

Bezpiecznie, zdrowo, bezgotówkowo

Załącz w banku swój osobisty rachunek. Dzięki temu, co miesiąc, otrzymasz na ten rachunek swoje świadczenie z ZUS - bezpiecznie i zawsze na czas.

Konto w banku to również możliwość opłacania rachunków, robienia zakupów przez internet i załatwiania wielu urzędowych spraw. Koniec z czekaniem w kolejkach lub na listonosza – konto w banku to wygoda i oszczędność Twojego czasu, a dodatkowo – bezpieczeństwo finansowe, osobiste i zdrowotne. Jest to szczególnie ważne właśnie teraz – w czasie pandemii.

Korzystanie z konta bankowego i bankowości elektronicznej nie musi być trudne. Na tej stronie poznasz korzyści, jakie daje posiadanie konta w banku, dowiesz się jak je założyć i jak bezpiecznie z niego korzystać, a także co zrobić, aby co miesiąc ZUS przekazywał na nie Twoje świadczenia.

Godzi się mieć konto w banku

- Możesz otrzymywać na nie świadczenia z ZUS. Nie musisz więc czekać co miesiąc na listonosza. Twoje konto w banku jest chronione hasłem, więc Twoje pieniądze są tam bezpieczne.
- Wypłacisz swoje pieniądze (część świadczenia lub całość) w najbliższym bankomacie albo w banku. Gotówkę możesz też wypłacić w kasie w niektórych sklepach (tzw. cashback). Możesz również robić przelewy przez internet. Jest bezpieczniej, gdy nie trzymasz gotówki w domu.
- 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, ile Ci jeszcze zostało. Z pomocą banku możesz również oszczędzać i inwestować swoje pieniądze.
- Szybko załatwisz wiele urzędowych spraw. Nie musisz wychodzić z domu i czekać w kolejkach. Oszczędzasz czas i nie narażasz swojego zdrowia. Przydatne informacje dotyczące m.in. kontaktu z ZUS na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS czy profilu zaufanego znajdziesz w [Strefie Seniora Banku Pekao S.A.](#) W [Strefie Seniora](#) dowiesz się również jakie możliwości daje internet i jak z niego bezpiecznie korzystać.

Z kontem w banku jesteś bezpieczny

- Jeśli korzystasz z rachunku bankowego, chronisz swoje zdrowie w czasie pandemii. Wiele spraw możesz załatwić bez wychodzenia z domu – unikniesz osobistego kontaktu z innymi ludźmi, np. podczas odbierania świadczenia lub robienia zakupów. Możesz płacić kartą, więc zmniejszasz ryzyko zakażenia wirusami i bakteriami, które są na pieniądzach.
- Jeśli trzymasz swoje pieniądze na koncie bankowym, a nie w domu, nie narażasz się na oszustwa „na wnuczka” czy „na policjanta”. Jeżeli nie nosisz przy sobie gotówki, nie musisz obawiać się kieszonkowców w komunikacji miejskiej.

Jak założysz konto bankowe

Zapytaj w najbliższym banku o „podstawowy rachunek bankowy”. Tę usługę proponuje już wiele banków. Jeśli chcesz się dowiedzieć, dlaczego banki proponują taki rodzaj konta, możesz obejrzeć [film w internecie](#) „Bankowość dla każdego: Odc. 2 - Bankowość dla Seniorów” ([link do strony zewnętrznej](#)).

Jak zmienisz sposób wypłaty świadczeń w ZUS

Jeśli chcesz, abyśmy wpłacali Twoje świadczenie na Twoje konto bankowe, zgłoś nam to we wniosku o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce.

Możesz to zrobić na dwa sposoby.

1. W naszej placówce. Pomożemy Ci wypełnić [wniosek EZP \(wniosek o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce\)](#). Możesz go wypełnić w domu i złożyć go w najbliższej naszej placówce lub wysłać pocztą.

[Instrukcja „Jak wypełnić i złożyć wniosek EZP o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce” \(plik docx 230kb\)](#)

2. Przez internet. Na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS złoż wniosek EZP w następujący sposób:

- zaloguj się do swojego konta na PUE ZUS,
- przejdź do zakładki [Ogólny], [Ubezpieczony] lub [Świadczeniobiorca],
- wybierz z bocznego menu [Dokumenty i wiadomości] > [Dokumenty robocze],
- kliknij przycisk [Utwórz nowy] i wybierz z listy „Wniosek EZP”.

[Instrukcja „Jak złożyć wniosek EZP o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce” \(plik docx 675kb\)](#)

O czym musisz pamiętać, gdy korzystasz z konta bankowego przez internet

- Hasło do konta bankowego przechowuj w bezpiecznym miejscu i nikomu go nie pokazuj.
- Gdy robisz zakupy albo załatwiasz jakąś sprawę przez internet, bardzo uważaj, jakie swoje dane osobowe podajesz i komu.
- Nigdy nie klikaj w nieznane linki i nie otwieraj wiadomości od nieznanymi nadawców. Mogą one zawierać niebezpieczne oprogramowanie (np. wirusy).
- Zainstaluj program antywirusowy na urządzeniu, z którego korzystasz (komputer, tablet), albo poproś o to kogoś bliskiego.

Pokaż swoim bliskim, jakie to proste!

Jeśli masz wśród swoich bliskich seniorów, zadбай o ich bezpieczeństwo. Pokaż korzyści, jakie płyną z korzystania z internetu i bankowości elektronicznej. Wyjaśnij im, jak łatwo i bezpiecznie korzystać z nowych technologii.

Wykluczenie cyfrowe jest powszechne głównie wśród osób starszych. Brak wiedzy o usługach bankowych, brak świadomości, jakie korzyści one niosą, oraz brak umiejętności poruszania się po internecie powodują niechęć i strach szczególnie w zakresie bankowości elektronicznej.

Dlatego tak ważna jest edukacja i wprowadzenie swoich seniorów w wirtualny świat:

- zadбай o bezpieczeństwo swoich bliskich seniorów i opowiedz im o korzyściach, jakie daje konto w banku;
- pokaż rodzicom i dziadkom, że zrobienie przelewu przez internet i płacenie kartą w sklepie nie jest trudne;
- pomóż i pokaż im, jak funkcjonować w cyfrowym świecie.

Materiały informacyjne:

Artykuły

- [Ubankuj seniora \(plik docx, 40 kb\)](#)
- [Prosto na rachunek...w banku \(plik docx, 41 kb\)](#)
- [Do wirtualnego biura jeden krok \(plik docx, 40 kb\)](#)
- [Bezpieczny e-senior \(plik docx 42kb\)](#)
- [Cyberbezpieczeństwo – bezpieczny senior w sieci \(plik docx 40kb\)](#)
- [Do czego mogę wykorzystać konto bankowe – korzyści z posiadania konta bankowego \(plik docx 46kb\)](#)

- [Emerytury na konto czy w gotówce – czyli czego potrzebują seniorzy, aby pobierać świadczenia na rachunek bankowy \(plik docx 96kb\)](#)
- [Ubankowanie świadczeniobiorców ZUS - korzyści, dane maj 2021 r. \(plik docx 50kb\)](#)
- [Bezpłatny rachunek w każdym banku \(plik docx 41kb\)](#)

Instrukcje wypełniania wniosków

- [Instrukcja „Jak złożyć przez PUE wniosek EZP o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce” \(plik docx 675kb\)](#)
- [Instrukcja „Jak wypełnić i złożyć wniosek EZP o zmianę danych osoby zamieszkałej w Polsce” \(plik docx 230kb\)](#)