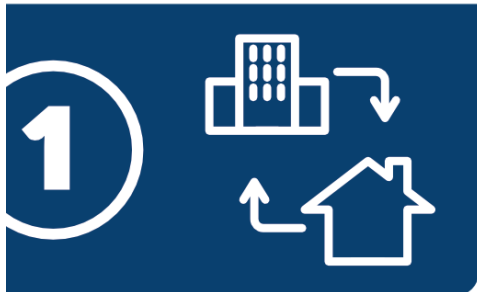


# **Bezpiecznie, Zdrowo, Bezgotówkowo**



## Zadbaj o swoje bezpieczeństwo



### Załóż konto w banku

Możesz to zrobić  
w placówce banku  
w Twojej okolicy

### Zmień sposób wypłaty świadczeń z ZUS

Wystarczy wypełnić  
wniosek EZP



#### w placówce ZUS

pracownicy ZUS wszystko  
wyjaśnią i pomogą Ci  
wypełnić wniosek



#### przez internet

na Platformie Usług  
Elektronicznych ZUS –  
sprawdź na [www.zus.pl](http://www.zus.pl)



### Otrzymuj emeryturę lub rentę

na konto w banku  
i bądź bezpieczny

**Bezpiecznie • zdrowo • bezgotówkowo**

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

## Korzyści z konta w banku dla seniora



**Załóż konto i zmień sposób wypłaty świadczeń z ZUS – otrzymuj emeryturę lub rentę na konto w banku**



**Płać kartą i rób przelewy**  
– zaoszczędzisz czas  
i zadbasz o swoje zdrowie i bezpieczeństwo  
– nie trzymając gotówki



Jeśli masz konto w banku, szybko i wygodnie załatwisz sprawy urzędowe z domu, np. na **Platformie Usług Elektronicznych ZUS**  
[www.zus.pl](http://www.zus.pl)



**Skorzystaj z pomocy Twoich dzieci lub wnuków**  
– wyjaśnią wszystkie wątpliwości – internet to dla nich codzienność

**Bezpiecznie • zdrowo • bezgotówkowo**

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

## Do wirtualnego biura jeden krok...

**Zdalne prowadzenie biznesu jest dziś możliwe. Pandemia koronawirusa pokazała, że czasami nie jest to wybór, lecz konieczność. Warto więc zadbać o swoje wirtualne biuro.**

Komputer podłączony do internetu to dopiero początek. Warto zainstalować dobry pakiet oprogramowania biurowego oraz wydajne środowisko komunikacyjne, które pozwoli organizować wirtualne spotkania, konferencje czy narady. Ważne narzędzia oferuje też administracja publiczna w Polsce. Coraz więcej urzędów, z którymi współpracuje biznes, tworzy przyjazne środowisko cyfrowej obsługi klienta. Wśród nich jest Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Platforma Usług Elektronicznych (PUE) ZUS to jeden z pierwszych e-urzędów w Polsce. Powstał w 2012 roku i od tego czasu jest intensywnie rozwijany. PUE ZUS pozwala załatwić wiele spraw bez wychodzenia z domu. Dotyczy to zarówno płatników składek (przedsiębiorców), ubezpieczonych i świadczeniobiorców. Przedsiębiorcy zresztą najczęściej występują we wszystkich tych trzech rolach. Opłacają składki za siebie i za pracowników, są ubezpieczonymi i często pobierają świadczenia: chorobowe, macierzyńskie, ojcowskie.

Po to, żeby w pełni skorzystać z dobrodziejstw e-administracji, warto mieć rachunek bankowy. Wtedy ZUS przeleje pieniądze, np. z zasiłku chorobowego, bezpośrednio na konto. Większość banków oferuje bankowość elektroniczną. W każdej chwili możemy wejść na swoje konto, sprawdzić jego stan, zrobić przelew. Dzięki rachunkowi w banku nasze wirtualne biuro będzie kompletne.

Rachunek bankowy to także korzyści w życiu codziennym. Nie potrzebujesz nosić ze sobą gotówki, bo w sklepie możesz zapłacić kartą. W ten sposób zmniejszasz ryzyko, że ktoś ukradnie Ci pieniądze. Zapłacisz rachunki i zrobisz zakupy przez internet. Nie musisz więc wychodzić z domu, żeby załatwić codzienne sprawy. Możesz łatwo sprawdzać w banku, ile pieniędzy już wydałeś i na co, a także ile Ci jeszcze zostało. Z pomocą banku możesz również oszczędzać i inwestować swoje pieniądze.

## Ubankuj seniora!

**Nie wyobrażamy sobie dzisiejszego świata bez nowych technologii. Obecnie już nawet przedszkolaki potrafią obsługiwać smartfona czy włączyć bajkę na YouTube. A co z osobami starszymi, które nie zawsze nadążają za postępem technologicznym? No właśnie - w takich sytuacjach to młode pokolenie powinno wziąć sprawy w swoje ręce.**

Zakupy online, szybkie przelewy czy płatności Blikiem to w zasadzie codzienność dla większości z nas. Dla większości - bo na pewno nie dla wszystkich. Nasi dziadkowie lub rodzice albo inni bliscy w wieku senioralnym często nie potrafią sprawnie posługiwać się komputerem, korzystać z internetu czy bankowości elektronicznej. Jednak wystarczy, że wytłumaczymy, wyjaśnimy i pokażemy im, że to nic trudnego.

Pokażmy swoim bliskim, jak założyć konto w banku i jak robić przelewy. Będą mogli szybko i wygodnie opłacać rachunki lub robić zakupy przez internet. Będą wtedy bezpieczniejsi - a także ich pieniądze.

Jeśli już założą konto w banku, również przez internet, w prosty sposób mogą zgłosić w ZUS, że chcą zmienić sposób wypłaty świadczeń - właśnie na konto w banku. W ten sposób zawsze bezpiecznie i zawsze na czas otrzymają swoją emeryturę lub rentę. Nie będą musieli co miesiąc czekać na listonosza lub iść osobiście na pocztę i narażać swoje zdrowie podczas kontaktu z innymi ludźmi podczas epidemii czy sezonu grypowego. Dzięki rachunkowi w banku będą

mogli również załatwić wiele spraw urzędowych, nie wychodząc z domu.

Jeśli masz zatem wśród swoich bliskich „nieubankowanego” seniora, to pomóż mu odnaleźć się w cyfrowym świecie. Przekonaj go, że nowe technologie są dla wszystkich, niezależnie od wieku. Ułatwiają codzienne życie i zapewniają bezpieczeństwo. Pamiętaj tylko, aby opowiedzieć o zasadach bezpiecznego korzystania z internetu i bankowości elektronicznej – nikomu nie można udostępniać ani przekazywać swoich loginów, haseł i danych osobowych.

Nowe technologie rozwijają się bardzo szybko. Następuje cyfryzacja niemal każdej dziedziny naszego życia i coraz więcej usług jest zdigitalizowanych. Dla osób starszych jest to obcy świat, którego się obawiają. Aby go rozjaśnić i im przybliżyć, stańmy się ich wirtualnymi przewodnikami w cyfrowym świecie.

## Prosto na rachunek...w banku

**Tradycyjne urzędy, w których trzeba czekać w kolejkach i w których traci się czas i energię, odchodzą powoli do lamusa. E-usługi są dostępne na każdym kroku i dla każdego – również w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych. Elektronicznie można też otrzymywać z ZUS świadczenia – wystarczy założyć konto w banku i zmienić sposób wypłaty zasiłku, emerytury czy renty.**

E-urzędy i e-usługi dla obywateli są w Polsce powszechnie dostępne. Coraz więcej spraw możesz załatwić szybko, wygodnie i w dowolnym momencie, bez wychodzenia z domu. Najczęściej wystarczy mieć konto w banku i profil zaufany. Tak samo jest w ZUS. Dzięki Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS oraz usłudze e-wizyty w ZUS możesz załatwić wiele spraw. Bez osobistego kontaktu możesz również otrzymywać z ZUS świadczenia.

ZUS to nie tylko emerytury i renty, które otrzymują seniorzy. ZUS to także wsparcie dla młodych, aktywnych zawodowo osób, które korzystają ze świadczeń w konkretnych życiowych sytuacjach, np. z zasiłku macierzyńskiego po urodzeniu dziecka lub z zasiłku chorobowego, gdy nie mogą pracować.

Dlatego jeśli jesteś młodą mamą – pobieraj zasiłek macierzyński na konto w banku. Nie musisz co miesiąc czekać na listonosza lub iść na pocztę. Spędzisz więcej czasu ze swoim dzieckiem, a dzięki bankowości elektronicznej będziesz mieć dostęp do swoich pieniędzy przez całą dobę, 7 dni w tygodniu. Możesz nawet dostawać powiadomienie SMS z banku, że pieniądze z ZUS właśnie wpłynęły na Twoje konto. Dzięki temu, jako nowoczesna mama, masz wszystko pod kontrolą. Konto w banku pozwoli Ci lepiej zarządzać Twoimi finansami, a Ty będziesz mieć po prostu więcej czasu dla siebie i swojej rodziny.

Podobnie jest gdy pojawi się choroba i nie możesz normalnie pracować. Po co się zastanawiać, kiedy w końcu zapuka do drzwi listonosz lub prosić kogoś o pomoc. Jeśli masz konto w banku, wszystko możesz załatwiać online – zasiłek chorobowy z ZUS dostaniesz na konto, rachunki zapłacisz przez internet, a zakupy zrobisz w e-sklepie. Szybko, wygodnie i bez wychodzenia z domu.

ZUS towarzyszy nam tak naprawdę przez całe życie. Dlatego nie komplikujmy sobie życia i wszystkie świadczenia z ZUS pobierajmy na konto. A jeśli musisz załatwić jakąś sprawę w ZUS – załóż profil na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS ([www.zus.pl/portal/logowanie.npi](http://www.zus.pl/portal/logowanie.npi)), umów się na e-wizytę ([www.zus.pl/e-wizyta](http://www.zus.pl/e-wizyta)) lub zadzwoń do Centrum Obsługi Telefonicznej ZUS (22 560 16)

