy kalendarzowych nie podlegać ubezpieczeniom społecznym z działalności. Jest przeznaczona dla osoby fizycznej, która rozpoczyna działalność po raz pierwszy albo podejmuje ją ponownie po co najmniej 60 miesiącach kalendarzowych od ostatniego zawieszenia lub zakończenia działalności.

Dodatkowo przedsiębiorca nie może wykonywać dla byłego pracodawcy czynności odpowiadających tym, które wykonywał w ramach stosunku pracy lub spółdzielczego stosunku pracy w bieżącym albo poprzednim roku kalendarzowym przed rozpoczęciem działalności. Sam fakt posiadania byłego pracodawcy nie wyklucza ulgi: decydują zakres czynności i wskazany okres.

Jeżeli działalność rozpoczyna się pierwszego dnia miesiąca, ten miesiąc wlicza się do sześciomiesięcznego okresu. Przy rozpoczęciu w trakcie miesiąca sześć miesięcy liczy się od następnego miesiąca. Zawieszenie działalności nie zatrzymuje biegu ulgi. Nadal trzeba rozliczać składkę zdrowotną, chyba że przedsiębiorca spełnia warunki odrębnego ustawowego zwolnienia.

Przykład: Anna rozpoczęła działalność 12 maja 2026 r. i spełnia warunki ulgi. Maj nie wchodzi do sześciu pełnych miesięcy. Ulga obejmuje więc okres od rozpoczęcia działalności do 30 listopada 2026 r. Od 1 grudnia Anna powinna przejść do właściwych ubezpieczeń społecznych; jeśli spełnia warunki preferencji, może skorzystać z obniżonej podstawy.

Jak działa preferencyjny ZUS po uldze na start?

Preferencyjne składki społeczne można opłacać przez 24 miesiące kalendarzowe. Ich minimalna podstawa wynosi 30% minimalnego wynagrodzenia, czyli w 2026 r. 1441,80 zł. Obniżka dotyczy składek społecznych, nie zdrowotnej.

Warunkiem jest między innymi nieprowadzenie pozarolniczej działalności w ostatnich 60 miesiącach kalendarzowych przed rozpoczęciem działalności gospodarczej. Obowiązuje również ograniczenie dotyczące wykonywania dla byłego pracodawcy czynności odpowiadających wcześniejszej pracy w bieżącym lub poprzednim roku kalendarzowym. Zakres pojęcia pozarolniczej działalności jest szerszy niż sam wpis jednoosobowej firmy do ewidencji, dlatego trzeba uwzględnić również inne wcześniejsze formy aktywności objęte przepisami ubezpieczeniowymi.

Z ulgi na start można zrezygnować i od razu wybrać ubezpieczenia społeczne, w tym preferencyjne, jeżeli warunki są spełnione. Przy wykorzystaniu całej ulgi na start okres preferencji rozpoczyna się po jej zakończeniu. Zawieszenie firmy nie wydłuża 24-miesięcznego okresu. Nie jest to pula 24 dowolnie wybranych miesięcy faktycznego opłacania składek.

Kiedy przysługuje Mały ZUS Plus w 2026 r.?

Mały ZUS Plus uzależnia podstawę składek społecznych od dochodu z działalności z poprzedniego roku. Nie jest kolejną stałą stawką, wspólną dla wszystkich przedsiębiorców. Podstawa nie może być niższa niż 30% minimalnego wynagrodzenia ani wyższa niż 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia. W 2026 r. granice te wynoszą odpowiednio 1441,80 zł i 5652 zł.

Podstawowy limit przychodu za poprzedni rok wynosi 120 000 zł. Jeżeli działalność była prowadzona tylko przez część roku, limit obniża się proporcjonalnie: 120 000 zł dzieli się przez liczbę dni kalendarzowych poprzedniego roku i mnoży przez liczbę dni prowadzenia działalności. Trzeba też prowadzić działalność przez co najmniej 60 dni kalendarzowych w poprzednim roku.

Ulga nie przysługuje między innymi osobie, która nadal spełnia warunki preferencyjnych składek. Wyłączenie obejmuje też określone przypadki wykonywania usług dla byłego pracodawcy, prowadzenia innej pozarolniczej działalności oraz łącznego korzystania w poprzednim roku z karty podatkowej i zwolnienia sprzedaży z VAT. Sam niski przychód nie wystarcza zatem do uzyskania prawa do ulgi.

Od 1 stycznia 2026 r. obowiązuje zasada korzystania z Małego ZUS Plus przez maksymalnie 36 miesięcy w każdym 60-miesięcznym okresie prowadzenia działalności. Przy ustalaniu dostępnego okresu trzeba stosować regulacje obowiązujące od tej daty, a nie automatycznie przenosić wcześniejszy sposób liczenia limitu. Składka zdrowotna nadal jest rozliczana odrębnie.

Dla osoby uzyskującej uprawnienie od początku roku termin zgłoszenia przypada co do zasady na 31 stycznia. W 2026 r. dzień ten wypadał w sobotę, dlatego termin przesunął się na 2 lutego. Jeżeli warunki powstają później, na przykład po zakończeniu preferencji, zgłoszenia dokonuje się zasadniczo w ciągu siedmiu dni od powstania prawa do ulgi. Spóźnienie może oznaczać rezygnację z Małego ZUS Plus na dany rok.

Czy najniższe składki zawsze są najlepszym wyborem?

Niższa podstawa oznacza mniejszy bieżący wydatek, ale również niższe składki zapisywane na przyszłą emeryturę i

niższą podstawę świadczeń, których wysokość zależy od ubezpieczenia społecznego. Przy uldze na start przedsiębiorca nie ma z działalności ubezpieczenia chorobowego ani wypadkowego. Samo opłacanie składki zdrowotnej daje dostęp do świadczeń zdrowotnych, lecz nie tworzy prawa do zasiłku chorobowego z działalności.

Przy preferencyjnym ZUS i Małym ZUS Plus można przystąpić do dobrowolnego ubezpieczenia chorobowego, jeżeli przedsiębiorca podlega obowiązkowo ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym. Zasiłek chorobowy wymaga co do zasady 90 dni nieprzerwanego ubezpieczenia chorobowego, z ustawowymi wyjątkami i możliwością uwzględnienia określonych wcześniejszych okresów ubezpieczenia. Nie należy zakładać, że zgłoszenie do chorobowego zapewni zasiłek już następnego dnia.

Znaczenie ma także zbieg tytułów ubezpieczenia. Przykładowo osoba pracująca jednocześnie na etacie z zagwarantowanym co najmniej minimalnym wynagrodzeniem zasadniczo nie opłaca obowiązkowych składek społecznych z działalności. Nie oznacza to automatycznego zwolnienia ze składki zdrowotnej z firmy. Przed wyborem ulgi trzeba więc ustalić, czy społeczne z działalności w ogóle są obowiązkowe.

Do kiedy zapłacić i jakie dokumenty sprawdzić?

Przedsiębiorca będący osobą fizyczną opłaca składki i przekazuje dokumenty rozliczeniowe do 20. dnia następnego miesiąca. Dotyczy to również osoby zatrudniającej pracowników. Jeżeli termin przypada w sobotę lub dzień ustawowo wolny od pracy, przesuwa się na następny dzień po dniach wolnych. Nie jest to termin 20 dni roboczych.

Przykładowo składki za październik 2026 r. trzeba rozliczyć i opłacić do 20 listopada 2026 r. Składki za listopad będą płatne do 21 grudnia, ponieważ 20 grudnia wypada w niedzielę. Dla płatników posiadających osobowość prawną obowiązuje inny termin: do 15. dnia następnego miesiąca.

Przy zmianie ulgi należy zadbać o wyrejestrowanie i ponowne zgłoszenie z właściwym kodem ubezpieczenia, zasadniczo w terminie siedmiu dni od zmiany. ZUS ZZA służy zgłoszeniu wyłącznie do ubezpieczenia zdrowotnego, a ZUS ZUA – do ubezpieczeń społecznych i zdrowotnego. Miesięczne rozliczenie wymaga deklaracji ZUS DRA, a w odpowiednich przypadkach także raportów imiennych. Mały ZUS Plus wymaga dodatkowo przekazania danych służących ustaleniu podstawy składek.

Błędne zastosowanie ulgi oznacza konieczność poprawienia zgłoszeń i rozliczeń oraz dopłaty składek, a w razie zaległości również odsetek na właściwych zasadach. Praktycznie warto prowadzić osobny kalendarz końca ulgi na start, końca preferencji i okresów Małego ZUS Plus. To inne daty niż termin comiesięcznego przelewu i nie zastępuje ich samo opłacanie kwoty widocznej w programie księgowym.

Tagi: składki zus 2026, składka zdrowotna 2026, ulga na start, preferencyjny zus, mały zus plus 2026, terminy płatności zus