

05

CHECKLISTA · ZUS

Ulgi, składki i dwie daty

Ulga na start, preferencyjny ZUS, wakacje składkowe — plus dwie daty, w których Twoje obciążenie skacze o 1 500 zł.

46 854 zł

wartość ulg

432,54 zł

zdrowotna — minimum

20.

dzień miesiąca

A Na starcie

7 dni

- ☐ **Zgłosiłem się do ubezpieczeń**
ZUS ZUA albo ZZA w ciągu 7 dni od rozpoczęcia działalności
- ☐ **Sprawdziłem, czy przysługuje mi ulga na start**
Wyłącza ją współpraca z byłym pracodawcą przy tożsamych czynnościach
- ☐ **Wiem, że zdrowotną płacę od pierwszego dnia**
Ulga na start obejmuje wyłącznie składki społeczne
- ☐ **Znam swoją składkę zdrowotną dla wybranej formy**
432,54 zł skala i liniowy · 498,35 / 830,58 / 1 495,04 zł ryczałt

B Chorobowe i macierzyńskie

decyzja świadoma

- ☐ **Zdecydowałem o dobrowolnym ubezpieczeniu chorobowym**
35,32 zł przy preferencyjnym · 138,47 zł przy pełnym ZUS
- ☐ **Wiem, że opóźnienie w płatności wyłącza mnie z chorobowego**
Okres wyczekiwania biegnie od nowa
- ☐ **Jeśli planuję rodzicielstwo — policzyłem podstawę zasiłku**
Preferencyjny ZUS = niska podstawa = niski zasiłek macierzyński

C Dwie daty w kalendarzu

krytyczne

- ☐ **Koniec ulgi na start — 6. miesiąc działalności**
Składki rosną o 1 926,76 zł miesięcznie
- ☐ **Koniec preferencyjnego ZUS — 30. miesiąc**
Składki rosną o kolejne 1 470,58 zł
- ☐ **Sprawdziłem, czy kwalifikuję się na Mały ZUS Plus**
Przychód w poprzednim roku do 120 000 zł

- ☐ Opłacam składki i składam deklarację do 20. dnia
Bez wyjątków — opóźnienie wyłącza chorobowe
- ☐ Składam wniosek o **wakacje składkowe** raz w roku
Jeden miesiąc bez składek społecznych, wniosek w miesiącu poprzedzającym
- ☐ Sprawdzam roczne rozliczenie składki zdrowotnej
Nadpłatę odzyskujesz wnioskiem — termin co do zasady do 1 czerwca

Co grozi za przeoczenie

Przeoczenie	Sankcja	Podstawa
Brak zgłoszenia w 7 dni	okres bez ubezpieczenia + sankcje	ustawa o sus
Opóźnienie w płatności składek	odsetki + wyłączenie z dobrowolnego chorobowego	ustawa o sus
Nienależne korzystanie z ulgi	zwrot składek z odsetkami za cały okres	ustawa o sus
Niezłożenie deklaracji rozliczeniowej	wykroczenie — mandat do 24 030 zł	KKS

Odhaczasz sam czy oddajesz nam?

Ta checklista działa tylko wtedy, gdy ktoś ją regularnie otwiera. Terminy biegną same, przypomnienia nie przychodzą, a każda przeoczona pozycja ma własną sankcję. U naszych klientów tę listę odhaczamy my — Wy dostajecie maila „zrobione”.

- ☐ **MEDpakiet Start** — cała lista wykonana za Ciebie, od CEIDG po KSeF
- ☐ **Kalendarz terminów** — 7 dni, 14 dni, 20. dzień miesiąca i koniec ulg pod naszą kontrolą
- ☐ **Prawnik w 24 h** — umowy, RODO, kontrole, medycyna estetyczna
- ☐ **Jedna miesięczna opłata** — bez rozliczania każdej godziny osobno

Sprawdź swoją cenę — 2 minuty

biuro@medpakiet.pl · medpakiet.pl · odpowiedź w 24 h roboczych

Treści mają charakter edukacyjny i informacyjny, nie stanowią porady prawnej ani podatkowej. Stan prawny: lipiec 2026. Kwoty zależne od minimalnego wynagrodzenia (4 806 zł) i przeciętnego wynagrodzenia zmieniają się co roku — przed podjęciem decyzji zweryfikuj ich aktualność. Administrator danych: MEDpakiet, ul. Czyżewskiego 30/3, 80-336 Gdańsk, biuro@medpakiet.pl.