Magiczny Kraków

Seniorzy, pamiętacie o tej dopłacie do prądu i gazu?

2026-10-18

336,16 zł miesięcznie - tyle od marca 2026 roku wynosi ryczałt energetyczny. To wsparcie, które pomaga pokrywać domowe wydatki na energię. Nie przysługuje jednak każdemu seniorowi. Mogą je otrzymywać określone grupy osób, w tym kombatanci, osoby represjonowane oraz uprawnione wdowy i wdowcy. Wyjaśniamy, kto może złożyć wniosek i jakie dokumenty przygotować.

Komu przysługuje ryczałt energetyczny?

Informacje o dopłatach do prądu i gazu dla seniorów mogą budzić nadzieję na dodatkowe pieniądze w domowym budżecie. W przypadku ryczałtu energetycznego decydujące znaczenie mają jednak szczególne uprawnienia. Samo przejście na emeryturę, niski dochód czy wysokie rachunki nie wystarczą do jego otrzymania.

Zgodnie z informacjami ZUS ryczałt przysługuje:

- kombatantom i innym osobom uprawnionym, w tym ofiarom represji wojennych i okresu powojennego;
- byłym żołnierzom zastępczej służby wojskowej, których przymusowo zatrudniano w kopalniach węgla, kamieniołomach, zakładach pozyskiwania rud uranowych i batalionach budowlanych;
- wdowom i wdowcom po kombatantach oraz innych osobach uprawnionych, którzy są emerytami lub rencistami;
- wdowom po żołnierzach przymusowo zatrudnianych, jeżeli pobierają emeryturę lub rentę.

Warto zwrócić uwagę na ostatnie dwie grupy. **Prawo do ryczałtu może przysługiwać także po śmierci uprawnionego małżonka.** W przypadku wdów i wdowców po kombatantach lub osobach represjonowanych potrzebne jest potwierdzenie własnych uprawnień jako członka rodziny.

Ile wynosi świadczenie w 2026 roku?

Od 1 marca 2026 roku ryczałt energetyczny wynosi 336,16 zł miesięcznie. Kwota ta obowiązuje do końca lutego 2027 roku. Świadczenie ma stałą wysokość - jego kwota nie jest obliczana na podstawie indywidualnego rachunku za prąd lub gaz.

Ryczałt jest wypłacany co miesiąc, a nie wyłącznie w sezonie grzewczym. W przypadku kombatantów i osób represjonowanych stanowi jedno ze świadczeń wypłacanych wraz z emeryturą lub rentą.

Pobieranie kilku świadczeń z ZUS nie oznacza możliwości otrzymywania kilku ryczałtów. Jak wyjaśnia Zakład, jednej osobie przysługuje jeden ryczałt energetyczny, nawet jeśli otrzymuje więcej niż jedno świadczenie.

Jakie dokumenty trzeba przygotować?

Aby ubiegać się o pieniądze, należy złożyć **wniosek ERK**. Jest on dostępny na stronie internetowej ZUS oraz w placówkach Zakładu. Formularz służy do ubiegania się również o inne dodatki kombatanckie, dlatego trzeba zaznaczyć część odpowiadającą swojej sytuacji.

Do wniosku należy dołączyć dokument potwierdzający uprawnienia. W przypadku kombatantów i osób represjonowanych jest to decyzja Szefa Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych. Wdowy i wdowcy po tych osobach przedstawiają decyzję potwierdzającą uprawnienia członka rodziny. Natomiast w sprawach dotyczących przymusowego zatrudnienia podczas zastępczej służby wojskowej wymagane jest odpowiednie zaświadczenie organu wojskowego.

Gdzie i kiedy złożyć wniosek?

Dokumenty można złożyć osobiście w dowolnej placówce ZUS, przekazać przez pełnomocnika albo wysłać pocztą. ZUS dopuszcza również złożenie wniosku ustnie do protokołu podczas wizyty w placówce.

O ryczałt można wystąpić w dowolnym momencie roku. Nie ma jednego jesiennego terminu ani naboru ograniczonego do sezonu grzewczego. Warto jednak nie odkładać formalności. Jeżeli wniosek zostanie złożony w kolejnych miesiącach po spełnieniu warunków, ZUS ustali prawo do świadczenia od miesiąca zgłoszenia wniosku.

Gdzie uzyskać pomoc?

Osoby, które nie wiedzą, czy posiadane dokumenty wystarczą do przyznania ryczałtu, mogą skorzystać z pomocy pracowników ZUS. Informacje są dostępne w placówkach oraz pod numerem **22 560 16 00**, od poniedziałku do piątku w godzinach **7.00–18.00**. Koszt połączenia zależy od taryfy operatora.

Marcin Majerek