
PRZEWODNIK DLA WŁAŚCICIELI FIRM

Luka dochodu

Ile naprawdę zostanie Ci z ZUS, gdy nie będziesz mógł pracować?

Konkretne kwoty na 2026 rok i trzy realne przykłady:
firma budowlana, transport, stolarnia.

W środku znajdziesz:

- tabelę zasiłków ZUS — mały i duży ZUS, kwoty miesięczne i dzienne
- listę kosztów stałych, które nie znikają w czasie przerwy
- trzy wyliczenia luki na prawdziwych strukturach kosztów

Zanim zaczniesz

Ten materiał nie jest o ubezpieczeniach. Jest o jednej liczbie, której większość właścicieli firm nigdy nie policzyła: ile pieniędzy zabraknie w domu i w firmie, jeśli przez kilka tygodni albo miesięcy nie będziesz mógł pracować.

Pracownik na etacie dostaje 80% wynagrodzenia i nie ma firmowych kosztów stałych. Ty masz odwrotnie: niższe świadczenie i koszty, które nie znikają razem z Twoją zdolnością do pracy. Leasing nie robi sobie przerwy na Twoje L4.

Jak korzystać z tego materiału

Przejdź do strony z tabelą ZUS, sprawdź swoją grupę, a potem znajdź przykład najbliższy Twojej branży. Na końcu policz to samo dla siebie — swoje koszty znasz lepiej niż ktokolwiek.

Czego tu nie ma

Nie znajdziesz tu nazw produktów, składek ani ofert. To materiał edukacyjny — ma pokazać skalę problemu, a nie sprzedać rozwiązanie. Decyzję, co z tym zrobisz, podejmiesz sam.

Ile realnie dostaniesz z ZUS

Zasiłek chorobowy przedsiębiorcy liczy się od przeciętnej podstawy wymiaru składek z ostatnich 12 miesięcy, pomniejszonej o 13,71%. Zasiłek to 80% tak ustalonej kwoty.

Mały ZUS / preferencyjny

Podstawa wymiaru składek	1 441,80 zł
Składka chorobowa (2,45%)	35,32 zł
Zasiłek chorobowy — miesięcznie	ok. 995 zł
Zasiłek chorobowy — dziennie	ok. 33 zł

Podstawa: 30% minimalnego wynagrodzenia (2026).

Duży ZUS

Podstawa wymiaru składek	5 652,60 zł
Składka chorobowa (2,45%)	138,47 zł
Zasiłek chorobowy — miesięcznie	ok. 3 900 zł
Zasiłek chorobowy — dziennie	ok. 130 zł

Podstawa: 60% prognozowanego przeciętnego wynagrodzenia (2026). Wyższa zadeklarowana podstawa oznacza wyższy zasiłek, ale tylko jeśli opłacasz ją odpowiednio długo przed chorobą.

Zanim zasiłek w ogóle Ci przysługuje

Musisz mieć 90 dni nieprzerwanego, dobrowolnego ubezpieczenia chorobowego. Zgłoszenie się do niego dzień po wypadku nic nie da.

Pierwsze 6 miesięcy działalności: zero ochrony

Na „uldze na start” nie płacisz składek społecznych — w tym chorobowej. Nie ma znaczenia, ile chciałbyś odkładać: przez pierwsze pół roku prowadzenia firmy nie masz prawa do zasiłku chorobowego, nawet gdy przydarzy się wypadek przy pracy.

Czym jest luka dochodu

Luka dochodu to różnica między tym, co wpływa na Twoje konto podczas niezdolności do pracy, a tym, co z niego wypływa — niezależnie od tego, czy pracujesz, czy nie.

$$\text{KOSZTY FIRMY} + \text{KOSZTY DOMU} - \text{ZASIŁEK Z ZUS} = \text{TWOJA LUKA DOCHODU}$$

Koszty stałe, które nie znikają

KOSZTY FIRMY

- raty leasingu (auto, sprzęt)
- najem lokalu, hali, magazynu
- wynagrodzenia pracowników
- ubezpieczenia firmowe i OCP
- abonamenty, księgowość
- raty kredytów firmowych

KOSZTY DOMU

- rata kredytu hipotecznego
- media i czynsz
- jedzenie i codzienne wydatki
- przedszkole, żłobek, szkoła
- raty konsumpcyjne
- leczenie i rehabilitacja

Ważne: liczymy tylko koszty stałe

Paliwo, materiały czy opony znikają razem z pracą — jeśli nie jeździsz i nie produkujesz, nie ponosisz ich. Do luki liczą się wyłącznie koszty, które płacisz niezależnie od tego, czy firma pracuje.

Najczęstszy błąd w liczeniu

Większość liczy tylko koszty domu i zapomina o firmie. Tymczasem to firmowe zobowiązania — leasing, najem, pensje — najszybciej zamieniają chorobę w problem finansowy, bo są wysokie i nie da się ich zawiesić z dnia na dzień.

Przykład 1 — firma budowlana

Marek, 42 lata — wykończenia wnętrz, JDG, duży ZUS

Pracuje sam, czasem z pomocnikiem na zlecenie. Spadł z drabiny, złamana noga — trzy miesiące bez wchodzenia na budowę. Zlecenia trzeba oddać konkurencji.

KOSZTY FIRMY

Leasing busa	1 800 zł
Leasing sprzętu	600 zł
Ubezpieczenia firmowe	250 zł
Księgowość	350 zł

Razem 3 000 zł

KOSZTY DOMU

Kredyt hipoteczny	2 800 zł
Media	700 zł
Jedzenie, codzienne	1 800 zł
Przedszkole	600 zł
Raty, pozostałe	500 zł

Razem 6 400 zł

Wpływa z ZUS

3 900 zł

Wyżywa co miesiąc (firma + dom)

9 400 zł

**TWOJA LUKA — tyle musisz dołożyć z własnej kieszeni:
5 500 zł miesięcznie**

Ile łącznie musisz dołożyć, jeśli przerwa się przedłuży

po 1 miesiącu

5 500 zł

po 3 miesiącach

16 500 zł

po 6 miesiącach

33 000 zł

Co to znaczy w praktyce

Przy trzech miesiącach niezdolności do pracy Marek musi znaleźć 16 500 zł, żeby firma i dom przetrwały do jego powrotu. To pieniądze, których w tym czasie nie zarobi. Paliwa nie liczymy — kiedy nie jeździ na budowę, nie tankuje.

Przykład 2 — transport

Tomasz, 38 lat — jeden ciągnik siodłowy, jeździ sam, duży ZUS

Właściciel i kierowca w jednej osobie. Zawał, potem rehabilitacja — cztery miesiące bez trasy. Auto stoi na placu, ale rata leasingu przychodzi co miesiąc tak samo.

KOSZTY FIRMY

Leasing ciągnika	6 500 zł
OC, AC, OCP	900 zł
Księgowość	300 zł

Razem 7 700 zł

KOSZTY DOMU

Kredyt hipoteczny	2 400 zł
Media	650 zł
Jedzenie, codzienne	1 700 zł
Raty, pozostałe	800 zł

Razem 5 550 zł

Wpływa z ZUS

3 900 zł

Wpływa co miesiąc (firma + dom)

13 250 zł

**TWOJA LUKA — tyle musisz dołożyć z własnej kieszeni:
9 350 zł miesięcznie**

Ile łącznie musisz dołożyć, jeśli przerwa się przedłuży

po 1 miesiącu

9 350 zł

po 3 miesiącach

28 050 zł

po 6 miesiącach

56 100 zł

Dlaczego w transporcie boli najbardziej

Kiedy kierowca nie jedzie, auto nie zarabia ani złotówki — ale leasing i ubezpieczenia lecą dalej. Cztery miesiące przerwy to blisko 37 500 zł luki. Wielu w tym momencie sprzedaje auto poniżej wartości, żeby wyjść z leasingu.

Przykład 3 — stolarnia

Piotr, 45 lat — meble na wymiar, dwóch pracowników, hala w najmie, duży ZUS

Uraz dłoni przy pilarence — cztery miesiące bez pracy przy maszynach. Pracownicy zostają, ale bez Piotra nie ma kto wyceniać zleceń, rozmawiać z klientem i nadzorować montaż.

KOSZTY FIRMY

Najem hali	2 800 zł
Wynagrodzenia 2 prac. (koszt pracodawcy)	9 600 zł
Leasing maszyn	2 400 zł
Ubezpieczenia firmowe	300 zł
Księgowość	450 zł

Razem 15 550 zł

KOSZTY DOMU

Kredyt hipoteczny	3 000 zł
Media	750 zł
Jedzenie, codzienne	2 000 zł
Raty, pozostałe	700 zł

Razem 6 450 zł

Wpływa z ZUS

3 900 zł

Wyżywa co miesiąc (firma + dom)

22 000 zł

**TWOJA LUKA — tyle musisz dołożyć z własnej kieszeni:
18 100 zł miesięcznie**

Ile łącznie musisz dołożyć, jeśli przerwa się przedłuży

po 1 miesiącu

18 100 zł

po 3 miesiącach

54 300 zł

po 6 miesiącach

108 600 zł

Pracownicy to koszt, którego nie da się wyłączyć

Wynagrodzenia idą dalej, a produkcja bez właściciela zwalnia albo staje. Cztery miesiące przerwy to ponad 72 000 zł. W stolarstwie dochodzi drugie ryzyko: poważny uraz dłoni może oznaczać nie przerwę, tylko koniec pracy przy maszynach.

Jak długo to naprawdę trwa

Licząc lukę, większość ludzi wyobraża sobie tydzień grypy. Problem w tym, że nie planuje się finansów na gripę — planuje się na zdarzenie, które wywraca rok.

Grypa, infekcja

5-10 dni

Odczuwalne, ale do przetrwania z bieżących oszczędności.

Złamanie, uraz kończyny

6-14 tygodni

W pracy fizycznej praktycznie zawsze oznacza pełny przestój.

Zawał, udar, poważna choroba

3-12 miesięcy

Rehabilitacja bywa dłuższa niż samo leczenie.

Trwała niezdolność do zawodu

bezterminowo

Zasiłek chorobowy nie ma tu zastosowania — to inna kategoria świadczeń.

Pytanie, które warto sobie zadać

Nie „czy dam radę przez tydzień”, tylko: ile miesięcy moja firma i mój dom wytrzymają, jeśli jutro przestanę zarabiać? Jeśli odpowiedź brzmi „dwa albo trzy” — to jest dokładnie ta luka, o której mówi ten materiał.

Co możesz z tym zrobić

Świadomość luki nic nie zmienia, dopóki nie zamieni się w liczbę i decyzję. Trzy kroki, w tej kolejności:

1

Policz swoją lukę na własnych liczbach

Nie na uśrednionym przykładzie z tego materiału. Wypisz koszty stałe firmy i domu, sprawdź swoją grupę ZUS, odejmij. Zajmie Ci to kwadrans.

2

Ustal, ile miesięcy chcesz mieć zabezpieczone

Trzy miesiące to minimum przy pracy fizycznej. Sześć, jeśli masz wysokie koszty stałe albo zawód wymagający pełnej sprawności.

3

Sprawdź, co już masz — zanim cokolwiek dokupisz

Wiele osób ma polisy z kredytu hipotecznego albo grupowe, których warunków nigdy nie czytało. Czasem część luki jest już pokryta. Czasem okazuje się, że wcale nie.

Policz swoją lukę — nie uśrednioną, tylko Twoją

Kalkulator na stronie liczy to na podstawie Twoich realnych kosztów firmy i domu. Wynik widzisz od razu — bez zostawiania danych.

analizadochodu.pl

MATEUSZ SIDOR | analiza
dochodu.pl

Agent ubezpieczeniowy, licencja KNF 11258179/A • Warszawa i cała Polska