

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Oszczędzanie na emeryturę – najlepsze strategii

Dr Wojciech Świer

Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu

01.12.2025 r.

Organizatorzy

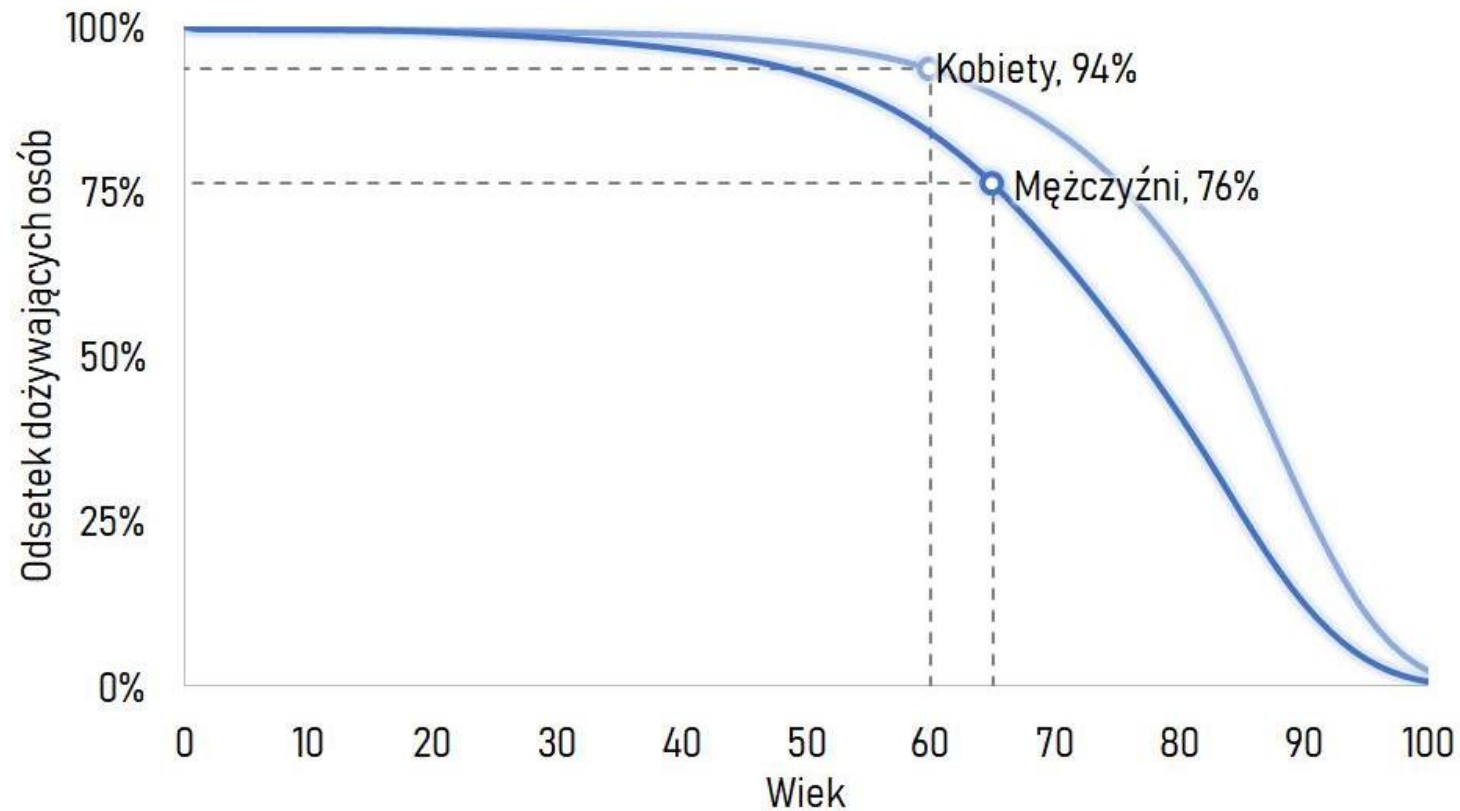


UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
W POZNANIU

Czy łatwo jest dożyć emerytury?

Czy Ty dożyjesz emerytury?

Ile osób dożywa wieku emerytalnego?



Podestał: Adrian Oratowski. Dane za 2019 rok.

System Emerytalny w Polsce

Filar I



ZUS

Filar II



OFE

Filar III



Konta prywatne

Zakład Ubezpieczeń Społecznych	Otwarte Fundusze Emerytalne	IKE, IKZE, PPE, PPK i OIPE
Repartycyjny – solidarność społeczna.	Miały być dywersyfikacją od ZUS.	Filar prywatny.
Formalnie: każdy zbiera na swoim koncie na własną emeryturę.	Okazały się błędnie zaprojektowane: nie zdefiniowano w ustawie czy są to środki publiczne czy prywatne.	Filar dobrowolny.
Realnie: osoby pracujące, utrzymują ze składek emerytów.	Wysokie opłaty – żer dla instytucji finansowych kosztem obywateli.	Konta PPE lub PPK prowadzi pracodawca.
System się nie bilansuje – dopłaty z budżetu do FUS.	Reforma OFE (2013/2014) – umorzenie obligacji w zamian za środki w ZUS.	Konta IKE i IKZE prowadzimy sami oszczędzając lub inwestując przez szeroki zakres produktów finansowych.
Emerytura obliczana przez podzielenie „kapitału” przez oczekiwaną długość życia w miesiącach.	Od 2014 roku OFE nie jest ani obowiązkowe, ani domyślne. Trzeba złożyć deklarację jak chce się być.	Ulgi podatkowe (PPE, PPK, IKE, IKZE, OIPE).
Waloryzacja „kapitału” do roku. Historycznie całkiem duża.	Aktualnie (luty 2023) OFE są w fazie zawieszenia/likwidacji od kilku lat.	Dopłaty (PPK).
Część nie jest dziedziczona, część jest – subkonto.	Środki dziedziczone.	Środki dziedziczone.

Median Ages: Europe 1960

Legend:

- teens
- twenties
- thirties
- forties
- fifties

Visualization by
Aron Strandberg
Twitter: @aronstrandberg

Source:
UN World Population Prospects

Poland ▼
2025

Population: 38,140,909



← Baby boomers

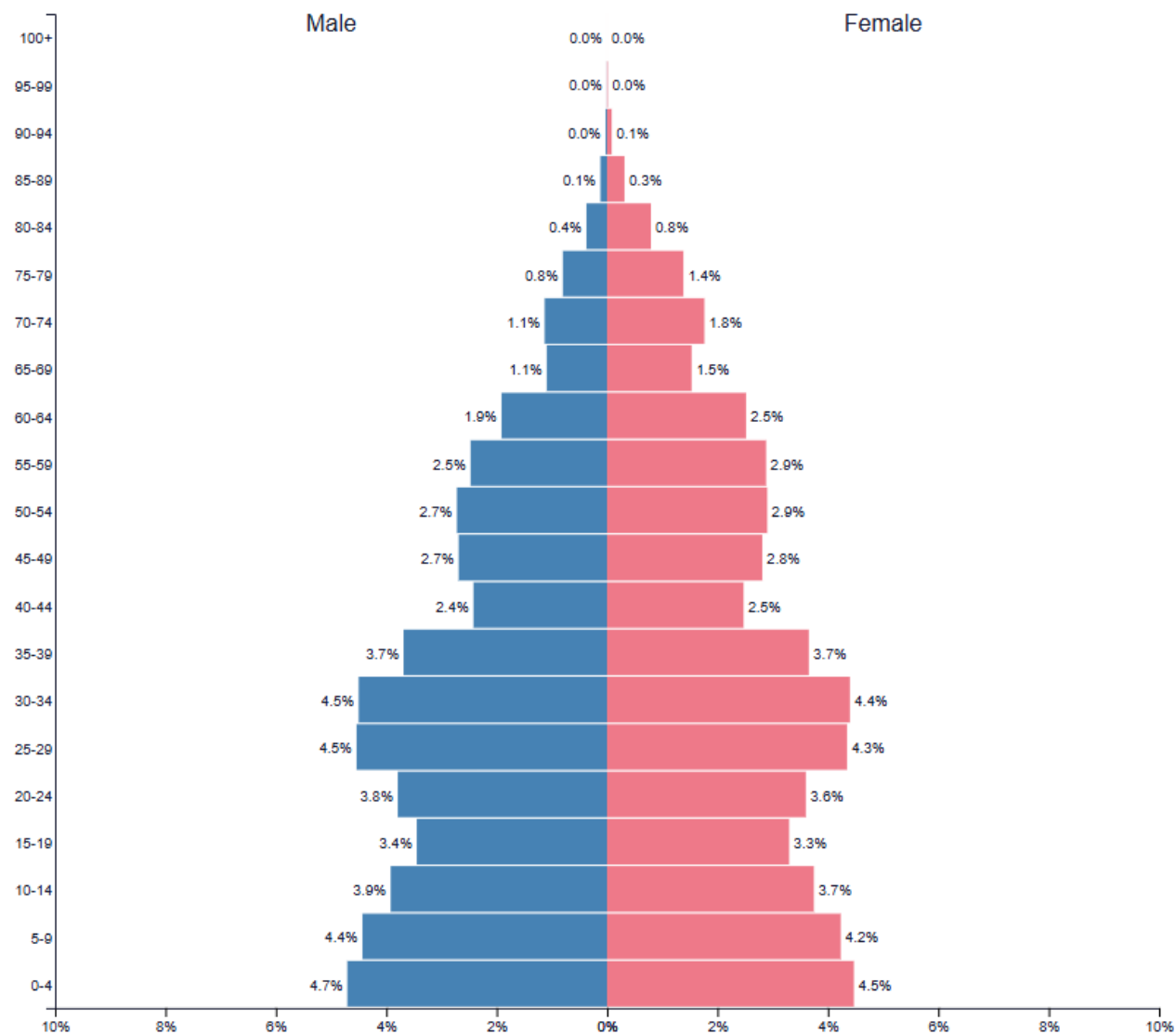
← Ich dzieci

www.populationpyramid.net

Poland ▼

1985

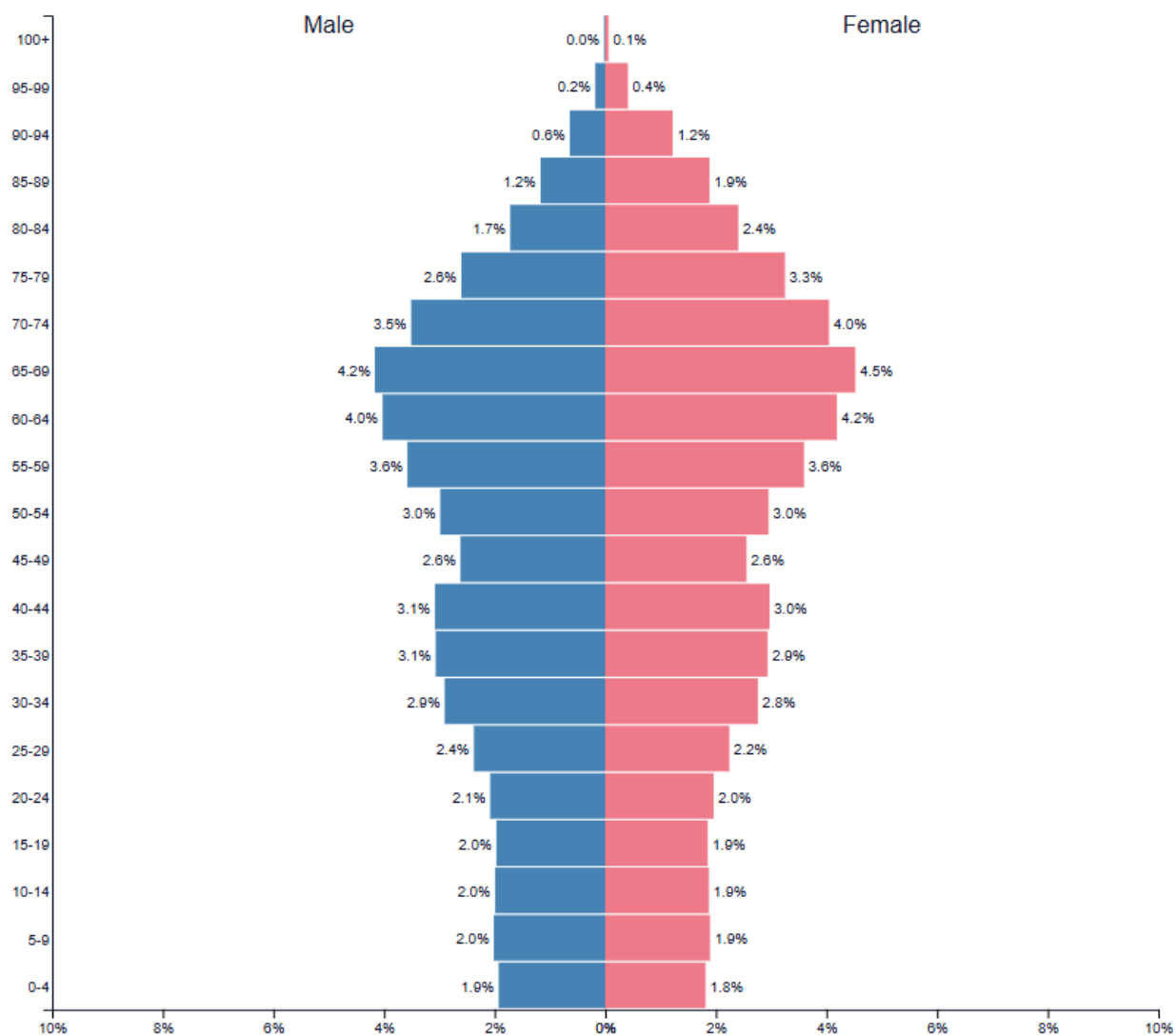
Population: 37,200,852

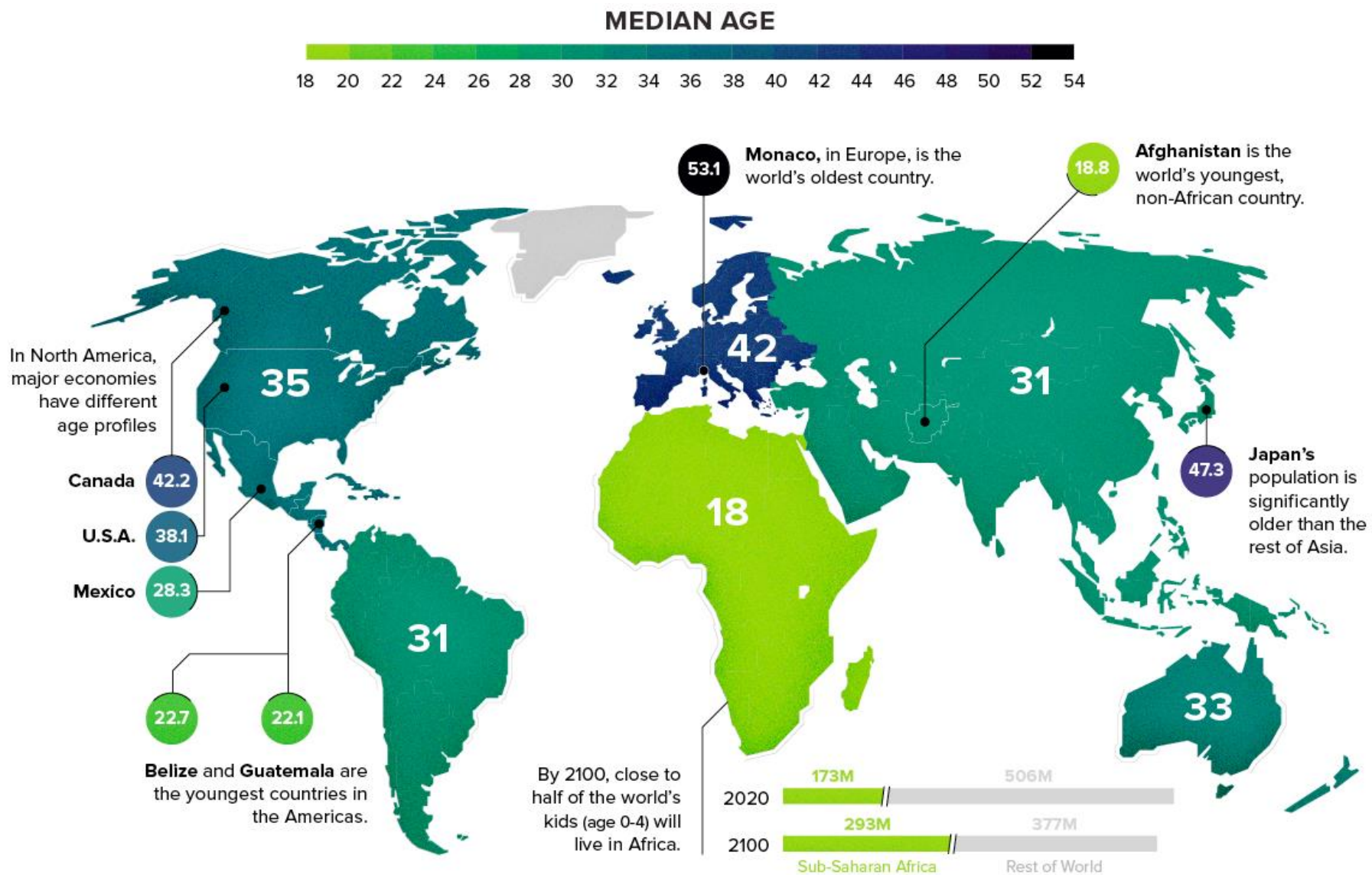


Poland ▼

2050

Population: 32,814,096

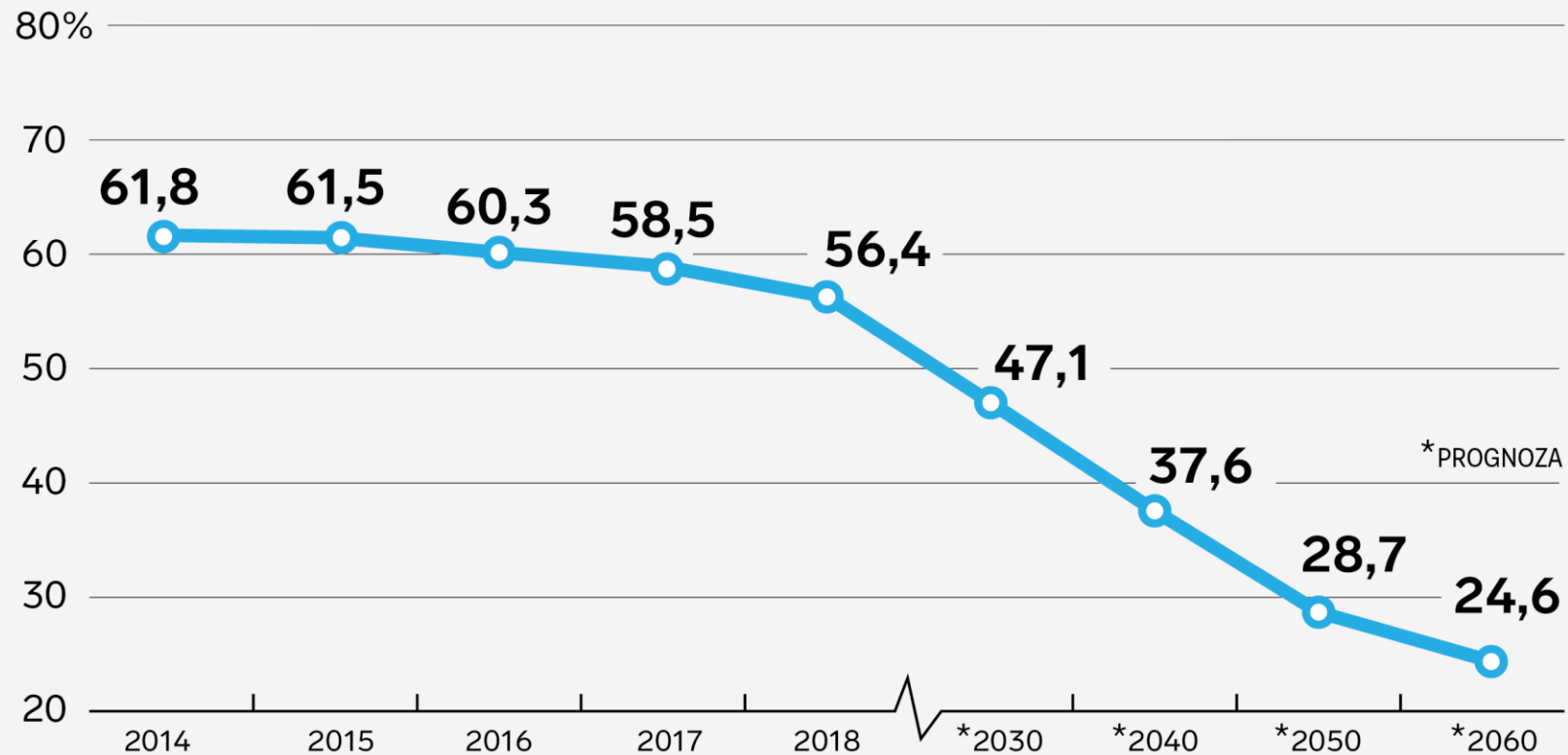




www.visualcapitalist.com/mapped-the-median-age-of-every-continent

PRZECIĘTNA MIESIĘCZNA WYPŁATA EMERYTURY

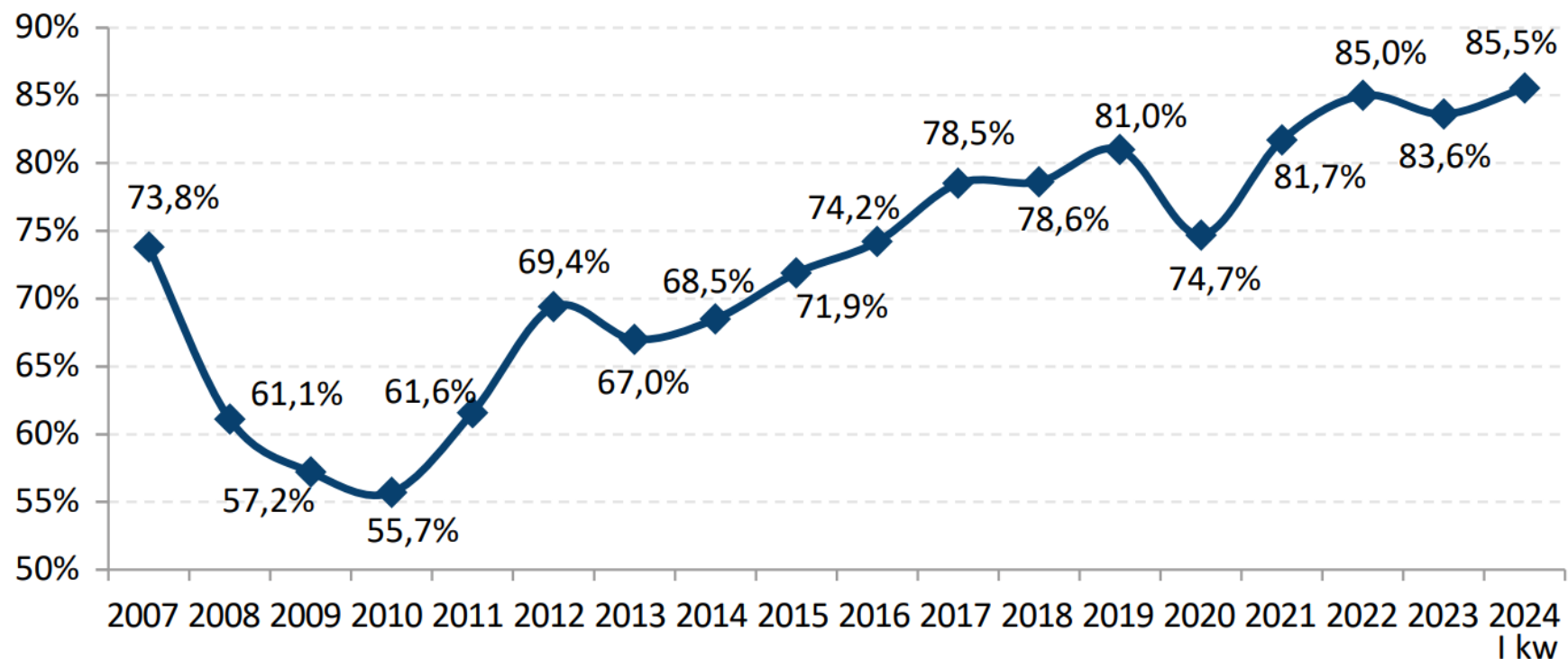
Względem przeciętnego wynagrodzenia w Polsce (w proc.)



BUSINESS
INSIDER
POLSKA

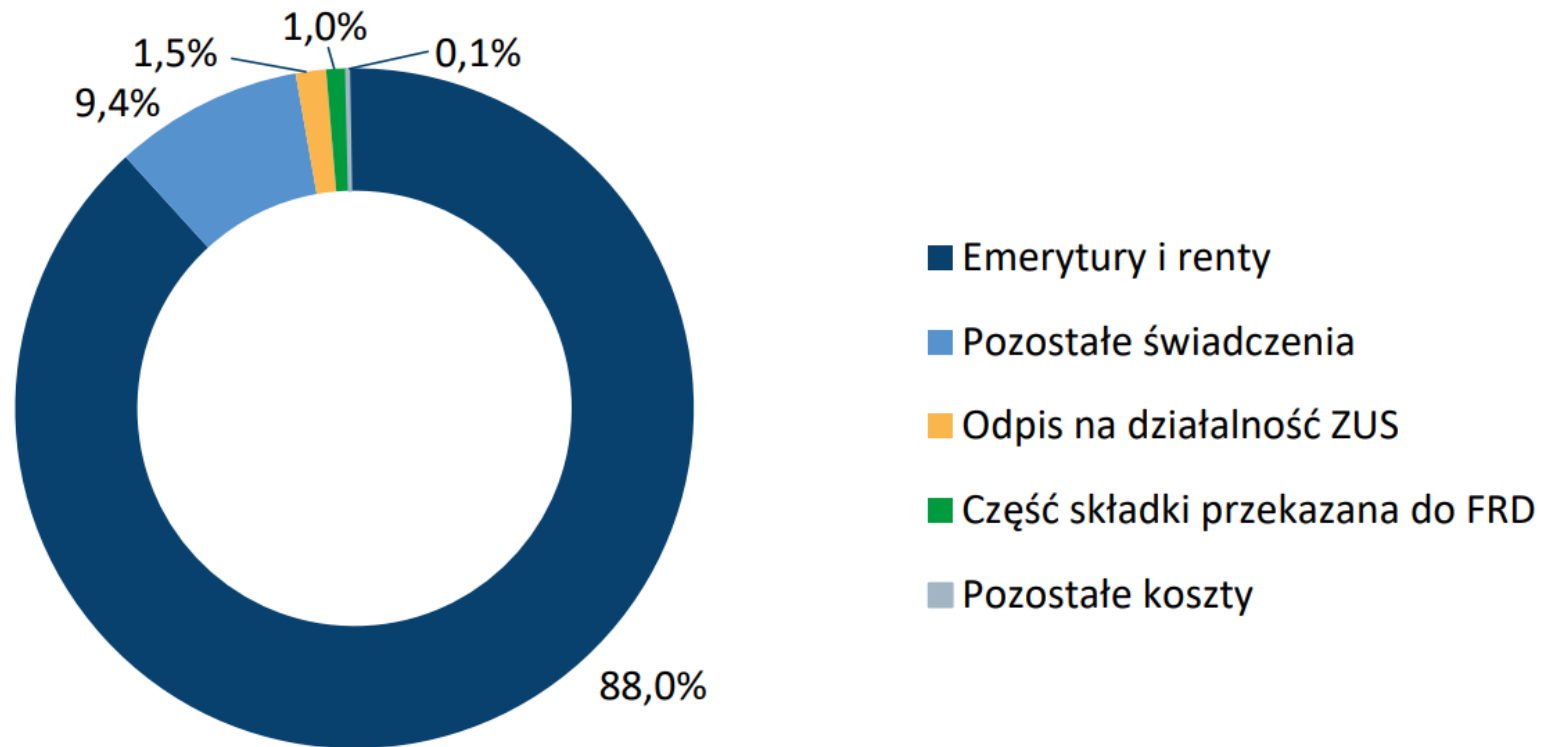
ZUS już teraz się nie bilansuje.

Wskaźnik pokrycia wydatków FUS wpływami ze składek i ich pochodnych.



Źródło: Raport ZUS: Podsumowanie sytuacji finansowej Funduszu Ubezpieczeń Społecznych w pierwszym kwartale 2024 r.

Struktura kosztów FUS w pierwszym kwartale 2024 r



Źródło: Raport ZUS: Podsumowanie sytuacji finansowej Funduszu Ubezpieczeń Społecznych w pierwszym kwartale 2024 r.

Z praktycznego punktu widzenia:

- Od ZUS się nie ucieknie
- Jako jednostki nie naprawimy systemu
- Musimy wiedzieć ma czym stoimy i opracować strategię.



Filar II - OFE

Otwarte Fundusze Emerytalne. Dwie wady.

- Niezdefiniowany status (publiczne, czy prywatne).
- Wysokie opłaty za zarządzanie i od wpłat.



Filar II - OFE



Filar III



Najważniejszy dla nas

Filar III



Z pracodawcą

- Pracownicze Programy Emerytalne (PPE)
- Pracownicze Plany Kapitałowe (PPK)



Samemu

- Indywidualne Konto Emerytalne (IKE)
- Indywidualne Konto Zabezpieczenia Emerytalnego (IKZE)
- Ogólnoeuropejski Indywidualny Produkt Emerytalny (OIPE)

IKE	IKZE
Limit roczny: 26 019 zł (3x średnia krajowa).	Limit roczny: 10 407,60 zł (1,2x średnia krajowa).
Bez podatku „Belki”	Bez podatku „Belki” Zwracają nam PIT (12, 32%).
Brak podatków na koniec.	Na koniec 10% ryczału od całości.
Wypłata w wieku 60 lat lub później (chyba, że: 55 lat i wcześniejsza emerytura).	Wypłata w wieku 65 lat lub później.
Środki prywatne i dziedziczone.	Środki prywatne i dziedziczone.

IKE i IKZE prowadzą:

- TFI (fundusze inwestycyjne)
- **Podmioty prowadzące działalność maklerską**
- Zakłady ubezpieczeń na życie
- Banki
- Dobrowolne fundusze emerytalne.



Z pracodawcą

- Pracownicze Programy Emerytalne (PPE)
- Pracownicze Plany Kapitałowe (PPK)



Samemu

- Indywidualne Konto Emerytalne (IKE)
- Indywidualne Konto Zabezpieczenia Emerytalnego (IKZE)
- Ogólnoeuropejski Indywidualny Produkt Emerytalny (OIPE)

Pracownicze Programy Emerytalne (PPE) - zasady działania.

- Zdecydowanie najpopularniejszą formą oszczędzania w ramach PPE jest umowa z **funduszem inwestycyjnym**.
- Na jakim poziomie kształtują się składki w ramach PPE? Ich wysokość jest ustalana przez pracodawcę oraz przedstawicieli pracowników w umowie zakładowej. Może stanowić **procent wynagrodzenia (maks. 7%)**, określoną kwotę lub być ustalana w sposób mieszany, czyli jako procent od pensji, ale z określonym limitem.
- Składki emerytalnej na PPE, finansowanej przez pracodawcę, **nie wlicza się przy określaniu obowiązkowych składek na ubezpieczenie społeczne**. Stanowi ona jednak przychód pracownika, dlatego **naliczany jest od niej podatek dochodowy od osób fizycznych**.

Pracownicze Programy Emerytalne (PPE) - wypłata przedterminowa.

- **Przedterminowa wypłata** z PPE możliwa jest **tylko wówczas**, gdy dochodzi do jego **likwidacji** lub **skończysz pracę** u pracodawcy prowadzącego program.
- **Brak kosztów**, gdy wskażesz rachunek **IKE** lub inny **PPE**, na który mają być przekazane środki.
- Jeśli po transferze do IKE, poprosisz o ich zwrot, zapłacisz podatek „Belki” od zysków i 30% podstawowych składek trafi na Twoje konto w ZUS

Pracownicze Plany Kapitałowe (PPK)



Pracownik

2% wynagrodzenia
można zwiększyć o kolejne 2%



Państwo

250 zł dopłaty powitalnej
240 zł dopłaty rocznej



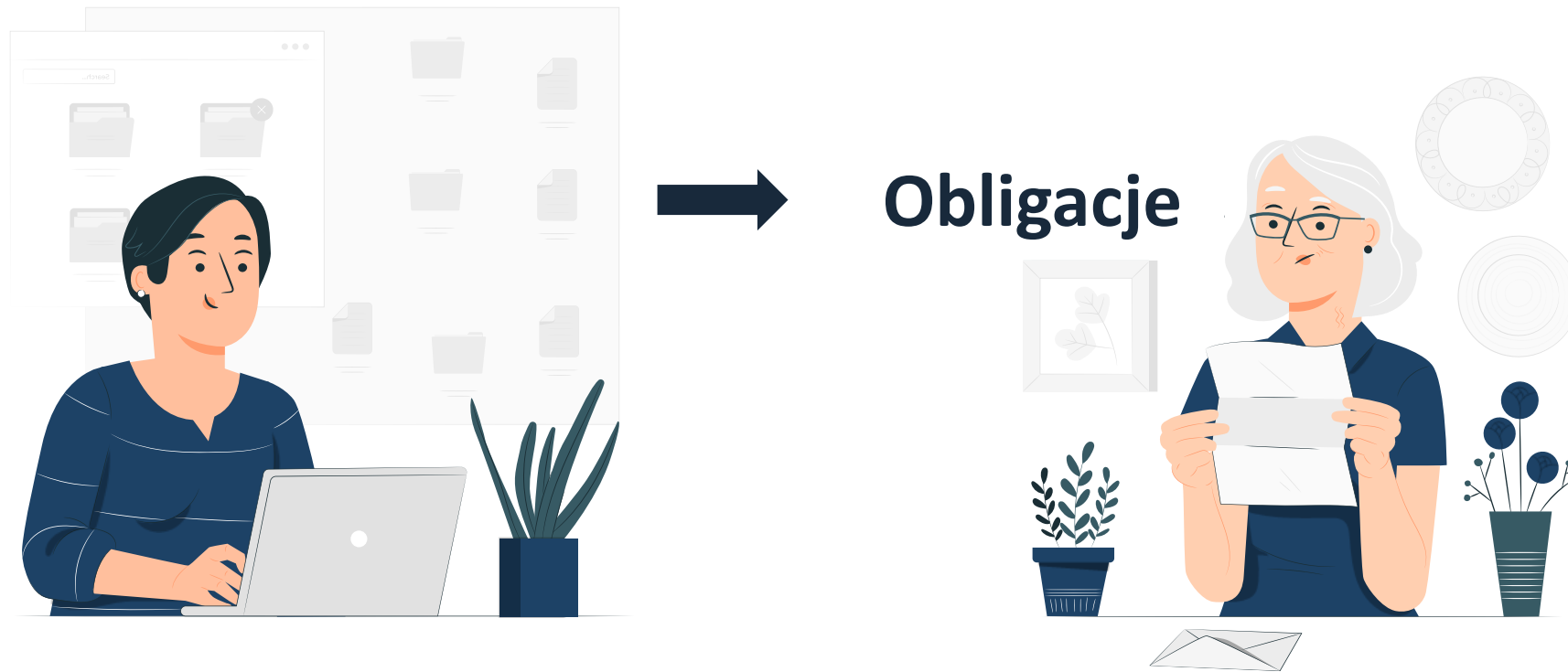
Pracodawca

1,5% wynagrodzenia pracownika
można zwiększyć o kolejne 2,5%



Fundusze cyklu życia

Fundusze zdefiniowanej daty



Fundusze cyklu życia

Fundusze zdefiniowanej daty

LIMITY INWESTYCYJNE W PPK

**Reguły inwestowania środków
w odniesieniu do wieku
uczestnika PPK**

**od utworzenia funduszu
do 20 lat przed 60. r.ż.**

20 lat przed 60. r.ż.

10 lat przed 60. r.ż.

5 lat przed 60. r.ż.

osiągnięcie 60. r.ż.

część udziałowa

(np. akcje, certyfikaty inwestycyjne
oraz jednostki uczestnictwa
funduszy inwestycyjnych)

60–80%

40–70%

25–50%

10–30%

max. 15%

część dłużna

(np. obligacje, bony skarbowe, listy zastawne,
certyfikaty depozytowe lub inne zbywalne
papiery wartościowe)

20–40%

30–60%

50–75%

70–90%

min. 85%

Łączna wartość inwestycji w aktywa denominowane w walutach obcych nie będzie mogła przekroczyć 30% wartości aktywów funduszu.

Materiał: MojePPK

Wypłata środków

- Domyślnie **po ukończeniu 60 lat**: 25% środków jednorazowo, pozostałą część w 120 miesięcznych ratach.
- Można **wypłacić wcześniej**, ale tracimy benefity.
- Można skorzystać wcześniej, **bez utraty benefitów** w dwóch przypadkach:
 - Kupno mieszkania lub domu (wkład własny na kredyt)
 - Poważna choroba pracownika, małżonka lub dziecka.

Kupno mieszkania lub domu (wkład własny na kredyt)

- Nie ukończyliśmy 45 lat
- Musimy spłacić środki na swoje PPK
- Rozpoczęcie spłat nie później niż po 5 latach.
- Na spłatę mamy 15 lat.

Art. 2. [Definicje legalne] 1. 23) poważne zachorowanie:

a)

całkowitą niezdolność do pracy w rozumieniu [ustawy](#) z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz. U. z 2022 r. poz. 504 i 1504), ustaloną w formie orzeczenia przez lekarza orzecznika lub komisję lekarską Zakładu Ubezpieczeń Społecznych na okres co najmniej 2 lat lub

b)

umiarkowany lub znaczny stopień niepełnosprawności w rozumieniu [ustawy](#) z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2021 r. poz. 573 i 1981 oraz z 2022 r. poz. 558, 1700 i 1812), ustalony w formie orzeczenia przez zespół do spraw orzekania o niepełnosprawności na okres co najmniej 2 lat, lub

c)

niepełnosprawność osoby, która nie ukończyła 16 lat, w rozumieniu [ustawy](#) z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, ustaloną w formie orzeczenia przez zespół do spraw orzekania o niepełnosprawności, lub

d)

zdiagnozowanie u osoby dorosłej jednej z następujących jednostek chorobowych: amputacja kończyny, bakteryjne zapalenie mózgu lub opon mózgowo-rdzeniowych, wirusowe zapalenie mózgu, choroba Alzheimera, choroba Leśniowskiego-Crohna, choroba neuronu ruchowego (stwardnienie zanikowe boczne), choroba Parkinsona, dystrofia mięśniowa, gruźlica, niewydolność nerek, stwardnienie rozsiane, choroba wywołana przez ludzki wirus upośledzenia odporności (HIV), kardiomiopatia, nowotwór złośliwy, toczeń trzewny układowy, udar mózgu, utrta mowy, słuchu lub wzroku, wrzodziejące zapalenie jelita grubego lub zawał serca, lub

e)

zdiagnozowanie u dziecka jednej z następujących jednostek chorobowych: poliomyelitis (choroba Heinego-Medina), zapalenie opon mózgowych, zapalenie mózgu, anemia aplastyczna, przewlekłe aktywne zapalenie wątroby, padaczka, gorączka reumatyczna, nabyta przewlekła choroba serca, porażenie (paraliż), utrata wzroku, głuchota (utrata słuchu), potransfuzyjne zakażenie wirusem HIV, schyłkowa niewydolność nerek, tężec, cukrzyca, łagodny guz mózgu, przeszczepienie narządów, zabieg rekonstrukcyjny zastawek, zabieg rekonstrukcyjny aorty lub nowotwór złośliwy;

Benefits w PPK

- **Dopłaty** od państwa
- **Dopłaty** od pracodawcy
- **Brak** podatku „Belki”.

Symulacja oszczędzania w PPK

Ile otrzymam	Jaki % muszę dołożyć	Do kiedy muszę oszczędzać
Wiek, w którym przystępujesz do PPK	25	lata
Twoje obecne wynagrodzenie brutto	5000	zł
Twoja podstawowa miesięczna wpłata to 2% wynagrodzenia brutto. Podstawowa miesięczna wpłata Twojego pracodawcy to 1,5% wynagrodzenia brutto.		

Źródło tego i 5 kolejnych slajdów <https://www.mojeppk.pl/kalkulator.html>

Twoja dodatkowa dobrowolna miesięczna wpłata

(% wynagrodzenia brutto, poza wpłatą podstawową)

0%	0,5%	1%	1,5%	2%
----	------	----	------	----

Dodatkowa dobrowolna miesięczna wpłata pracodawcy

(% wynagrodzenia brutto, poza wpłatą podstawową)

0%	0,5%	1%	1,5%	2%	2,5%
----	------	----	------	----	------

Do którego roku życia
chcesz oszczędzać w PPK?

60	r.ż.
----	------

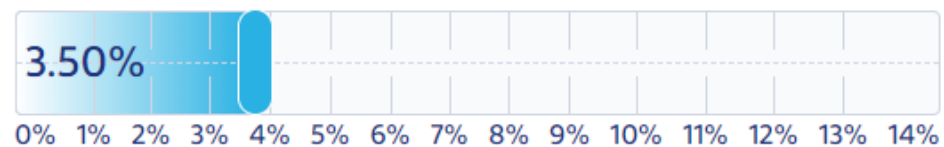
Wypłata jednorazowa po zakończeniu oszczędzania

0%	25%	100%
----	-----	------

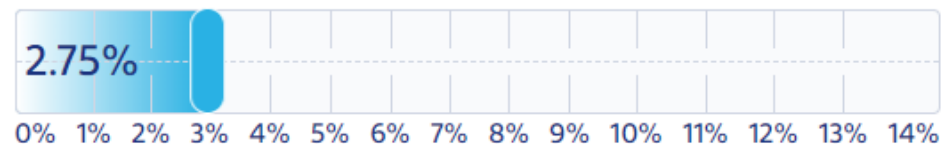
Planowany okres wypłat
pozostałej części środków

10	lat / 120 mies. rat
----	---------------------

Zakładana roczna stopa zwrotu z inwestycji w okresie oszczędzania



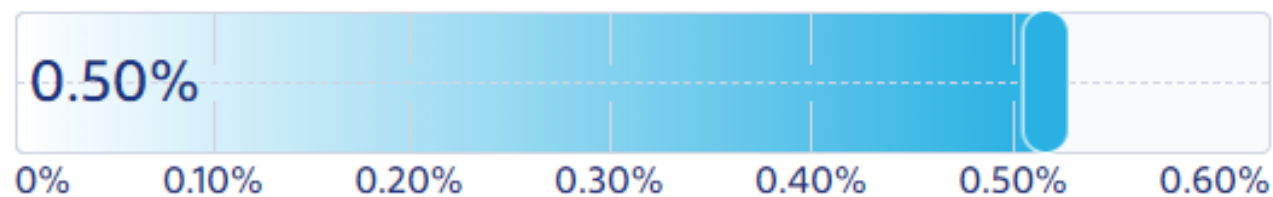
Zakładana roczna stopa zwrotu w okresie wypłat



Zakładany roczny wzrost wynagrodzenia



Koszty zarządzania



Oblicz

Twój wynik



Twoje oszczędności

Suma zgromadzonych przez Ciebie środków w PPK

316 574 zł

Wyplacając środki z PPK według zadeklarowanego podziału otrzymasz łącznie:

Wypłatę jednorazową **0 zł**

oraz

Miesięczne wypłaty z PPK **3 020 zł**



Środki wpłacone przez pracownika: **108 384 zł**

Środki wpłacone przez pracodawcę: **81 288 zł**

Środki dofinansowane przez Państwo: **8 650 zł**

Wypracowany zysk: **164 133 zł**

Dlaczego PPK to nie OFE?

- Zdefiniowane w ustawie jako prywatne (Artykuł 3 ust. 2).
- Koszty maksymalne zdefiniowane w ustawie.
- Możesz wypłacić je w każdej chwili.

Cykl życia, a III filar emerytalny



Co kupować przez konta IKE/IKZE?

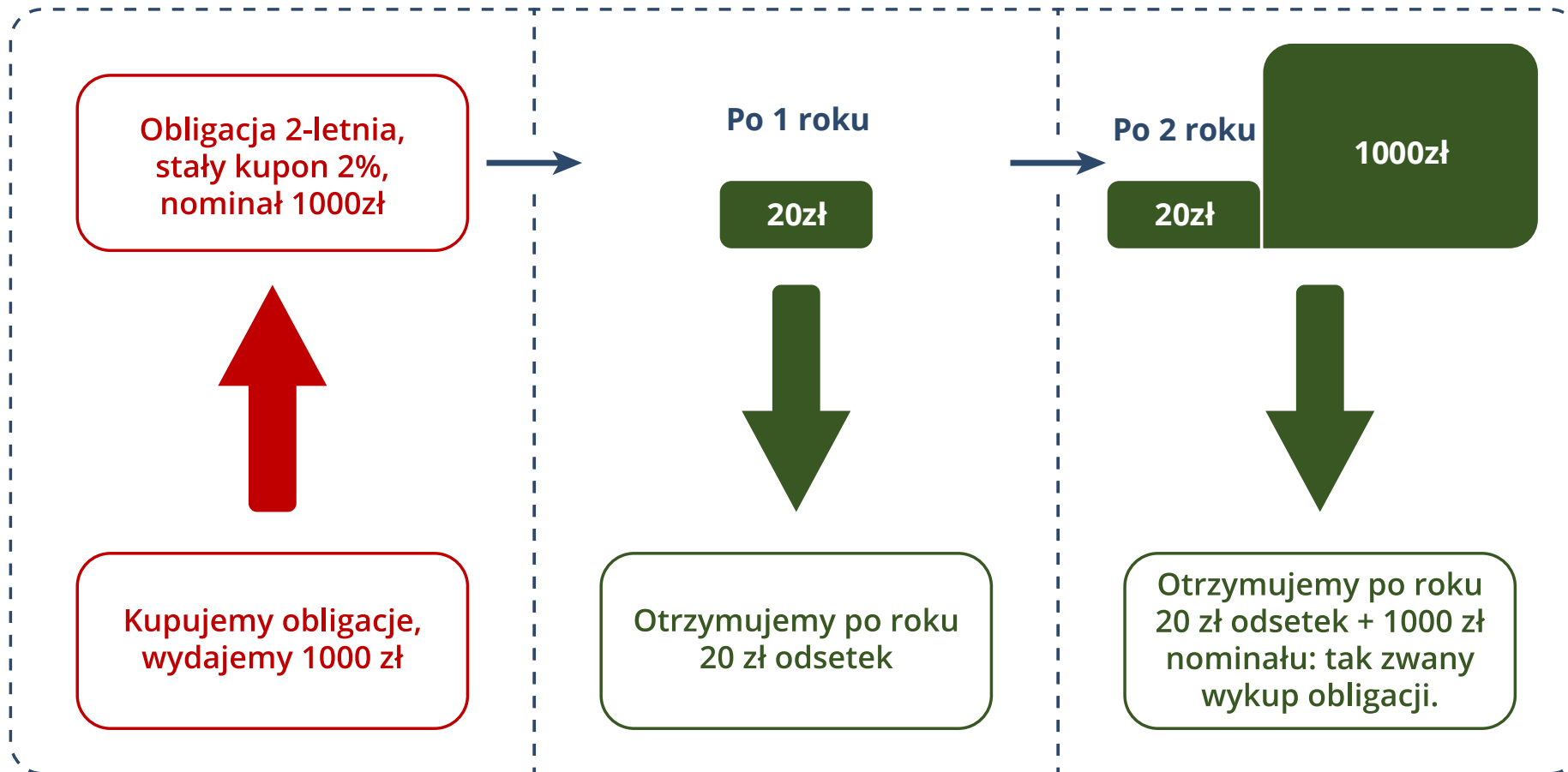
- Polskie detaliczne obligacje skarbowe
- ETF-y polskie
- ETF-y zagraniczne.

Obligacje skarbowe (detaliczne)

Obligacje skarbowe (detaliczne)

Zalety	Wady
Bardzo bezpieczne aktywo – chyba, że mieszkasz w Wenezueli, Argentynie czy Rosji 😊	Zwykle niskie odsetki.
Niski próg wejścia.	
Brak wahań cen – rynek pierwotny.	
Wysoka płynność.	
Brak prowizji i opłat.	

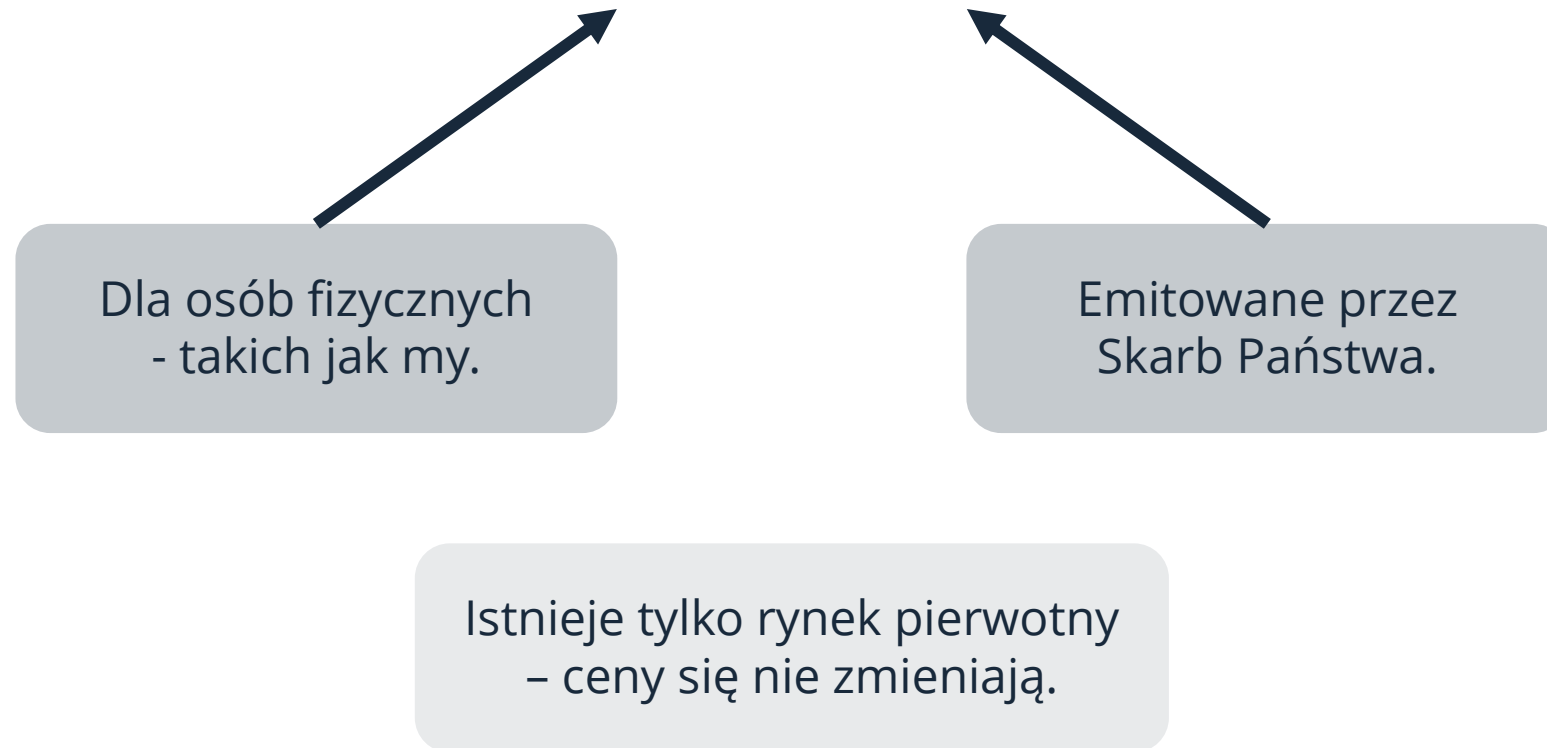
Jak działa obligacja?



Jakie są rodzaje obligacji?

- **Stałokuponowe** – w momencie emisji jest określana stopa procentowa, według której kupony są obliczane przez cały czas trwania obligacji (np. 6% wartości nominalnej obligacji).
- **Zmiennokuponowe** – wartość każdego kuponu jest ustalana w momencie wypłaty wcześniejszego kuponu i np. zależy od stopy WIBOR.
- **Zerokuponowe** – taka obligacja nie przynosi bieżących odsetek. Jedynym wpływem inwestora jest wartość nominalna w momencie wykupu obligacji. Takie obligacje są sprzedawane poniżej wartości nominalnej (np. roczna obligacja zerokuponowa o wartości nominalnej 100 zł jest sprzedawana za 94 zł).

Detaliczne obligacje skarbowe



Gdzie założyć IKE?

Jeśli wybrano **detaliczne obligacje skarbowe**.

- Obligacje-IKE (PKO BP)
- SUPER-IKE (BM PKO BP)



IKE-obligacje – rodzaje obligacji

Źródło: <https://www.obligacjeskarbowe.pl/>

2,75% Obligacje 3-miesięczne OTS STAŁOPROCENTOWE 3 miesięczne Obligacje Skarbu Państwa (symbol: OTS)	4,50% Obligacje roczne ROR ZMIENNOPROCENTOWE Roczna oszczędnościowa obligacja o oprocentowaniu zmiennym (symbol: ROR)	4,65% Obligacje 2-letnie DOR ZMIENNOPROCENTOWE Dwuletnia oszczędnościowa obligacja o oprocentowaniu zmiennym (symbol: DOR)
4,90% Obligacje 3-letnie TOS STAŁOPROCENTOWE 3-letnie obligacje Skarbu Państwa (symbol: TOS)	5,25% Obligacje 4-letnie COI INDEKSOWANE INFLACJĄ 4-letnie obligacje Skarbu Państwa (symbol: COI)	5,75% Obligacje 10-letnie EDO INDEKSOWANE INFLACJĄ 10-letnie obligacje Skarbu Państwa (symbol: EDO)

Akcje i ETF-y

**Akcja to część spółki notowanej
na giełdzie (najczęściej).**

Co daje posiadanie akcji?

- **Wzrost wartości akcji** – gdy firma się rozwija, powiększa swój potencjał do generowania zysków, wówczas wartość jej akcji rośnie, co oznacza wzrost wartości inwestycji w daną akcję.
- **Wypłata dywidendy** – spółka może zachować swój zysk i reinwestować go w swoją działalność lub wypłacić bezpośrednio akcjonariuszom właśnie w formie dywidendy.
- **Udział w walnym zgromadzeniu akcjonariuszy** – co do zasady, każdy akcjonariusz może jechać na walne zgromadzenie akcjonariuszy i głosować nad ważnymi dla spółki sprawami.

... ale ETF-y są lepsze, niż akcje.

Rynki są efektywne – co to oznacza?

- Instrumenty są co do zasady **dobrze wycenione**.
- Na rynku **nie ma** oczywistych **okazji**.
- Ceny instrumentów finansowych **uwzględniają** natychmiast wszelkie **informacje** oraz **oczekiwania**.
- Efektywność niemal w pełni rynków płynnych.
- Jeśli rynek **nie jest efektywny** w niektórych momentach, to jest **irracjonalny** – i nic Ci po tym. Keynes, Newton.
- Asymetria informacji – nie graj na nieswoich zasadach.

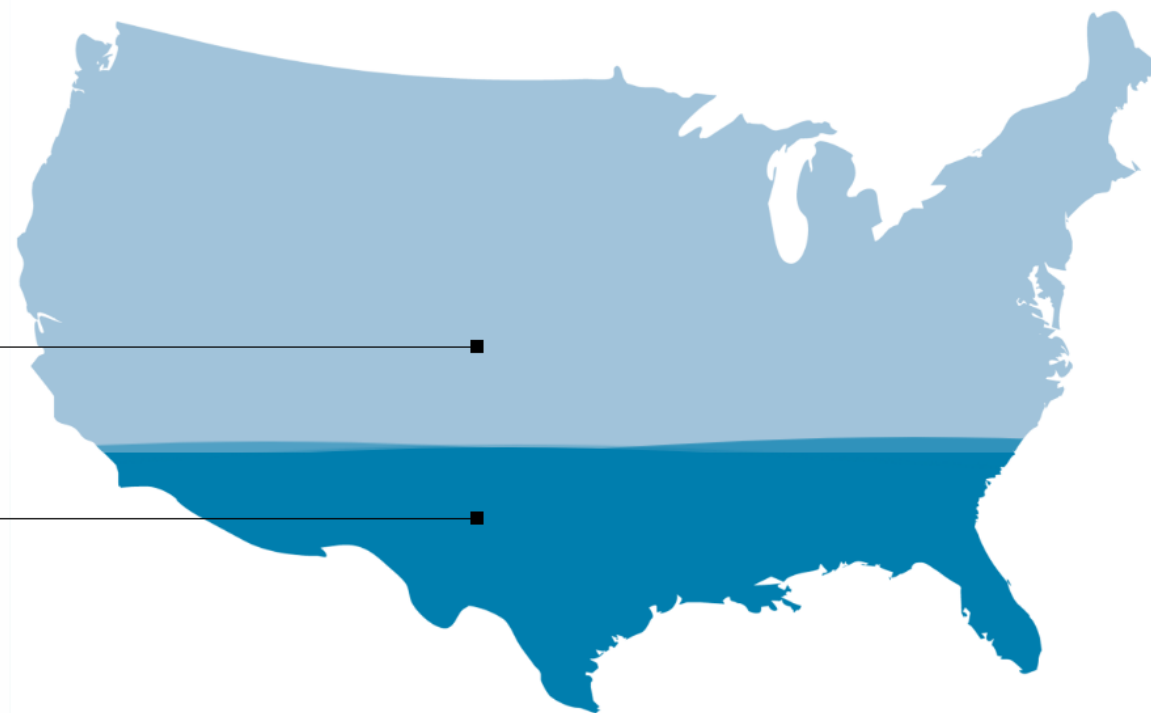
Przykład empiryczny.

United States

Percentage of All Large-Cap funds that
underperformed the S&P 500®

51.08% of funds underperformed the
S&P 500®

48.92% of funds outperformed the
S&P 500®



1 YEAR

3 YEARS

5 YEARS

10 YEARS

15 YEARS

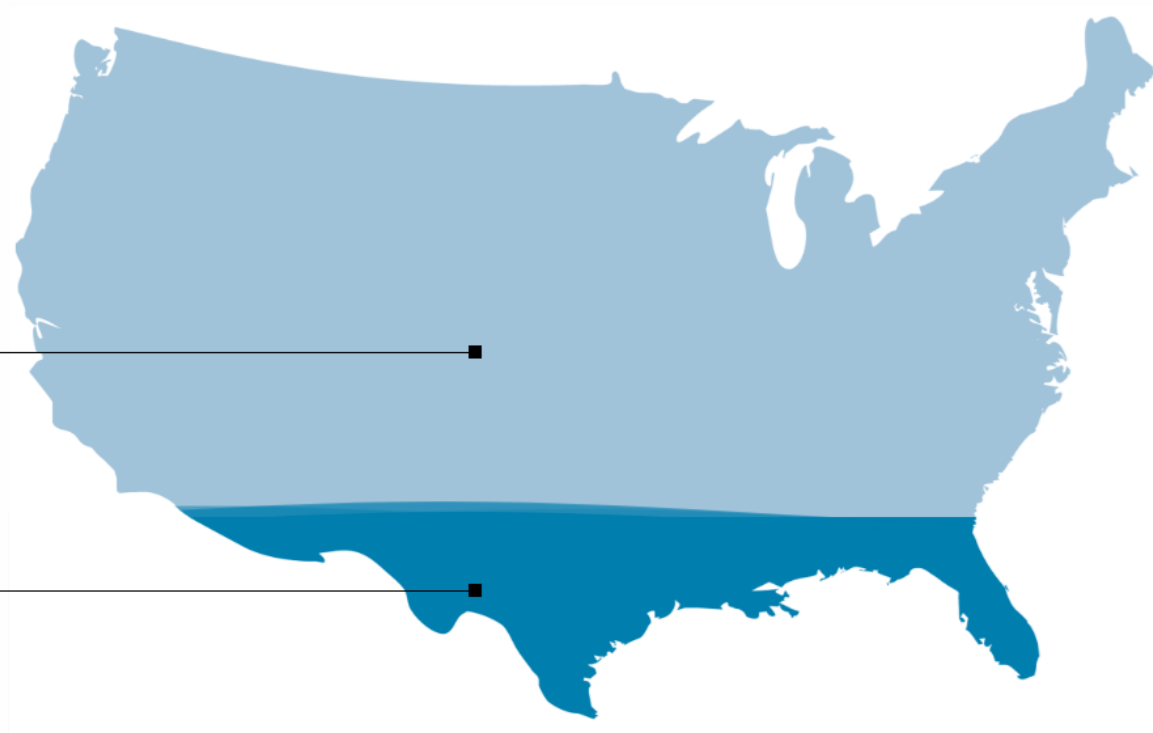
Źródło: <https://www.spglobal.com/spdji/en/research-insights/spiva/#us>

United States

Percentage of All Large-Cap funds that underperformed the S&P 500®

74.27% of funds underperformed the S&P 500®

25.73% of funds outperformed the S&P 500®



1 YEAR

3 YEARS

5 YEARS

10 YEARS

15 YEARS

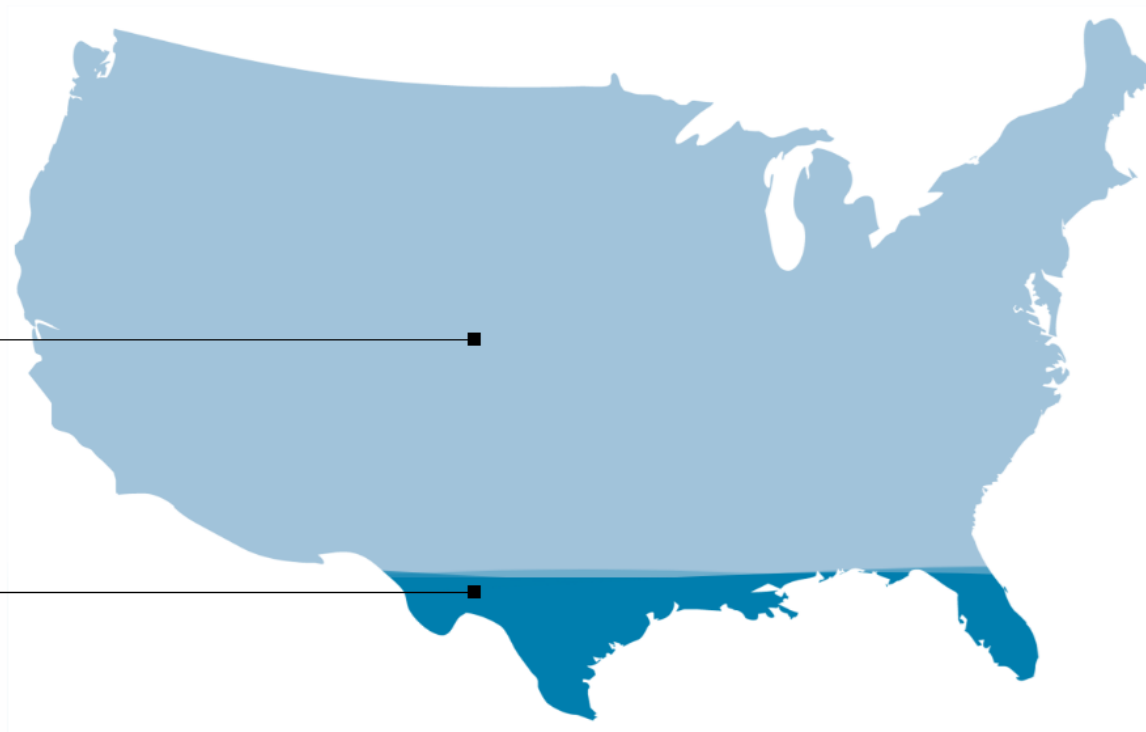
Źródło: <https://www.spglobal.com/spdji/en/research-insights/spiva/#us>

United States

Percentage of All Large-Cap funds that underperformed the S&P 500®

86.51% of funds underperformed the S&P 500®

13.49% of funds outperformed the S&P 500®



1 YEAR

3 YEARS

5 YEARS

10 YEARS

15 YEARS

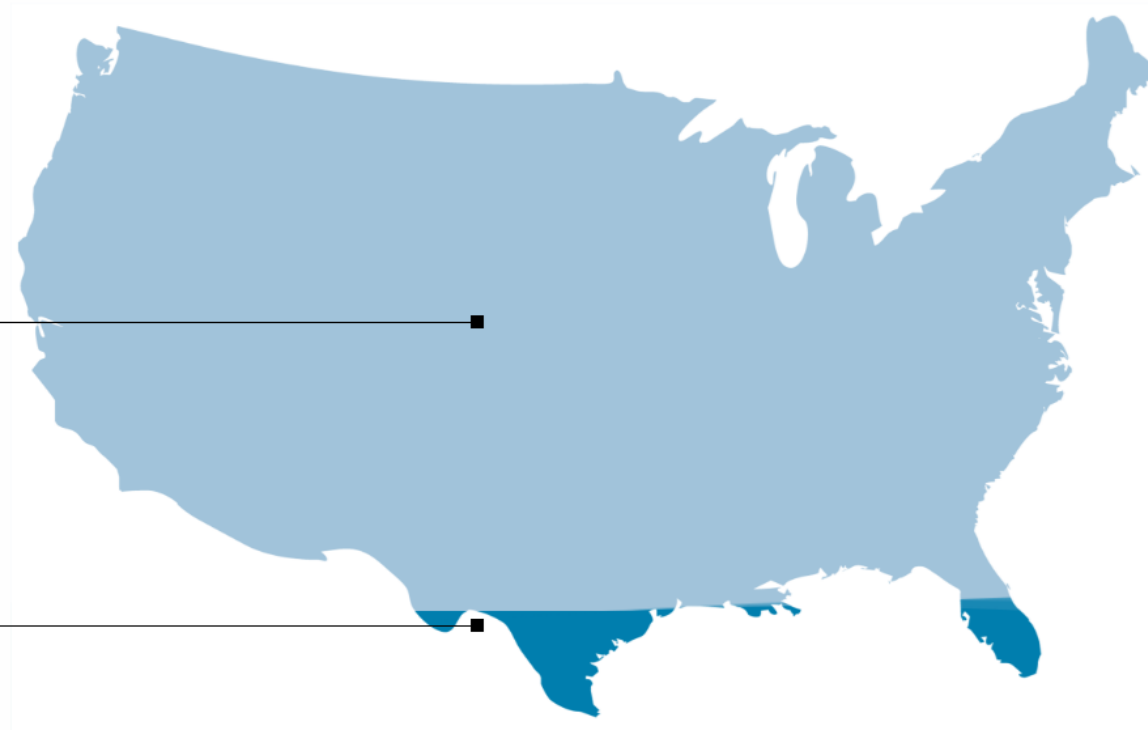
Źródło: <https://www.spglobal.com/spdji/en/research-insights/spiva/#us>

United States

Percentage of All Large-Cap funds that underperformed the S&P 500®

91.41% of funds underperformed the S&P 500®

8.59% of funds outperformed the S&P 500®



1 YEAR

3 YEARS

5 YEARS

10 YEARS

15 YEARS

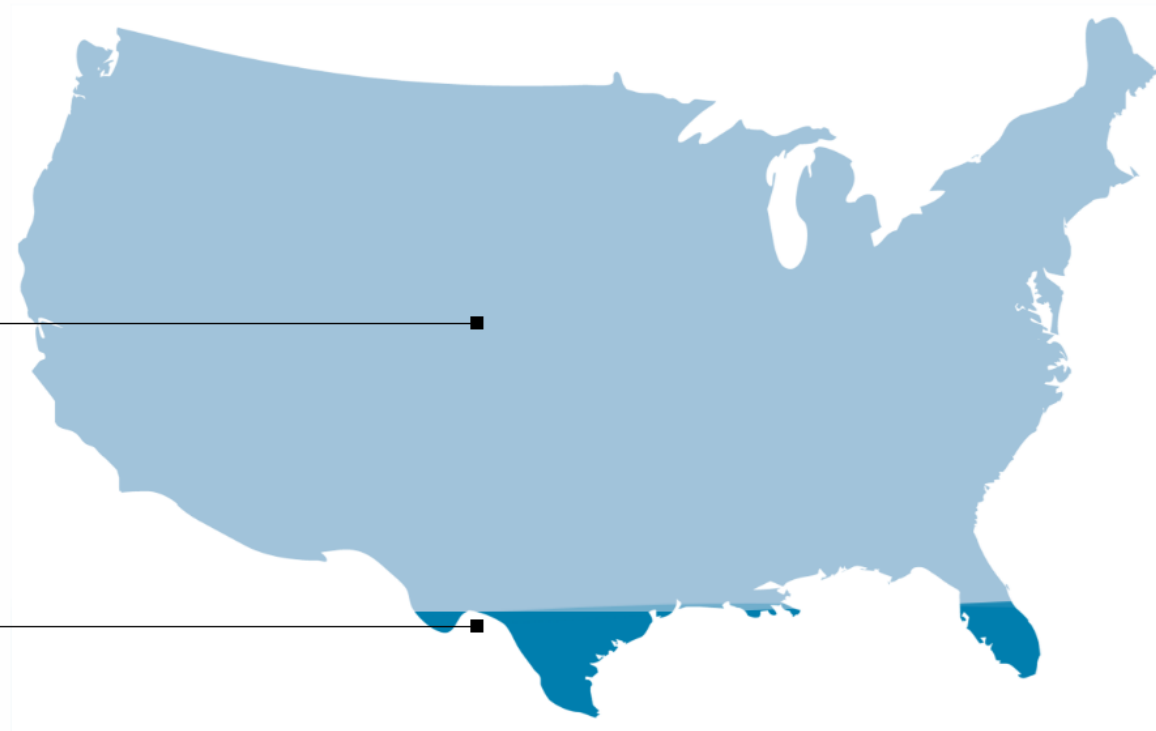
Źródło: <https://www.spglobal.com/spdji/en/research-insights/spiva/#us>

United States

Percentage of All Large-Cap funds that underperformed the S&P 500®

93.40% of funds underperformed the S&P 500®

6.60% of funds outperformed the S&P 500®



1 YEAR

3 YEARS

5 YEARS

10 YEARS

15 YEARS

Źródło: <https://www.spglobal.com/spdji/en/research-insights/spiva/#us>

Wnioski

- **Nie ma cudownych metod** na duże zyski z giełdy.
- Chociaż zawsze będą guru, którzy twierdzą, że mają super metodę – zalecam sceptycyzm.
- Rynek jest efektywny, więc wystarczy, że kupisz **indeks**.
- Plusem efektywności jest fakt, że **nie musisz uczyć się skomplikowanej analizy** spółek i tracić na to czasu i energii.

Podsumowując

- Na ZUS **nie mamy wpływu**.
- OFE są w fazie **likwidacji**.
- Wykorzystując **III filar** mamy **ulgi i dopłaty**.
- **Warto skorzystać z III filaru**, tym bardziej jeśli i tak **oszczędzamy i inwestujemy** długoterminowo w instrumenty, które można opakować w te konta.

Życie poza III filarem



Dziękuję za uwagę