

ZUS przyznaje Wyborczej.biz: Od 13 kwietnia, gdy chory na L-4 wyjedzie na wycieczkę, nie straci automatycznie zasiłku

L-4 10.04.2026, 08:05

Leszek Kostrzewski



Wyjazd turystyczny, nawet za granicę, nie będzie już podstawą do odebrania zasiłku chorobowego (Fot. Ekaterina Pokrovsky / Shutterstock)

POSŁUCHAJ 08:00 MIN

W połowie kwietnia nastąpi rewolucja w zwolnieniach lekarskich. Wyjazd turystyczny, nawet za granicę, nie będzie podstawą do automatycznego odebrania zasiłku chorobowego. Z drugiej jednak strony w życie wejdą przepisy dające większe uprawnienia kontrolne Zakładowi Ubezpieczeń Społecznych.

W poniedziałek, 13 kwietnia 2026 r., wejdzie w życie nowelizacja ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych. Najważniejsza zmiana dotyczy wskazania, komu z przebywających na L-4 będzie można odebrać zasiłek.

REKLAMA

L-4
ZASIŁEK
CHOROBY
ZUS
ZWOLNIENIE
LEKARSKIE

Jak ZUS zarabia na zadłużonych przedsiębiorcach. Płacą, dług nie znika



ZAPISZ NA PÓŹNIEJ

I tak w nowym prawie zamiast dotychczasowego sformułowania, że zasiłek traci ktoś, kto: „wykorzystuje zwolnienie w sposób niezgodny z celem tego zwolnienia” pojawi się zapis o odebraniu pieniędzy komuś, kto: „podejmuje aktywność niezgodną z celem tego zwolnienia”.

REKLAMA

Jednocześnie w ustawie podano definicję, co należy uważać za pojawiającą się po raz pierwszy w polskim prawie „aktywność niezgodną z celem zwolnienia”. Otóż będą to:



Wszelkie działania utrudniające lub wydłużające proces leczenia lub rekonwalescencję, z wyłączeniem zwykłych czynności dnia codziennego lub czynności incydentalnych, których podjęcia w okresie zwolnienia od pracy wymagają istotne okoliczności

REKLAMA

Zdaniem Roberta Nogackiego, radcy prawnego i partnera zarządzającego w Kancelarii Prawnej Skarbiec, po zmianach odebranie zasiłku chorobowego będzie trudniejsze. Nie wystarczy już bowiem samo ustalenie przez ZUS, że osoba przebywająca na L-4 podejmowała jakąkolwiek aktywność. Kluczowe będzie wykazanie związku między tą aktywnością a negatywnym wpływem na proces leczenia.

REKLAMA

– Sam wyjazd na wycieczkę nie będzie więc już podstawą do odebrania świadczenia. Po zmianie ZUS będzie musiał udowodnić, że wyjazd utrudniał lub wydłużał leczenie – tłumaczy Nogacki.=

Jak ZUS będzie oceniał wyjazd na L-4?

Gdy po raz pierwszy napisaliśmy o sprawie 19 marca, nie mieliśmy jeszcze stanowiska ZUS (który odpowiada za kontrole na zwolnieniu lekarskim) w sprawie nowych przepisów. Właśnie je otrzymaliśmy.

Urszula Juszczak, dyrektorka Departamentu Zasiłków ZUS, potwierdza serwisowi Wyborcza.biz, że w wyniku nowych przepisów „ustawodawca odchodzi od dotychczasowej, szerokiej i w praktyce bardzo pojemnej formuły wykorzystywania zwolnienia niezgodnie z jego celem”.

REKLAMA

Po zmianie, jak zaznacza dyrektorka, „wprowadzone zostaje bardziej zindywidualizowane kryterium oceny, koncentrujące się na tym, czy konkretne zachowanie ubezpieczonego utrudniało lub wydłużało proces leczenia albo rekonwalescencji”.

Jak więc ZUS po zmianach będzie traktował wyjazdy osób w trakcie zwolnienia lekarskiego?



– Dotychczasowy sposób oceny takich sytuacji, ukształtowany w oparciu o linię orzeczniczą sądów, w której sam fakt wyjazdu (np. zagranicznego) często przesądzał o nieprawidłowym wykorzystywaniu zwolnienia, nie będzie zawsze aktualny – mówi nam Juszczyk, zaznaczając jednak, że nie oznacza to pełnej dowolności.

– Ocena będzie nadal dokonywana, lecz w sposób bardziej zindywidualizowany i oparty na przesłankach medycznych oraz całokształcie okoliczności sprawy. Należy też wyraźnie podkreślić, że okres orzeczonej niezdolności do pracy to nie urlop wypoczynkowy i nie można nim dowolnie dysponować. Należy też rozróżnić aktywność zalecaną przez lekarza od własnej inicjatywy w postaci np. zdobywania szczytów górskich, która ma poprawić stan ciała i umysłu – kończy swoją wypowiedź dyrektorka.

REKLAMA

Chory idzie do sądu

Według prawników, z którymi rozmawialiśmy, zmiana przepisów może spowodować mniejszą liczbę spraw w sądach. Dziś bowiem obywatele, którzy tracą zasiłki z powodu różnych aktywności na L-4, bardzo często nie zgadzają się z decyzjami kontrolerów i pozywają ZUS.

Przykłady? Kilka lat temu problemy z ZUS-em miała pani Barbara z Gdańska. Lekarz wystawił jej zwolnienie. Diagnoza: nerwica. ZUS, korzystając z Facebooka, postanowił sprawdzić, jak pani Barbara spędza czas na zwolnieniu, i wykrył, że była na koncercie rockowym (sama zamieściła w serwisie zdjęcia). Zakład uznał więc, że chora nie stosuje się do zaleceń lekarza, i odebrał jej zasiłek chorobowy.

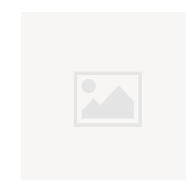
– Lekarz nie zalecił mi, bym na zwolnieniu cały czas leżała, wręcz przeciwnie, zalecał, abym spotykała się z przyjaciółmi i w miarę możliwości się zrelaksowała. Koncert rockowy był taką formą relaksu –

REKLAMA

Ze schowka

Nowa technika sekwencjonowania DNA pojedynczej komórki. Popchnie genetykę do przodu

GENETYKA



ZAJRZYJ DO SCHOWKA

tłumaczyła na sali sądowej gdańszczanka. Sprawę wygrała. ZUS musiał oddać jej 9 tys. zł.

REKLAMA

REKLAMA

To nie pierwsza w ostatnim czasie przegrana ZUS z osobami na L-4.

Ostatnio w serwisie Wyborcza.biz opisywaliśmy sprawę kobiety przebywającej na długotrwałym zwolnieniu lekarskim, która w trakcie rehabilitacji kilkunastokrotnie wyszła z domu, aby zanieść swojemu mężowi posiłek do pracy (oddalonej o 200 m od ich miejsca zamieszkania). Następnie wspólnie z nim zjadała obiad, a potem wracała do domu.

Zakład uznał, że złamała zasady zwolnienia i kazał jej zwrócić 60 tys. zł wypłaconego świadczenia. Sąd, cofając tę decyzję, przyznał, że chory ma prawo do codziennych aktywności. Byle tylko nie przedłużały one jego choroby.

Inny przykład dotyczy katechetki, która miała problemy z kręgosłupem i lekarz wystawił jej zwolnienie. Mimo to kobieta niosła krzyż w procesji drogi krzyżowej. Po procesji poszła na warsztaty Koła Gospodyń Wiejskich i przygotowywała palmy wielkanocne. Z procesji i warsztatów pojawiły się zdjęcia, które dotarły też do ZUS-u, i Zakład zasiłek cofnął.

W uzasadnieniu wyroku sądu, do którego odwołała się katechetka, przyznano, że krzyż ważył niewiele, a wykonywanie palm przebiegało na siedząco i nie wymagało wielkiego wysiłku.

REKLAMA

Z kolei w ubiegłym roku **opisaliśmy, jak pani Anna na zwolnieniu lekarskim wzięła ślub**. ZUS kazał oddać jej 4 tys. zł zasiłku. Kobieta poszła do sądu i wygrała. „Uroczystość nie wiązała się z dużym wysiłkiem, panna młoda nie tańczyła i nie piła alkoholu” – napisał w uzasadnieniu wyroku sędzia.

REKLAMA

Kolejne zmiany

To nie jedyne zmiany w kontroli zwolnień lekarskich, które wejdą w życie 13 kwietnia. W ustawie znalazł się też zapis dopuszczający wykonywanie

„incydentalnych czynności, których podjęcia w trakcie zwolnienia od pracy wymagają istotne okoliczności". W praktyce oznacza to na przykład możliwość odebrania służbowego telefonu czy odpisania na ważnego maila.

Z drugiej strony nowelizacja zwiększa uprawnienia kontrolne ZUS. Od połowy kwietnia Zakład zyska możliwość weryfikowania chorych w różnych lokalizacjach.

REKLAMA

– Do tej pory w praktyce kontrola była najczęściej związana z jednym miejscem, czyli adresem wskazanym na L-4. Teraz przepisy wprost mówią, że ZUS może kontrolować nie tylko w miejscu zamieszkania, ale też w miejscu pracy danej osoby, prowadzenia działalności, a nawet w innym miejscu, jeżeli uzna to za potrzebne – wyjaśnia Mateusz Ostrowski, prawnik z kancelarii The One Centrum Pomocy Prawnej.

Warto przypomnieć, że w pierwszym półroczu 2025 r. ZUS przeprowadził 227 tys. kontroli zwolnień lekarskich, wstrzymując w ich wyniku wypłatę 14,8 tys. zasiłków na łączną kwotę ponad 22,2 mln zł.

Redagował Daniel Maikowski



Magdalena Keler poleca



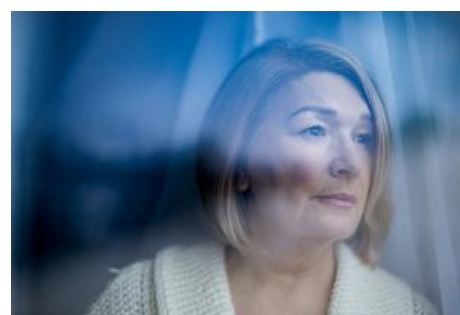
EDUKACJA ZDROWOTNA

Prof. Izdebski: Za fantazje prawicy nie odpowiadam. Zawsze mieli obsesję na punkcie seksu



UCZELNIE WYŻSZE

Na otyłość i nowotwory zalecają dietę keto, na depresję - niejedzenie chleba. Bracia Rodzeń zaproszeni na publiczną uczelnię



PORTRETY KOBIET

30 lat amnezji. "Książdz zobowiązał mnie do tajemnicy, ale ciało nigdy nie zapomniało"

REKLAMA

Czytaj teraz

Artykuł ze schowka

ZAJRZYJ DO SCHOWKA

Nowa technika sekwencjonowania DNA pojedynczej komórki. Popchnie genetykę do przodu

GENETYKA | MARGIT KOSSORUDZKA