

# Wsparcie ZUS

w związku z COVID-19

## Co możesz otrzymać w ramach pomocy z ZUS?

- Świadczenie postojowe
- Ulgę w opłacaniu składek
- Zwolnienie z opłacania składek

## Jak otrzymać pomoc z ZUS?

Wypełnij odpowiedni dla Ciebie wniosek:

- **RSP-D** o świadczenie postojowe dla prowadzących działalność
- **RSP-C** o świadczenie postojowe dla umów cywilnoprawnych (wypełnia np. zleceniodawca)
- **RDU** o ulgę w opłacaniu składek
- **RDZ** o zwolnienie z opłacania składek

## Jak złożyć wniosek do ZUS?



Elektronicznie na [pue.zus.pl](http://pue.zus.pl)  
Za pośrednictwem poczty  
Osobiście w placówce ZUS  
(do specjalnej skrzynki na dokumenty)

**WAŻNE!**

W dokumentach koniecznie podaj numer telefonu lub email