

PRZEZORNÓŚĆ

Magazyn spełnianych obietnic

wiosna/lato 2024

Środa **8**

Czwartek **9**

Piątek **10**

Żeby emerytura

nie kończyła się 10-tego

Paradoks
10. dnia miesiąca
str. 4

5 rzeczy
o emeryturze
str. 7

Sukcesja i emerytura
str. 16

 **Pru**
part of M&G plc

”

KIEDYŚ MIAŁEM PLANY
NA EMERYTURĘ.
TERAZ MAM PLAN NA KAŻDY
KAWAŁEK SERA
W LODÓWCE.



Młody bóg na emeryturze

Pamiętacie młodego boga?

Nie przewidział, że na emeryturze wypłata ZUS wystarczy mu do 10-tego. A potem? A potem jak inny Bóg da... Basen i palmy będzie musiała zastąpić wanna w łazience, kolorowe drinki – zwykły soczek, a marzenia o spokojnej starości – walka o przetrwanie do końca miesiąca. Statystyki i wyliczenia

są bezlitosne. Jeżeli odpowiednio wcześniej nie zadbasz o to, by na emeryturze po prostu cieszyć się życiem, rzeczywistość może okazać się trudna do przełknięcia. Zapraszam do lektury nowego wydania w całości poświęconego życiu na emeryturze. Warto przeczytać, żeby szybko podjąć właściwe decyzje.

Nota prawna: Niniejszy materiał ma charakter marketingowy i nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego. Przedstawione w nim produkty są dostępne w formie ubezpieczeń na życie i dożycie. Z uwagi na charakter i cel niniejszego materiału nie uwzględnia on wszystkich informacji, które mogą mieć znaczenie z punktu widzenia udzielanej ochrony ubezpieczeniowej lub praw i obowiązków ubezpieczających, ubezpieczonych lub uprawnionych z umów ubezpieczenia. Niniejszy materiał nie powinien stanowić wyłącznej podstawy do podjęcia decyzji o zawarciu umowy ubezpieczenia.

Przeczytaj i pomyśl o swojej przyszłości

- 4** Paradoks 10. dnia miesiąca
- 7** 5 rzeczy o emeryturze, o których musisz wiedzieć
- 10** Niebieskie strefy w zasięgu ręki
- 12** Dlaczego cieszymy się z przejścia na emeryturę?
- 13** Czego obawiamy się przy przejściu na emeryturę?
- 14** Pianka Marshmallow a emerytura
- 16** Sukcesja i emerytura
- 18** Sześćdziesiątka to nowa czterdziątka?
- 20** Ludzie Pru
- 22** Wysokie emerytury nie dla kobiet
- 24** Marzenia do spełnienia
- 26** Poznaj 12 sposobów na oszczędzanie na emeryturze

Dlaczego większość młodych Polaków nie oszczędza na emeryturę?

Paradoks 10. dnia miesiąca

Prognozy ZUS są bezlitosne dla młodych ludzi. Wszystko wskazuje na to, że utrzymując dotychczasowy standard życia na emeryturze, już 10. dnia każdego miesiąca może im zabraknąć pieniędzy. Młodzi Polacy są tego świadomi – w mediach spotykają się z przewidywaniami, zgodnie z którymi już za 20-30 lat wysokość emerytury może wynieść 1/3 ich ostatniej pensji lub nawet mniej. Mimo to, jak pokazują wyniki najnowszego badania Prudential Family Index, tylko 13% osób w wieku 25-34 lat deklaruje oszczędzanie pieniędzy na przyszłość¹. Co więcej, blisko 3/4 z tych oszczędzających decyduje się na odkładanie do „skarpety”. Powodów, przez które większość młodych ludzi nie odkłada pieniędzy, jest wiele, np. brak nawyku oszczędzania, odkładanie decyzji na później czy brak zaufania do instytucji finansowych.

Czego Jaś się nie nauczył, tego Jan nie będzie umiał

Jedną z przyczyn tego, że młodzi ludzie nie oszczędzają, może być fakt, że nawyku odkładania pieniędzy nie wynieśli z domu, czyli w dzieciństwie nie mieli w starszych osobach wzoru do naśladowania. Potwierdza to badanie Prudential Family Index, które wykazało, że przedstawiciele grupy wiekowej 35-45 lat odkładają środki finansowe

w niewiele większym stopniu niż młodzi – tylko co piąty Polak w tym wieku deklaruje, że poza płaceniem składek ZUS podejmuje kroki w celu zabezpieczenia swojej przyszłości na emeryturze.

– Podejście do pieniądza i kwestii oszczędzania wynosimy często z domu rodzinnego. Odkładanie pieniędzy to nawyk, którego uczymy się od najmłodszych lat, poprzez obserwowanie członków naszej rodziny. Jeżeli oni nie oszczędzają,

to i nam bardzo trudno zabrać się za to w dorosłym życiu. Nasze badanie pokazało, że przedstawiciele starszego pokolenia również nie wypracowali sobie tego nawyku. Przyczyny mogą być różne. Wielu z nas pamięta np. sytuację ekonomiczną lat 90. Trwająca wówczas hiperinflacja nie zachęcała do oszczędzania, a wręcz do niego zrażała – mówi Sławek Bełz, dyrektor sprzedaży agencji Prudential w Polsce, towarzystwa ubezpieczeniowego oferującego ubezpieczenia pod marką Pru.

Dodatkowo warto wspomnieć także o edukacji finansowej, która w naszym kraju wydaje się niewystarczająca. Przemawiają za tym wyniki badania Pru, w którym na pytanie „Dlaczego nie oszczędza Pan/i na emeryturę?” 16% respondentów w wieku 25-34 lat odpowiedziało: „nie znam się na tym”.

Wolą żyć tu i teraz niż myśleć o emeryturze

Kolejnym powodem tego, że młodzi Polacy nie oszczędzają, może być specyficzne podejście do oszczędzania: „mam jeszcze czas, aby pomyśleć o emeryturze, a w ogóle jakoś to będzie. Dzięki sobie poradzę”. Jak pokazują wyniki badania Prudential Family Index, co piąta osoba w wieku 25-34 lat twierdzi, że ma jeszcze czas, by zastanowić się nad swoją emeryturą, kolejne 20% nie widzi takiej potrzeby, a 11% uważa, że da sobie radę.

– Moment wejścia w dorosłe życie przedstawicieli pokolenia Z, czyli osób urodzonych po 1995 r., przypadł na burzliwy okres pandemii, niekorzystnej sytuacji ekonomicznej, wojny w Ukrainie i innych konfliktów na świecie oraz postępującego

kryzysu klimatycznego. W efekcie młodzi wolą wydawać pieniądze na swoje bieżące potrzeby i pragnienia, inwestować w samorozwój i realizować swoje pasje niż myśleć o odległej i niepewnej emeryturze. Należy jednak pamiętać, że oszczędzanie nie klóci się z wydawaniem pieniędzy na przyjemności czy hobby. Mając 20 czy 30 lat, wystarczy odkładać niewielkie kwoty, które po jakimś czasie zaowocują odpowiednio dużą sumą. To sprawia, że młody wiek to najlepszy okres na rozpoczęcie oszczędzania – dodaje Sławek Bełz.

Młodzi ludzie nie ufają instytucjom finansowym

Za brakiem nawyku oszczędzania wśród młodych ludzi może stać też ich brak zaufania do instytucji finansowych. Taką odpowiedź w badaniu podało 13% z nich. Pru zapytało respondentów także o powody braku posiadania ubezpieczenia na życie. Wśród odpowiedzi padało twierdzenie, że agenci ubezpieczeniowi zwykle namawiają nas na zakup rzeczy, których nie potrzebujemy. Wskazało je 49% respondentów w wieku 25-34 lat.

– Głównym celem pracy konsultanta ubezpieczeniowego jest dokładna analiza potrzeb i oczekiwań klienta, a następnie pomoc w określeniu sumy, którą powinien zgromadzić na emeryturę. Konsultant doradzi także, jak skutecznie zacząć oszczędzać, i dobierze produkt, który spełni nasze oczekiwania. Dobrym wyjściem, szczególnie dla młodych osób, jest wybór rozwiązania 2w1, które łączy w sobie ubezpieczenie na życie i oszczędzanie na dowolny cel, na przykład na emeryturę. Dzięki niemu mamy pewność i gwarancję, że po osiągnięciu określonego wieku wypłacona zostanie nam zgromadzona kwota, a w przypadku śmierci, wypadku lub poważnej choroby budżet naszej rodziny będzie zabezpieczony. Te wydarzenia nie są jednak pewne, w przeciwieństwie do emerytury, która czeka większość z nas. Czas i tak upłynie, „jesień życia” z pewnością nadejdzie i zostanie z nami na długie lata. Dlatego odpowiednie zabezpieczenie finansowe jest koniecznością. Poszukując rozwiązań, które spełnią nasze oczekiwania, warto rozważyć produkt Pru Emerytura bez Obaw – twierdzi Sławek Bełz.

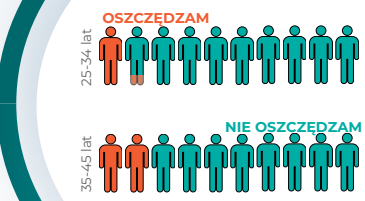
3 POWODY, dla których młodzi ludzie NIE OSZCZĘDZAJĄ NA EMERYTURĘ

Prognozy ZUS są bezlitosne dla młodych ludzi.¹ Wszystko wskazuje na to, że utrzymując dotychczasowy standard życia na emeryturze, już 10. dnia każdego miesiąca może im zabraknąć pieniędzy. Za 20-30 lat wysokość emerytury może wynieść 1/3 ich ostatniej pensji lub nawet mniej.

POWÓD 1.

„U mnie w domu się nie oszczędzało”

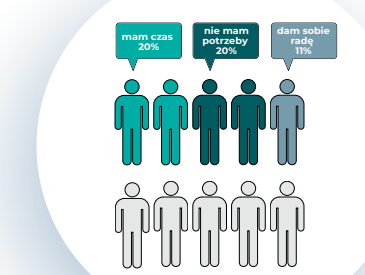
Oszczędzanie pieniędzy na przyszłość deklaruje **13%** osób w wieku 25-34 lat i **20%** osób w wieku 35-45 lat.



POWÓD 2.

„Wolę żyć tu i teraz niż myśleć o emeryturze”

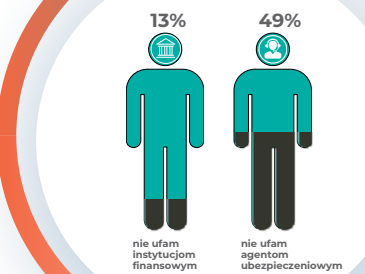
20% osób w wieku 25-34 lat twierdzi, że ma jeszcze czas, by zastanowić się nad swoją emeryturą. **20%** nie widzi potrzeby oszczędzania, a **10%** uważa, że da sobie radę na emeryturze.



POWÓD 3.

„Nie ufam instytucjom finansowym”

13% osób w wieku 25-34 lat nie ufa instytucjom finansowym, a **49%** twierdzi, że agenci ubezpieczeniowi namawiają nas na zakup rzeczy, których nie potrzebujemy.



Materiał ma charakter marketingowy. ¹Wszystkie powyższe dane pochodzą z badania Prudential Family Index. Badanie zostało przeprowadzone przez agencję badawczą Beyond w styczniu 2024 r. metodą CAVI (kwestionariuszowych wywiadów prowadzonych przez internet) na panelu firmy Norstat Polska, na próbie reprezentatywnej Polaków w wieku 25-70 lat, posiadających przynajmniej jedno dziecko. Badana próba liczyła 750 osób.

Oszczędzane pieniądze powinny pracować

Wśród osób oszczędzających największą popularnością cieszy się „skarpeta” (63%). Takie rozwiązanie nie jest odporne na inflację, w związku z czym uzbieranie odpowiedniej sumy pieniędzy może okazać się bardzo trudne. Optymizmem napawa jednak fakt, że coraz mniej osób decyduje się na tę formę odkładania pieniędzy na przyszłość. Coraz większe uznanie zyskują natomiast ubezpieczenia z funkcją oszczędzania. Obecnie korzysta z nich 28% młodych ludzi.

W oferowanych przez Pru produktach oszczędnościowych, na etapie zawierania umowy wskazane są minimalne wartości świadczeń, jakie w przyszłości będą wypłacane. Dodatkowo premie, jakie przyznajemy, odzwierciedlają to, jak pracując aktywna, w które ubezpieczyciel lokuje środki pochodzące ze składek, co umożliwia systematyczne powiększanie świadczeń. To, obok m.in. systematyczności oszczędzania wspieranej przez te produkty, powoduje, że takie rozwiązanie jest dużo korzystniejsze niż odkładanie „do skarpety”.

– W oszczędzaniu istotne są: skuteczne wyrobienie u siebie nawyku oszczędzania, regularność, konsekwencja oraz czas. Im wcześniej młodzi Polacy zaczną oszczędzać, tym lepiej. Można zacząć od niewielkich sum, które dzięki odpowiednim mechanizmom generują zysk. Z czasem można oczywiście stopniowo zwiększać oszczędzane kwoty wraz ze wzrostem poziomu życia. Mając ten sam cel oszczędnościowy, określoną ilość pieniędzy, oszczędzający 30-latek będzie w o wiele lepszej sytuacji niż 50-latek, który dopiero zaczyna i przez to musi odkładać o wiele większe sumy. Pamiętajmy jednak, że nigdy nie jest za późno na oszczędzanie. Oczywiście proces ten zaleca się rozpocząć jak najwcześniej, jednak nie oznacza to, że w wieku 50 lat nie ma sensu się tym zajmować. W momencie przejścia na emeryturę lepiej jest mieć mniejszy kapitał, który przeznaczymy np. na leki lub wizyty lekarskie, niż nic – podsumowuje Sławek Bełz.

Aktualnie 30-latek, aby zwiększyć swoją emeryturę o 2000 zł

miesięcznie, powinien odkładać 400 zł na miesiąc – to tylko około 13 zł dziennie, czyli koszt jednej kawy na mieście. 40-latek, mając taki sam cel oszczędnościowy, musi odkładać już 1218 zł miesięcznie, a 50-latek aż 1884 zł. W przypadku kobiet wartości składek wynoszą 538 zł dla 30-latki, 1164 zł dla 40-latki i 3071 zł dla 50-latki¹.

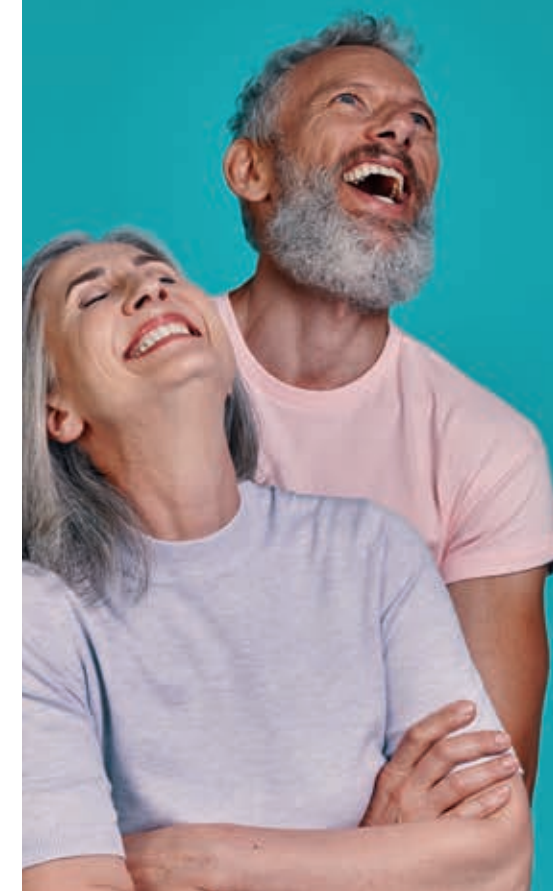
Przyszła emerytura dzisiejszych młodych Polaków nie pozwoli im utrzymać obecnego poziomu życia. Warto mieć na uwadze, że w przyszłości mogą pojawić się większe potrzeby, np. medyczne, które trzeba będzie sfinansować. Dzień młodzi mają zasoby finansowe, które pozwalają im zaspokoić podstawowe potrzeby, poradzić sobie z nieprzewidywanymi sytuacjami (np. naprawą auta) i spełniać marzenia, choć nie zawsze znajdują na to czas. Na emeryturze sytuacja się odwróci – będą mieli sporo wolnego czasu dla siebie i... o wiele mniej pieniędzy, by z niego korzystać tak, jak by chcieli, nie wspominając już o nieprzewidywanych sytuacjach, np. chorobach, których prawdopodobieństwo wystąpienia wzrośnie. Pru zachęca więc, by oszczędzać na emeryturę. Warto zabrać się za to jak najwcześniej, jednocześnie pamiętając, że nigdy nie jest za późno, żeby podjąć takie działanie. Przypomina też o tym, by odkładane przez nas środki pracowały, a także stanowiły zabezpieczenie dla naszego partnera lub współmałżonka.

Materiał ma charakter marketingowy. ¹Obliczenia na podstawie kalkulatora dot. produktu EMERYTURA BEZ OBAW dla kobiet i mężczyzn w wieku 30, 40 i 50 lat, które chcą zwiększyć swoją przyszłą emeryturę o 2000 zł miesięcznie. Więcej na <https://www.pru.pl/kalkulator-emerytura-bez-obaw/>. Wyższe składki u kobiet wynikają z uwzględnienia większej średniej długości życia kobiet oraz wcześniejszego przechodzenia na emeryturę. Wiek emerytalny w Polsce dla kobiet wynosi obecnie 60 lat, zaś dla mężczyzn 65 lat.

Kalkulator emerytalny



Zeskanuj kod i oblicz swoją emeryturę z Pru.



5 rzeczy o emeryturze, o których musisz wiedzieć

Polacy niechętnie oszczędzają na emeryturę – tak wynika z najnowszej edycji badania Prudential Family Index. Tylko 40% respondentów deklaruje, że poza płacaniem składek ZUS podejmuje działania w celu zabezpieczenia swojej przyszłości. Co ciekawe Polacy nie boją się o swoją emeryturę – aż 59% badanych nie uważa braku środków na tym etapie życia za powód do finansowych obaw. Prognozy mówią wyraźnie, że za 20-30 lat wysokość świadczeń emerytalnych wyniesie 1/3 ostatniej pensji. Z taką kwotą, starając się utrzymać dotychczasowy poziom życia, pieniędzy wystarczy nam zaledwie do 10. dnia każdego miesiąca. Dlatego w Pru nieustannie przypominamy o konieczności dodatkowego oszczędzania. Poniżej przedstawiamy 5 faktów, które mogą do tego zachęcić.

1 Wysokość Twojej emerytury na pewno nie pozwoli utrzymać Ci dotychczasowego poziomu życia. Albo wystarczy Ci tylko do 10. dnia każdego miesiąca.

Emerytury w Polsce będą bardzo niskie. Obecnie stopa zastąpienia, czyli stosunek wysokości emerytury do ostatniej pensji wynosi ok. 54%. Według prognoz ZUS w 2040 r. wysokość emerytury zmaleje do 37,6%, a w 2050 r. spadnie poniżej 30%.¹ Dane te potwierdza OECD, według którego stopa zastąpienia w Polsce będzie jedną z najniższych w krajach rozwiniętych². Dlatego tak ważne jest dodatkowe oszczędzanie na „jesień życia”.

Na tak niskie emerytury składa się kilka przyczyn, z których główną są zmiany demograficzne. Społeczeństwo starzeje się i spada liczba urodzeń. W zeszłym roku urodziło się najmniej dzieci po wojnie.

– Panujący w Polsce system emerytalny to tzw. system repartycyjny. Oznacza to, że emerytury biorą się ze składek wpłacanych przez osoby pracujące. Dla takiego mechanizmu największym zagrożeniem są zmiany demograficzne, które obserwujemy w ostatnich latach. Populacja kurczy się i starzeje. Niska liczba urodzeń w 2023 r. to również niewielka liczba osób wchodzących na rynek pracy w 2043 r. Według GUS, obecnie na 1 emeryta pracuje 1,8 osoby w wieku produkcyjnym. Natomiast za 20 lat, kiedy na emeryturę będą przechodziły osoby urodzone w latach 80. XX w., na 1 emeryta przypadają będzie już tylko 1,2 osoby w wieku produkcyjnym. W efekcie wysokość emerytury będzie niższa niż obecnie.

NAJLEPSZA RZECZ W EMERYTURZE? W KOŃCU MAM CZAS NA LICZENIE SWOICH OSZCZĘDNOŚCI... CHOĆ WŁAŚNIE ZAUWAŻYŁEM, ŻE NIE MAM CZEGO LICZYĆ



To w połączeniu z rosnącą długością życia skutkuje wieloletnią, trwającą nawet ponad 20 lat emeryturą pełną trudności z utrzymaniem dotychczasowego poziomu życia – tłumaczy Sławek Belz, dyrektor sprzedaży agencji Prudential w Polsce, towarzystwa ubezpieczeniowego oferującego ubezpieczenia pod marką Pru.

Na emeryturze dostaniesz 1/3 pensji, wystarczy Ci jedynie do 10-tego każdego miesiąca.



Wysokość Twojej emerytury nie pozwoli utrzymać Ci obecnego poziomu życia.



2 Jedynym sposobem na zapewnienie sobie porównywalnego do dotychczasowego poziomu życia na emeryturze jest dodatkowe oszczędzanie.

Polacy, mimo docierających przekazów medialnych o niskich emeryturach, poza płacaniem składek ZUS nie podejmują działań w celu zabezpieczenia swojej „jesieni życia”. Sugerują to wyniki badania Prudential Family Index, według którego aż 53% Polaków nie odkłada środków na emeryturę.

W oszczędzaniu Polakom z pewnością nie pomaga obecna sytuacja ekonomiczna i miesiące wysokiej inflacji. Pru zapytało respondentów o powody, przez które nie odkładają pieniędzy na emeryturę. Najczęściej wskazywaną odpowiedzią był brak środków (50%). Badani wybierali też brak potrzeby, brak wiedzy czy brak zaufania do instytucji finansowych. Wyniki pokazały także konieczność edukacji finansowej i budowania świadomości społecznej w kwestii emerytury oraz przywrócenia zaufania do rynku finansowego. Warto pamiętać, że samo oszczędzanie, rozumiane jako odkładanie części zarobionych

pieniędzy na koncie, do „skarpety” lub do „szuflady”, ze względu na dużą podatność na inflację, nie jest efektywne. Warto więc rozważyć produkty oferowane przez ubezpieczycieli, jak np. ubezpieczenie na życie i dożycie połączone z oszczędzaniem, które pozwala na korzystanie ze zgromadzonego kapitału po osiągnięciu ustalonego w umowie wieku oraz polisę zapewniającą środki w przypadku problemów ze zdrowiem, które zabezpieczają naszych najbliższych.

3 Na emeryturę najlepiej zacząć oszczędzać wraz z pierwszą wypłatą.

W oszczędzaniu panuje prosta zasada – im wcześniej zaczniesz oszczędzać na emeryturę, tym lepiej dla Ciebie. Twoja składka będzie niższa, a uzbierana na koniec kwota – wyższa. Aktualnie 30-latek, aby zwiększyć swoją emeryturę o 2000 zł miesięcznie i zgromadzić kapitał o wartości 480 tys. zł, powinien odkładać tylko ok. 13 zł dziennie – to koszt kawy na mieście. Z kolei 50-latek, mając taki sam cel oszczędnościowy, musi odkładać aż 1884 zł miesięcznie³.

W trudniejszej sytuacji są kobiety. Patrząc na dane GUS, zauważymy, że mężczyzna kończący w 2022 roku 60 lat ma przed sobą jeszcze 18,7 lat, czyli dożyje 78,7 roku życia. Na emeryturę przejdzie za 5 lat – spędzi na niej więc 13,7 lat. Z kolei kobieta kończąca w 2022 roku 60 lat ma przed sobą jeszcze 23,6 lat życia i tyle samo spędzi na emeryturze – to 9,9 lat dłużej niż przeciętny mężczyzna⁴. Problem pogłębiają statystycznie niższe zarobki oraz okresy bezskładkowe, które mają bezpośredni wpływ na wysokość świadczeń. Dlatego kobiety szczególnie powinny zadbać o swój kapitał emerytalny. Jak pokazują wyliczenia Pru⁵, nie jest to trudne, jeżeli zacnie się odpowiednio wcześniej. By zwiększyć swoją emeryturę o 2000 zł miesięcznie i zgromadzić kapitał o wartości 480 tys. zł, 30-latek powinna odkładać 538 zł, 40-latek – 1164 zł, a 50-latek – aż 3071 zł. Polacy wiedzą, że za oszczędzanie powinni się zabrać jak najwcześniej.



32% badanych uważa, że 20. rok życia to najlepszy wiek na rozpoczęcie oszczędzania. 24% twierdzi, że najlepiej zacząć oszczędzanie w wieku 30 lat, a 20% – że w wieku 40 lat. Świadomość nie przekłada się jednak na realne działanie. Najczęściej wskazywaną odpowiedzią na pytanie „Kiedy Pan/planuje zacząć lub kiedy zaczął/ęła odkładać dodatkowe środki na emeryturę?” było „nie wiem, ale kiedyś zacznę” (29%). Na drugim miejscu uplasował się 30. rok życia (28%), dalej 40. rok życia (22%) i 50. rok życia (11%). Polacy są świadomi, że 60 lat to za późno, by rozpocząć oszczędzanie – ta odpowiedź nie została wskazana w ankiecie przez żadnego z badanych.

NA EMERYTURZE WRESZCIE NAUCZYŁAM SIĘ JEDNEJ RZECZY – JAK SPAĆ W DZIEŃ BEZ WYRZUTÓW SUMIENIA.



4 Emerytura to nie schyłek życia.

Statystyki GUS jednoznacznie pokazują, że żyjemy coraz dłużej⁶. Wpływ na to z pewnością ma rosnący poziom medycyny i opieki zdrowotnej, dzięki któremu zwiększa się także średnia długość życia w zdrowiu⁷. Efektem ubocznym tych zmian jest inna percepcja wieku senioralnego. Emeryci to obecnie osoby aktywne, spełniające swoje marzenia i rozwijające się. Współcześnie osoby mające 60 lat mają podstawy do tego, by czuć się jak 40-latkowie. Młodzi ludzie często nie mają czasu na wymarzone metody oszczędzania. Odkładanie środków na koncie, „do szuflady” czy też „do skarpety” jest najchętniej wybieranym sposobem na finansowe zabezpieczenie swojej przyszłości – tę odpowiedź wskazało 58% badanych. Optymizmem napawa jednak fakt, że z tego rozwiązania korzystamy coraz rzadziej – w zeszłym roku taką praktykę deklarowało aż 66%. Coraz rzadziej polegamy też na szczęściu w grach losowych i coraz mniej liczymy na wsparcie dzieci. Z kolei coraz częściej decydujemy się na inwestycyjne metody oszczędzania – 22% respondentów posiada ubezpieczenie na życie i dożycie z funkcją oszczędzania, 20% inwestuje na giełdzie lub w fundusze, a 14% wynajmuje nieruchomości.



– Jeszcze do niedawna określenie „emeryt” kojarzyło nam się z siwym, nieco zgarbionym mężczyzną. Dzięki postępowi medycznemu i rosnącej świadomości w kwestii zdrowego trybu życia obraz ten odszedł w zapomnienie. Dziś emeryci są aktywni, nie chcą siedzieć w fotelu i rozwiązywać krzyżówek. Chcą aktywnie korzystać z nieograniczonego czasu wolnego, spełniać marzenia, realizować swoje pasje i hobby oraz robić wszystkie te

rzeczy, które odkładali na „jesień życia”. Do tego potrzebują jednak dodatkowych środków zgromadzonych przez lata pracy, bo bazowa emerytura z ZUS na pewno im na to nie pozwoli, tym bardziej że z każdym rokiem jest coraz niższa. Zasada jest więc prosta – odkładając plany na emeryturę, nie zapominajmy o odkładaniu pieniędzy – mówi Sławek Belz.

5 Odkładanie „do skarpety” się nie sprawdza. Dobrym sposobem na oszczędzanie mogą być ubezpieczenia z funkcją oszczędzania.

Wyniki badania Prudential Family Index pokazały także, że wciąż stronimy od alternatywnych metod oszczędzania. Odkładanie środków na koncie, „do szuflady” czy też „do skarpety” jest najchętniej wybieranym sposobem na finansowe zabezpieczenie swojej przyszłości – tę odpowiedź wskazało 58% badanych. Optymizmem napawa jednak fakt, że z tego rozwiązania korzystamy coraz rzadziej – w zeszłym roku taką praktykę deklarowało aż 66%. Coraz rzadziej polegamy też na szczęściu w grach losowych i coraz mniej liczymy na wsparcie dzieci. Z kolei coraz częściej decydujemy się na inwestycyjne metody oszczędzania – 22% respondentów posiada ubezpieczenie na życie i dożycie z funkcją oszczędzania, 20% inwestuje na giełdzie lub w fundusze, a 14% wynajmuje nieruchomości.

– Środki, które nie pracują, pod wpływem inflacji tracą swoją wartość z czasem. Dlatego lepszym sposobem na oszczędzanie są produkty finansowe, których działanie opiera się o procent składany. Ich największą zaletą jest fakt, że wypracowane odsetki są doliczane do pierwotnego wkładu pieniężnego, dzięki czemu z każdym kolejnym okresem osiągamy coraz wyższe zyski. Trzeba jednak pamiętać, że nie wszystkie rozwiązania spełnią nasze oczekiwania. Warto pomyśleć więc o ubezpieczeniu na życie z elementem oszczędzania. Zabezpieczając one partnerów lub współmałżonków, można też zabezpieczyć dzieci lub inne wskazane przez nas osoby na wypadek śmierci ubezpieczonego. Aktualnie notujemy rosnącą świadomość w związku

z popularnością takich produktów. Jeszcze w 2019 r. zakup ubezpieczenia na życie deklarowało 24%. Potem wartość ta spadła do 14% w 2022 r. Wygląda na to, że teraz wszystko wraca na właściwe tory – dodaje Sławek Belz.

Spodziewana niska emerytura z ZUS, potrzeba podjęcia dodatkowej pracy czy konieczność wyjścia ze swojej strefy komfortu poprzez rozpoczęcie oszczędzania – rzeczywistość emerytalna może wydawać się brutalna. Istnieje jednak sposób, by temu wszystkiemu zaradzić. Ubezpieczenia ochronno-oszczędnościowe są zdecydowanie wartą uwagi formą oszczędzania ze względu m.in. na oferowaną przez nie stabilność, wygodę, regularność oraz korzyści podatkowe.

¹Jarosław Oczki, „Jak zatroszczyć się o zabezpieczenie na starość osób o niskich dochodach?”: <https://www.zus.pl/documents/10182/874079/13+-+Jak+zatroszczy%25C4%25B7+si%25C4%2599+o+zabezpieczenie+na+staro%25C5%259B%25C4%25B7+os%25C3%25B3b+o+niskich+dochodach.pdf/d3c3bb66-5784-44b2-bf1a-d98528603e60>

²OECD, Pensions at a Glance 2023: https://www.oecd-ilibrary.org/finance-and-investment/pensions-at-a-glance-2023_678055d-d-en

³Obliczenia na podstawie kalkulatora dot. produktu Pru EMERYTURA BEZ OBAW dla mężczyzny w wieku 30 i 50 lat, który chce zwiększyć swoją przyszłą miesięczną emeryturę o 2000 zł. Wyższe składki u kobiet wynikają z uwzględnienia większej średniej długości życia kobiet oraz wcześniejszego przechodzenia na emeryturę. Wiek emerytalny w Polsce dla kobiet wynosi obecnie 60 lat, zaś dla mężczyzn 65 lat. Więcej na <https://www.pru.pl/kalkulator-emerytura-bez-obaw/>.

⁴GUS, Trwanie życia w 2022 r.: Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia - tablice historyczne

⁵Obliczenia na podstawie kalkulatora dot. produktu EMERYTURA BEZ OBAW dla kobiet i mężczyzny w wieku 30, 40 i 50 lat, które chcą zwiększyć swoją przyszłą emeryturę o 2000 zł miesięcznie. Więcej na <https://www.pru.pl/kalkulator-emerytura-bez-obaw/>. Wyższe składki u kobiet wynikają z uwzględnienia większej średniej długości życia kobiet oraz wcześniejszego przechodzenia na emeryturę. Wiek emerytalny w Polsce dla kobiet wynosi obecnie 60 lat, zaś dla mężczyzn 65 lat.

⁶GUS, Trwanie życia w 2022 r.: Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia w 2022 roku

⁷GUS, Trwanie życia w zdrowiu w 2022 r.: Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia w zdrowiu w 2022 r.

Niebieskie strefy w zasięgu ręki

Jakie plany na coraz dłuższe emerytury mają Polacy?

Żyjemy coraz dłużej

Mianem „niebieskich stref” określa się miejsca na świecie, w których odnotowuje się najdłuższą średnią długość życia. Ich mieszkańców łączy przede wszystkim zdrowa dieta, aktywność fizyczna oraz duże przywiązanie do kontaktu z bliskimi. Stosując te trzy zasady, w połączeniu z nieustającym postępem medycznym czy poprawą warunków życia, możemy zapewnić sobie dłuższe życie.

Długowieczność jest rzeczą, którą nas fascynuje i o którą intensywnie zabiegamy, prowadząc zdrowy tryb życia czy korzystając z dorobku medycyny. Prudential (obecnie działający pod marką Pru) przypomina, byśmy w naszych staraniach nie zapominali także o zabezpieczeniu finansowym.

Warto zaznaczyć, że także w naszym otoczeniu znajdują się osoby, którym wieku można z pewnością pogratulować. Pru zapytało respondentów badania Prudential Family Index, ile lat przeżyła lub żyje najstarsza osoba w ich rodzinie. Najczęściej wskazywanymi przedziałami były 81-90 lat (38%) i 91-100 lat (33%). Potwierdzają to dane GUS, według których mężczyzna kończący w 2022 r. 60 lat ma przed sobą jeszcze 18,7 lat, czyli dożyje 78,7 roku życia¹. Na emeryturę

przejdzie za 5 lat – spędzi na niej więc 13,7 lat.

Szczególną uwagę warto zwrócić na statystyki dotyczące kobiet. Według danych GUS, te, które kończą w 2022 r. 60 lat, mają przed sobą jeszcze 23,6 lat życia². Ze względu na niższy wiek emerytalny, tyle samo czasu spędzą na emeryturze – to o 9,9 lat dłużej niż przeciętny mężczyzna. Do tego dochodzi luka płacowa, która w Polsce według danych Eurostat jest jedną

z najniższych w Unii Europejskiej, ale wciąż wynosi 7,8%³. Oznacza to, że kobiety na emeryturze żyją dłużej – ponad 20 lat – i przez niższe zarobki otrzymują niższe świadczenia. Dlatego też szczególnie powinny pomyśleć o dodatkowym oszczędzaniu.

Wszystkie j przedstawione dane potwierdzają zjawisko wydłużania się średniego trwania życia oraz pozwalają wysnuć wnioski, że długowieczność dotyczy również Polaków. To ciekawa i statystycznie coraz bardziej prawdopodobna

Amerykański pisarz Dan Buettner w swojej książce Niebieskie Strefy w praktyce opisał miejsca, w których ludzie żyją najdłużej. Są to m.in. Okinawa w Japonii, Nicoya w Kostaryce, Sardynia we Włoszech czy Ikaria w Grecji. Z kolei w 2023 r. w serwisie streamingowym Netflix pojawił się miniserial dokumentalny Życie 100 lat: Tajemnice niebieskich stref, w którym Buettner w sposób wizualny przybliżył nam tryb życia mieszkańców tych wyjątkowych terenów.

perspektywa, ale by korzystać z niej w bezstresowy sposób, w obliczu kryzysu demograficznego, musimy zadbać także o jej finansowy aspekt.



Czy utrzymasz się na emeryturze?

Kryzys demograficzny w połączeniu z rosnącą średnią długością życia stanowi duże wyzwanie dla systemu emerytalnego. Z każdym rokiem na jednego emeryta przypada coraz mniejsza liczba pracujących. W efekcie według prognoz w 2060 r. stopa zastąpienia spadnie poniżej 30%, co oznacza, że przyszła emerytura wyniesie zaledwie 1/3 ostatniej pensji. Istnieje więc duże prawdopodobieństwo, że chcąc utrzymać dotychczasowy standard życia, pieniędzy wystarczy jedynie do 10. dnia miesiąca. Podstawowa emerytura z ZUS może nie wystarczyć, dlatego tak ważne jest indywidualne oszczędzanie na jesień życia.

Jednak te niepokojące prognozy nie przerażają Polaków i nie skłaniają do podjęcia działań, by zabezpieczyć swoją emerytalną przyszłość. Pru przeprowadziło badanie Prudential Family Index, w którym sprawdziło m.in. postawy i podejście Polaków do oszczędzania na „jesień życia”. 59% respondentów nie uznało braku środków do życia na emeryturze za powód do finansowych obaw. Ponadto ponad połowa (53%) nie odkłada środków na emeryturę, a 29% twierdzi, że odkłada niewystarczającą kwotę.

Co Polacy robią, by zadbać o swoją przyszłość?

Dodatkowe oszczędzanie na emeryturę deklaruje niewielka grupa respondentów – zaledwie 17%. Samo rozpoczęcie oszczędzania i wytrwałość w tym procesie to już spory sukces, jednak duże znaczenie mają także same sposoby, z jakich korzystamy. Badanie Prudential Family Index pokazało, że Polacy stronią od produktów, które zapewniają pomnażanie wpłacanych pieniędzy. W efekcie najpopularniejszą praktyką oszczędzania od kilku lat pozostaje odkładanie na koncie lub w gotówce. Warto jednak zaznaczyć, że coraz częściej decydujemy się na rozwiązania, które lokują nasze środki w różnych instrumentach finansowych.

W 2022 r. magazynowanie pieniędzy w szufladzie deklarowało aż 66%. W 2023 r. wartość ta spadła do 58%. Analogicznie, w 2022 r. zaledwie 14% korzystało z ubezpieczenia połączonego z oszczędzaniem. W ciągu roku popularność tych produktów wzrosła do 22%.

– Z naszego badania wynika, że coraz częściej decydujemy się na rozwiązania, które pomnażają odkładane przez nas pieniądze. Jednym z nich i zdecydowanie wartym uwagi jest ubezpieczenie z funkcją oszczędzania. Na tle innych metod oszczędzania wyróżnia je fakt, że dodatkowo zabezpiecza osoby bliskie na wypadek śmierci, wypadku lub poważnej choroby poprzez rekompensatę utraty wpływów do budżetu domowego, albo finansowe wsparcie w razie przedwczesnej śmierci ubezpieczonego. Jeśli natomiast nic złego się nie wydarzy, po upływie określonego czasu klient otrzymuje minimalną ustaloną w umowie kwotę, bez względu na koniunkturę rynkową. W przypadku naszej oferty dostępna jest opcja gwarancji 100% wpłaconych składek, w przypadku dożycia końca okresu ubezpieczenia, bardzo popularna i ceniona przez klientów. Warto dodać, że wspomniana suma może zostać powiększona o premie roczne i premie końcową. Ich wysokość zależy od wyniku lokowania środków Prudential pochodzących ze składek – tłumaczy Sławek Bełz, dyrektor sprzedaży agencyjnej Prudential w Polsce, towarzystwa ubezpieczeniowego oferującego ubezpieczenia pod marką Pru.

Ponadto Polacy, by zabezpieczyć swoją emeryturę, inwestują na giełdzie lub w fundusze (20%), grają w gry losowe (17%), wynajmują



EMERYTURA TO CZAS, GDY CZŁOWIEK MA DUŻO CZASU, ABY COKOLWIEK ZROBIĆ... I ZAZWYCZAJ NIE ROBI NICZEGO.



nieruchomości (14%) i liczą na wsparcie dzieci (10%).

Dzięki postępowi w medycynie, a także większej świadomości w kwestii profilaktyki i odpowiedniego trybu życia, żyjemy coraz dłużej i jesteśmy zdrowsi. W efekcie statystyki prognozują nam długie, sięgające nawet ponad 20 lat życie na emeryturze. Zabiegając o długowieczność, nie zapominajmy jednak o jej finansowym aspekcie. Oszczędzajmy na emeryturę, korzystając z metod inwestycyjnych. Polacy coraz chętniej decydują się m.in. na rozwiązania typu ubezpieczenie na życie połączone z oszczędzaniem, nieruchomości, fundusze lub granie na giełdzie. To dobry znak, gdyż środki, które pozwolą nam na utrzymanie dotychczasowego poziomu życia na emeryturze, najszybciej uzbieramy tylko wtedy, gdy nasze pieniądze będą pracować.

Materiał ma charakter marketingowy.
¹GUS, Trwanie życia w 2022 r.: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-2022-roku,2,17.html>
²Tamże.
³Eurostat, Gender pay gap statistics: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Gender_pay_gap_statistics#-Gender_pay_gap_levels_vary_significantly_across_EU
Informacje o Prudential Family Index: Badanie zostało przeprowadzone przez agencję badawczą Beyond w styczniu 2024 r. metodą CAWI (kwestionariuszowych wywiadów prowadzonych przez internet) na panelu firmy Norstat Polska, na próbie reprezentatywnej Polaków w wieku 25-70 lat, posiadających przynajmniej jedno dziecko. Badana próba liczyła 750 osób.





Dlaczego **cieszymy się** z przejścia na emeryturę?

Czas na podróże

Dla wielu osób emerytura oznacza możliwość podróżowania i zwiedzania świata bez ograniczeń czasowych związanych z pracą.

Wolność od codziennych obowiązków pracy

Emerytura daje ludziom wolność od codziennych obowiązków związanych z pracą, co pozwala im cieszyć się większą swobodą i elastycznością w planowaniu swojego czasu.

Mniej presji finansowej:

Mimo że niektórzy ludzie obawiają się o swoją sytuację finansową na emeryturze, dla wielu emerytura oznacza również mniej presji finansowej, zwłaszcza jeśli oszczędzili odpowiednio wcześniej.

Możliwość realizacji pasji i zainteresowań

Emerytura daje ludziom szansę na realizację pasji, zainteresowań i marzeń, których nie mieli czasu rozwijać podczas pracy zawodowej.

Spędzanie czasu z rodziną

Emerytura daje ludziom więcej czasu na spędzanie go z rodziną i bliskimi, co może być bardzo cenione, zwłaszcza jeśli wcześniej nie mieli wystarczającej ilości czasu na te relacje z powodu pracy.

Ciesz się chwilami relaksu

Ludzie mogą cieszyć się chwilami relaksu i odpoczynku, co może być szczególnie ważne dla osób, które miały wymagające lub stresujące zawody.

Mniej stresu

Brak codziennego stresu związanego z pracą może przyczynić się do poprawy ogólnego samopoczucia i zdrowia psychicznego.

Możliwość pomocy innym

Emerytura daje ludziom szansę na zaangażowanie się w wolontariat lub pomoc innym, co może być bardzo satysfakcjonujące i dające poczucie spełnienia.

Możliwość samorealizacji

Emerytura może być okazją do samorealizacji i odkrywania nowych talentów lub pasji, które mogły zostać zaniedbane podczas życia zawodowego.

Długie weekendy i dłuższe urlopy

Emerytura daje możliwość cieszenia się długimi weekendami i dłuższymi urlopami, bez potrzeby martwienia się o utratę dni urlopowych.



Czego **obawiamy się** przy przejściu na emeryturę?

Finanse

Jedną z głównych obaw jest brak wystarczających środków finansowych, aby utrzymać standard życia po przejściu na emeryturę.

Niepewność co do systemu emerytalnego

Wielu ludzi obawia się, że system emerytalny może ulec zmianie, co wpłynie negatywnie na ich świadczenia emerytalne.

Trudności w znalezieniu nowego sensu życia

Po latach pracy wiele osób obawia się, że będą mieć trudności z odnalezieniem nowego sensu życia po przejściu na emeryturę.

Zdrowie i opieka medyczna

Obawa o zdrowie i koszty związane z opieką medyczną często stają się istotnym problemem przed emeryturą, szczególnie gdy osoby starsze mają zwiększone potrzeby zdrowotne.

Samotność

Niektórzy obawiają się, że po przejściu na emeryturę mogą czuć się samotni, szczególnie jeśli stracą codzienne kontakty z kolegami z pracy.

Nuda i monotonia

Istnieje obawa przed nudą i monotonią w życiu codziennym, gdy nie ma już obowiązków związanych z pracą.

Inflacja

Ludzie obawiają się, że inflacja może zmniejszyć siłę nabywczą ich oszczędności emerytalnych, co prowadzi do obniżenia standardu życia na emeryturze.

Zmiany w relacjach rodzinnych

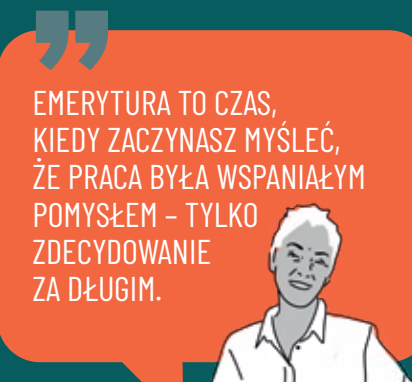
Przejście na emeryturę może wpłynąć na relacje rodzinne, zarówno pozytywnie, jak i negatywnie. Niektórzy obawiają się, że mogą mieć trudności w dostosowaniu się do nowych ról w rodzinie.

Kwestie mieszkaniowe

Ludzie mogą obawiać się problemów związanych z mieszkaniem na emeryturze, w tym wzrostu cen nieruchomości, utrzymania domu lub znalezienia odpowiedniego miejsca do zamieszkania.

Ogólna niepewność finansowa

Poza konkretnymi obawami istnieje ogólna niepewność finansowa związana z przyszłością, która może prowadzić do niepokoju przed emeryturą.



EMERYTURA TO CZAS, KIEDY ZACZYNASZ MYŚLEĆ, ŻE PRACA BYŁA WSPANIAŁYM POMYSŁEM – TYLKO ZDECYDOWANIE ZA DŁUGIM.

Pianka Marshmallow a emerytura

Pokusa jednej pianki tu i teraz albo odroczone gratyfikacja

W latach 60. XX wieku w przedszkolu Bing Nursery School na Uniwersytecie Stanforda przeprowadzono proste badanie. Postawiono przedszkolaków przed wyborem pomiędzy jedną słodką pianką Marshmallow dostępną do zjedzenia od razu a większą nagrodą dwiema piankami, na które trzeba było poczekać. Co ciekawe, dzieci, które wybrały odroczone gratyfikację, osiągały później lepsze wyniki w teście SAT (test kompetencji i wiedzy w szkołach amerykańskich), charakteryzowały się niższym wskaźnikiem BMI i większym poczuciem własnej wartości. Dodatkowo ci, którzy zdecydowali się na większą i lepszą nagrodę odroczone w czasie, szybciej osiągnęli zamierzone cele, jak również lepiej radzili sobie ze stresem.

Test zyskał popularność w Stanach Zjednoczonych, zdjęcia słynnej pianki Marshmallow widniały na koszulkach dzieci wracających ze szkół w Nowym Jorku. Napis na koszulce brzmiał: „Nie zjedz pianki Marshmallow” albo „Zdałem test Marshmallow”. Zdjęcie słodkiej różowej pianki było rozpoznawalnym sygnałem otwierającym tematykę rozważań o odroczonej gratyfikacji w wystąpieniach do różnych audytoriów.

Gorąca nagroda teraz albo chłodna później a struktura ludzkiego mózgu

Zjawisko siły woli, samokontroli i zdolność odraczania gratyfikacji znajdują swe podłoża w ludzkiej biologii, a konkretniej w strukturze

Co wspólnego ma słodka, różowa pianka Marshmallow z oszczędzaniem na emeryturę? Prawdopodobnie słyszeliście o słynnym teście cukierkowym, czyli teście pianek Marshmallow przeprowadzonym na przedszkolakach. Badacz prezentował dziecku smakołyk i dawał mu wybór: dziecko mogło zjeść słodycz od razu albo mogło zaczekać, a wtedy zamiast jednej dostawało dwie pianki później. Co robi młody człowiek? Jakie będą implikacje na dorosłego badanego? Czy ulegnie pokusie, czy wykáže zdolność odroczonej gratyfikacji? I wreszcie jak zdolność wytrwania, samokontroli i odroczonej nagrody ma wpływ na gromadzone oszczędności na emeryturze?

naszych mózgów. Posiadamy dwa ściśle ze sobą powiązane systemy obecne w mózgu: **pierwszy „gorący”, zwany także „odruchowym”** – emocjonalny i nieświadomy – **drugi „chłodny”, zwany także analitycznym** – refleksyjny, czasochłonny i powolny. Pierwszy – ewolucyjnie starszy – jest odpowiedzialny za szybkie, odruchowe i nieświadome decyzje: Emocjonalny system gorący leży u podstaw niecierpliwości w zetknięciu się z pokusami dostępnymi od zaraz. Aktywizuje się automatycznie pod wpływem natychmiastowej nagrody i wyzwała reakcję „Start: chcę tego teraz!”. Jest mało wrażliwy na wartość nagród odroczonej i nie dba o przyszłość,

na przykład o oszczędzanie na emeryturę.

Zatem tak istotna jest świadomość działania mózgu i jego biologicznej konstrukcji, która ma wpływ na wszelkie decyzje, w tym dotyczące oszczędzania w tym na przykład oszczędzania na przyszłość.

Psychologowie i ekonomiści często podkreślają, że ludzie na ogół są bardzo niecierpliwi i kierują się „podszeptami systemu gorącego”, kiedy mają do czynienia z nagrodami dostępnymi od razu; Potrafią też być bardziej cierpliwi, analityczni i racjonalni w swoich preferencjach, kiedy wybierają pomiędzy nagrodami odległymi w czasie. Co ciekawe, ta

niepójność jest znana od dawna. Naukowcy postanowili wnikliwie zbadać zagadkę, jakie mechanizmy mózgowe tkwią u podłoża różnych zachowań. Wyniki badań jedynie potwierdziły, że istnieją dwa systemy neuronalne – gorący i chłodny – które oceniają

natychmiastowej nagrody. Jest mało wrażliwy na wartość nagród odroczonej w czasie i nie dba o przyszłość, skupia się na tym, co tu i teraz. Długotrwała cierpliwość natomiast, która jest niezbędna do dokonywania racjonalnych wyborów pomiędzy różnymi nagrodami odroczonej – na przykład między programami oszczędzania na emeryturę – opiera się na chłodnym systemie poznawczym, a zwłaszcza na pewnych obszarach kory przedczołowej oraz innych, ściśle powiązanych strukturach mózgowych, które wykształciły się dużo później w toku ewolucji naszego gatunku.

Wszyscy mamy w naszych mózgach dwa powiązane ze sobą systemy: „gorący” i „chłodny”, ale to czy w danym momencie wysunie się na pierwszy plan czy drugi, zależy od oddziałującej na nas pokusy oraz od tego, jak ją oceniamy i co o niej myślimy.

Pieniądze teraz czy na emeryturze?

Zespół badaczy z rejonu San Francisco przyjrzał się również decyzjom finansowym podejmowanym przez dorosłych. Co ciekawe, badani, którzy dostrzegali większą ciągłość między swoim obecnym „Ja” a sobą w przyszłości, nie tylko wybierali większe odroczone nagrody nad nagrody mniejsze dostępne natychmiast, ale także z biegiem lat gromadzili więcej zasobów materialnych.

Podobnie jak zdolność przedszkolaków do czekania na dwie pianki Marshmallow zależą od tego, jaką zdolność młody człowiek wykazuje do nawiązania łączności z jego wyobrażonym „Ja”, który dotrwał rezultatu odroczonej gratyfikacji.

Zobacz swój starczy avatar, a będziesz więcej oszczędzać na emeryturę

W innym badaniu Hershfield i jego współpracownicy pokazali badanym

żywe reprezentacje ich „Ja” w wieku emerytalnym. Badacze poprosili wcześniej uczestników o ich fotografie, a następnie stworzyli avatary, które zostały odpowiednio postarzone (przedstawiały osoby ok. 68 lat).

Badani mieli za zadanie suwakiem zaznaczyć, jaką część swojego hipotetycznego wynagrodzenia wpłaciliby na emeryturę. Osoby badane widziały na ekranie swój avatar umieszczony po lewej stronie albo w przyszłości umieszczony po prawej stronie suwaka. Postawiono pytanie: czy koncentracja uwagi na przyszłym „Ja”, czyli postarzonej emerycie, będzie skłaniać terażniejsze „Ja” do podzielenia się z nim obecnymi dochodami?

Co się okazało? Uczestnicy badania, którzy widzieli na ekranie swoje postarzone „Ja”, byli gotowi wpłacać na konto emerytalne o 30% więcej pieniędzy niż ci, którzy widzieli swój obecny wizerunek.

Ostudź teraz, podgrzej później

Świadomość, jak działa ludzka biologia i jak funkcjonują oba systemy w mózgu, może skłonić do refleksji na temat zabezpieczenia finansowego i do właściwego podejmowania decyzji dotyczących finansów na emeryturze. Niezależnie od wieku najważniejsza strategia samokontroli polega na świadomym, racjonalnym studzeniu „teraz” i odgrzewaniu „później”. Odsuwaniu pokus krzyżujących: teraz kupię sobie nowy model „iPhone’a” jak najdalej w czasie i skupieniu się na odroczonej nagrodzie w czasie. Tak jak dzieci z dumą wracali do domu z trofeum dwóch słodkich, różowych pianek Marshmallow tak my kiedyś podziękujemy sobie, że świadomie odsuwalimy pokusy i zgromadziliśmy kapitał na bezpieczną jesień życia.

■ Inspiracja z książki: *Test Marshmallow*, Walter Mischel. Marta Skowron-Moszkowicz rzeczniczka prasowa, PR Manager



Sukcesja i emerytura

Czy mogą iść w parze?

Zanim jednak odpowiemy sobie na tak zadane pytanie, dobrze jest przyrzeć się bliżej zagadnieniu sukcesji majątkowej, która w ostatnich latach stała się tematem bardzo popularnym. O sukcesji majątkowej mówią już nie tylko, prawnicy, politycy, doradcy podatkowi, bankierzy, agenci ubezpieczeniowi, ale nawet twórcy filmowi. Być może widziałeś (a na pewno o nim słyszałeś) serial produkcji HBO „Sukcesja”. Przenosi on nas w świat wpływów, władzy i pieniędzy rodziny Royów, będących właścicielami globalnej korporacji medialnej Waystar Royco. Gdy nestor rodziny Logan Roy (grany przez Briana Coxa) zaczyna rozważać kwestię sukcesji, w rodzinie następują napięcia i spory, a „brat zaczyna walczyć przeciwko bratu”.

Dlaczego ten temat jest tak często spotykany? Odpowiedź jest bardzo prosta: dotyczy on w większym lub mniejszym stopniu każdego z nas. Niezależnie od tego, czy prowadzisz biznes, czy nie, dysponujesz jakimś majątkiem i na pewno ktoś po Tobie będzie ten majątek dziedziczył, a Ty zapewne chciałbyś przejść na spokojną i pełną pozytywnych wrażeń emeryturę.

Gdybyśmy mieli odpowiedzieć na pytanie; czym ta sukcesja jest, należy na to spojrzeć w dwóch aspektach: krótkoterminowym i długoterminowym. Sukcesja w kontekście krótkoterminowym to zabezpieczenie finansowe ciągłości funkcjonowania firmy, przedsiębiorstwa i majątku na wypadek śmierci własnej właściciela lub współnika. (Tutaj „robotę” robią konsultanci Pru i proponowane przez nich rozwiązania.) Natomiast sukcesja w kontekście długoterminowym to nic innego

jak przemyślane przekazanie przedsiębiorstwa i majątku następcy – z myślą o dostatniej i spokojnej emeryturze. (Tutaj niezbędna jest pomoc specjalistycznych kancelarii prawnych, które od A do Z przygotowują ten proces). No właśnie, w życiu każdego z nas, a zatem i przedsiębiorcy, nadchodzi moment, w którym chciałby przejść na zasłużoną emeryturę, a firmę, której pozycję i prestiż budował przez lata, przekazać w ręce swoich bliskich, aby kontynuowały jej rozwój. Bardzo często rzeczywistość wygląda zupełnie inaczej, ponieważ spadkobiercy zazwyczaj nie chcą lub nie mogą przejąć biznesu po rodzicu. Taka sytuacja mogłaby wiązać się z nadmiernym rozdrobnieniem majątku firmy, co mogło by grozić utratą potencjału gospodarczego lub wręcz wiązałaby się z jej likwidacją. Zaś nestor i twórca firmy zostałby na emeryturze bez oczekiwanych środków do życia.

Oczywiście może się zdarzyć również sytuacja, w której naturalne skłonności do prowadzenia biznesu posiada tylko jedno z dzieci. Najczęściej ma to miejsce wtedy, gdy jedno z dzieci prowadzi lub pomaga w prowadzeniu biznesu rodzicowi, zaś pozostałe rodzeństwo nie jest zaangażowane w biznes. W takiej sytuacji rodzice oddający stery w swojej firmie chcą również zabezpieczyć materialnie pozostałe dzieci czy wnuki, chcąc tym samym chronić je przed skutkami braku współpracy czy sporu z zarządzającym biznesem.

Jest też część przedsiębiorców, która po prostu nie chce w razie swojej śmierci pozostawić swojego majątku postępowaniu spadkowemu, szukając skutecznego sposobu na rozporządzenie nim zawczasu

w sprawiedliwy dla swoich spadkobierców sposób.

Dobrze przeprowadzona sukcesja powinna uwzględnić interesy wszystkich podmiotów uczestniczących w procesie: nestora, sukcesora, pozostałych członków rodziny, ale także samej firmy, pracowników, kontrahentów i wierzycieli. Krótko mówiąc, nestor powinien mieć zabezpieczony dochód na emeryturze, a sukcesor mieć pewność, że przejmie biznes w uzgodnionym czasie, na znanych wcześniej warunkach. Dlatego tak ważne jest, by przed rozpoczęciem procesu sukcesji majątkowej odpowiedzieć sobie na kilka kluczowych pytań.

- 1 Jaka jest struktura prawna naszego biznesu oraz stan prawny majątku, którym dysponujemy?
- 2 Kto jest w kręgu naszych spadkobierców z mocy ustawy?
- 3 Kogo chcemy uczynić naszymi spadkobiercami?
- 4 Kto ma odziedziczyć poszczególne składniki majątku?
- 5 W jakim wieku są nasi spadkobiercy?
- 6 Jakie są ich predyspozycje do prowadzenia biznesu i wzajemne relacje?
- 7 Jak prezentują się potrzeby nasze i naszych spadkobierców obecnie, a jakie będą za 5, 10, 20 lat i w dalszej przyszłości?
- 8 Czy mam stosowne środki na realizację założeń sukcesyjnych (czy posiadam ubezpieczenia, które wypłaca stosowne kwoty)?
- 9 Czy po zakończeniu całego procesu będę mógł spokojnie udać się na zasłużoną emeryturę?

Musisz pamiętać również o tym, że przekazanie praw do firmy wiąże się z silnymi emocjami. Zarówno dla właściciela, który nierzadko poświęcił większość swojego życia, a nawet zdrowia, by zbudować biznes, a teraz nieubłaganie zmierza w stronę emerytury, jak i dla sukcesora, który mocno przeżywa podjęcie tak dużego wyzwania, jakim jest przejęcie odpowiedzialności za losy przedsiębiorstwa.

Dlatego pamiętaj, że sukcesja to proces, i że nie sposób przeprowadzić go w kilka miesięcy ani nawet w rok.

Poza tym myślę, że rozważając kwestie emerytury w kontekście sukcesji, należy pamiętać o tym, że nie do końca każdy z nas wie, jak dobrze oszczędzać i inwestować, nie umiemy oszacować ryzyka, przeanalizować wszystkich ważnych czynników. Zwłaszcza gdy w grę wchodzi ocena aktualnego i przyszłego dochodu, przebiegu kariery zawodowej, stanu zdrowia, a więc długofalowa perspektywa. O finansach myślimy raczej z perspektywy dnia obecnego. O przyszłości nie myślimy wcale lub bardzo rzadko. Medycyna idzie naprzód, żyjemy dłużej. Dlatego oszczędzanie z myślą o emeryturze to tak naprawdę konieczność, a nie wybór.

Firmy rodzinne to jeden z filarów polskiej gospodarki. Generują one niemal 1/5 PKB. W Polsce istnieje ok. 830 tys. przedsiębiorstw rodzinnych. Ponad połowa z nich w ciągu najbliższych 5 lat zmierzy się z zagadnieniem sukcesji. Wiele z tych biznesów powstało w naszym kraju na początku transformacji gospodarczej, a więc po 1989 r.¹ Ówczesni 30-latkowie dziś dobiegają wieku emerytalnego. I tak też będzie z kolejnymi pokoleniami przedsiębiorców.

Zatem czy sukcesja i emerytura mogą iść w parze? Przekazanie firmy i majątku w ręce najbliższych i zadbanie o swoją emeryturę wydaje się więc nie tylko najbardziej oczywistym, ale i naturalnym krokiem w życiu każdego przedsiębiorcy.

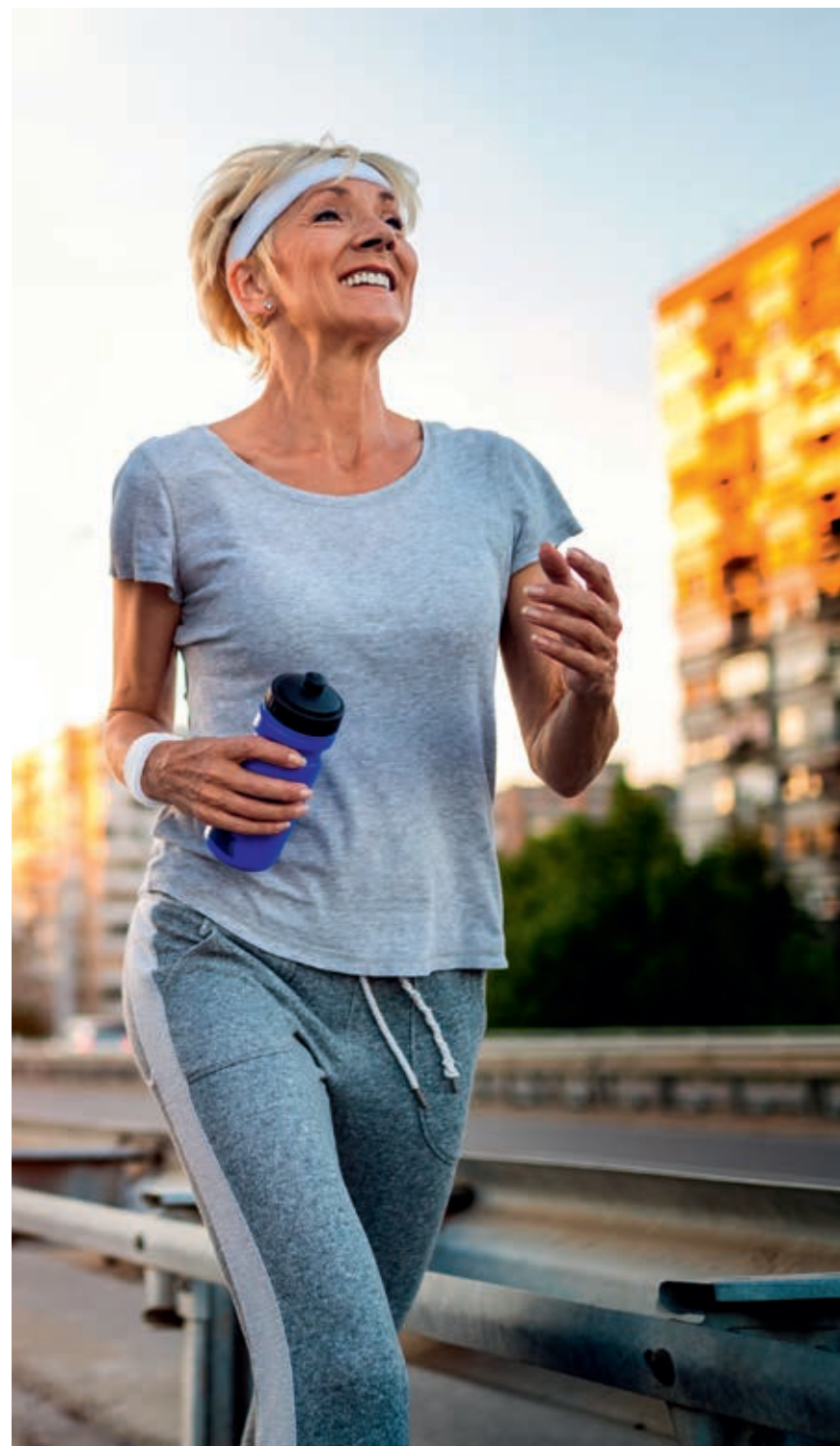
■ Radosław Kaczmarczyk
Trener Regionalny Prudential Polska

¹Raport_z_badania_polskich_firm_rodzinnych_2023_PwC_Polska

Dobrze jest przyrzeć się bliżej zagadnieniu sukcesji majątkowej, która w ostatnich latach stała się tematem bardzo popularnym. O sukcesji majątkowej mówią już nie tylko, prawnicy, politycy, doradcy podatkowi, bankierzy, agenci ubezpieczeniowi, ale nawet twórcy filmowi.

Sześćdziesiątka to nowa czterdziestka?

Tak, o ile wcześniej się na to przygotowujemy



Dlaczego sześćdziesiątka to nowa czterdziestka?

Podróże, spotkania z bliskimi, ciągła mobilność, nowe wyzwania i realizowanie swoich pasji – to może przypominać rzeczywistość przeciętnego czterdziestolatka. Prawda jest jednak taka, że do tego opisu może pasować (i coraz częściej pasuje) emerytura, tym bardziej że w tym czasie nasze obowiązki zawodowe odchodzą w zapomnienie i mamy dużo więcej wolnego czasu dla siebie. Pru w ramach badania Prudential Family Index sprawdziło, jakie skojarzenia z emeryturą mają Polacy. Większość (54%) odpowiedziała, że dla nich emerytura to właśnie czas na odpoczynek, hobby, pasje, czas z rodziną i podróże.

Pru zapytało także respondentów badania Prudential Family Index o spodziewaną długość życia na emeryturze. Najczęściej wskazywaną odpowiedzią było 6-15 lat (29%). Statystyki mówią jednak nawet o 20 latach. Zestawiając dane GUS dotyczące dalszego trwania życia z 2022 r. z obowiązującym w Polsce wiekiem emerytalnym, zauważymy, że mężczyźni na emeryturze żyją średnio 13,7 lat, a kobiety – 23,6 lat¹. Wraz z wydłużaniem się średniej długości życia zmienia się także percepcja wieku, a tym samym przesuwa się próg wejścia w wiek senioralny. Według WHO wczesna starość rozpoczyna się w momencie osiągnięcia 60. roku życia i kończy po 75. roku życia. Natomiast późna starość to okres między 75. a 90. rokiem życia.

– W ostatnich latach zauważyliśmy, że odpowiedni tryb życia i postępy w medycynie są w stanie opóźnić procesy starzenia. W efekcie zmieniło się nasze subiektywne postrzeganie starości. Jeszcze niedawno sześćdziesięciolatek kojarzył się nam z nieco zgarbionym starszym panem, przechadzającym się powoli po parku. Dziś nie dziwi nas widok sześćdziesięcioletniej kobiety biorącej udział w półmaratonie. Zmianę podejścia do wieku widać dobrze w popkulturze. Współcześni pięćdziesięcioletni aktorzy czy

muzycy wydają nam się o wiele młodszy niż ich koledzy, którzy w tym wieku w latach 80. byli już u schyłku kariery – mówi Sławek Bełz, dyrektor sprzedaży agencyjnej Prudential w Polsce, towarzystwa ubezpieczeniowego oferującego ubezpieczenia pod marką Pru.

20 lat na emeryturze to dużo czasu – warto więc ten okres wykorzystać, tym bardziej że współcześni seniorzy mogą cieszyć się o wiele większą witalnością. Żyjemy w świecie wielu możliwości. Na każdym kroku możemy realizować nasze pasje – od sportowych, przez warsztaty kulinarne, aż po

Na „drugą wiosnę” przygotuj się już dziś

W przygotowaniu się na emeryturę powinniśmy uwzględnić dwa aspekty. Pierwszym jest zdrowy tryb życia, uwzględniający zarówno dobrostan fizyczny (dieta, aktywność fizyczna, odpowiednia ilość snu), jak i psychiczny (kontakt z bliskimi, ograniczanie stresu, odpoczynek). Drugim jest zabezpieczenie finansowe, którego konieczność wynika przede wszystkim z faktu, że wysokość świadczeń emerytalnych z roku na rok maleje i za 20-30 lat może wynieść nawet 1/3 ostatniego

Emerytura często nazywana jest „jesienią życia”. Jest to czas, w którym nasze obowiązki zawodowe dobiegają końca, a my możemy skupić się na tym, co kochamy najbardziej – relacjach z bliskimi, spełnianiu swoich marzeń czy realizowaniu pasji. W Prudential (obecnie działającym pod marką Pru) wierzymy, że właśnie z tego powodu czas emerytury to nie „jesień życia”, a „druga wiosna”. Jednak by w pełni czerpać z tego okresu, musimy odpowiednio wcześniej zabezpieczyć nasze finanse. Inaczej będziemy cieszyć się wiosną tylko do 10. dnia każdego miesiąca.

zajęcia artystyczne. Współczesnych i przyszłych emerytów charakteryzuje też o wiele wyższy poziom wiedzy, np. w kwestii języków. To w połączeniu z bogatą ofertą biur podróży i upowszechnieniem się usług turystycznych stanowi dobrą okazję, by zacząć zwiedzać świat. Nie bez znaczenia jest też postęp technologiczny. Szeroki dostęp do internetu, powszechność urządzeń elektronicznych oraz umiejętność ich obsługi pozwala nam na łatwy dostęp do wiedzy (co sprawdzi się w przypadku, gdy np. ktoś nie zna języka) i realizowanie swoich pasji. Wszystkie te aktywności generują jednak często wysokie koszty. Do ich pokrycia potrzebujemy dodatkowych środków. Dlatego tak istotne jest indywidualne dodatkowe zabezpieczenie finansów na emeryturę.

wynagrodzenia lub mniej. W efekcie osoby, które w tym czasie będą przechodzić na emeryturę, muszą liczyć się z tym, że przy zachowaniu dotychczasowego poziomu życia pieniędzy wystarczy im do 10. dnia każdego miesiąca. W takim wypadku idealnym rozwiązaniem jest wybór ubezpieczenia na życie wraz z dodatkowym ubezpieczeniem ochronnym.

– Przygotowania do przeżycia drugiej wiosny na emeryturze należy rozpocząć jak najwcześniej. Rozpoczęcie zdrowego trybu życia w wieku 50 czy 60 lat nie przyniesie takich skutków jak dbanie o zdrowie przez całe życie. Podobnie jest z finansami. Mając 35 lat i odkładając 1000 zł miesięcznie, oszczędzimy 360 tys. zł. Osiągnięcie takiego efektu w ciągu 5 lat przed przejściem na emeryturę wymagałoby

odkładania 6000 zł miesięcznie – tłumaczy Sławek Bełz.

Coraz więcej osób zdaje sobie sprawę z tego, że kluczowym elementem wpływającym na sytuację finansową w przyszłości jest jak najwcześniejsze rozpoczęcie oszczędzania. Potwierdzają to wyniki Prudential Family Index – 32% badanych uważa, że 20. rok życia to najlepszy wiek na rozpoczęcie odkładania pieniędzy na przyszłość. Są jednak i tacy, którzy uważają, że lepiej się wstrzymać i poczekać na bardziej stabilną pracę i większe zarobki. Stąd też 24% twierdzi, że najlepiej zacząć oszczędzanie w wieku 30 lat, a 20% – w wieku 40 lat. Świadomość nie przekłada się jednak na realne działanie. Najczęściej wskazywaną odpowiedzią na pytanie „Kiedy Pan/i planuje zacząć lub kiedy Pan/i zaczął/ęła odkładać dodatkowe środki na emeryturę?” było „nie wiem, ale kiedyś zacznę” (29%).

Wiele wskazuje na to, że na emeryturze spędzimy długie lata – może nawet 20 lat albo i dłużej. Może ona okazać się wiosną życia, a nie jego schyłkiem. By tak się stało, musimy się odpowiednio przygotować, zarówno fizycznie, jak i finansowo. Najlepiej zrobić to jak najwcześniej – zaoszczędzimy wówczas nie tylko pieniądze, ale także zaoszczędzimy sobie stresu.

■ Materiał ma charakter marketingowy. Informacje o Prudential Family Index: Badanie zostało przeprowadzone przez agencję badawczą Beyond w styczniu 2024 metodą CAWI (kwestionariuszowych wywiadów prowadzonych przez internet) na panelu firmy Norstat Polska, na próbie reprezentatywnej Polaków w wieku 25-70 lat, posiadających przynajmniej jedno dziecko. Badana próba liczyła 750 osób.
¹GUS, Trwanie życia w 2022 r.: Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia - tablice historyczne

EMERYCI NIE MAJĄ JUŻ DNI WOLNYCH, BO KAŻDY DZIEŃ JEST SOBOTĄ.



Nadzoruje finanse i aktuariat Prudential Polska, jak również wchodzi w skład zespołu zarządzającego finansami Prudential International Assurance plc z siedzibą w Dublinie. Posiada wieloletnie doświadczenie na kierowniczych i doradczych stanowiskach w obszarze ubezpieczeń na życie i funduszy emerytalnych. Pełniła m.in. funkcję członka zarządu Royal PBK TUNŻ oraz dyrektora aktuariatu ING Życie. Przed przejściem do Prudential Polska zajmowała stanowisko senior managera oraz lidera usług aktuariatu w PWC. Ukończyła ekonomię na Uniwersytecie Łódzkim oraz jest licencjonowanym aktuariuszem.

BWL: Polski biznes bardzo się zmienia, ale wciąż słyszymy, że kobietom jest trudniej.

AM: Zdecydowanie kobiecie jest trudno trafić na sam szczyt. To jest związane także z tym, że kobiety mają najczęściej bardzo wysokie wymagania w stosunku do siebie. Tak bardzo chcemy być przygotowane do kolejnych etapów w karierze, że nakładamy sobie za wiele ram.

Nie wiem, czy można to do końca wyeliminować. Jedynym wyjściem jest zrozumienie, że nie można wszystkiego wiedzieć i robić od razu. Z doświadczenia wiem, że to pomaga, jest kluczowe do tego, byśmy mogły iść do przodu.

Dodatkowo mamy potrzebę aktywnego uczestniczenia w życiu rodzinnym. A trzeba wielkiego

selfcare oraz samodyscypliny, żeby życie zawodowe oraz prywatne ze sobą współgrały. Niejednokrotnie też wsparcia najbliższych. I to nie tylko mentalnego. Często, aby móc pewne wyzwania realizować, potrzebujemy partnerskiego wsparcia operacyjnego bliskich.

BWL: Co może Pani doradzić młodej kobiecie, która chce odnieść sukces w biznesie?

AM: Dziś młode kobiety mają dostęp do wielu programów mentoringowych. W ich ramach prowadzone są m.in. spotkania, na których mentorzy i mentorki dzielą się swoimi doświadczeniami, w jaki sposób odkryli swoją drogę zawodową. Dzięki tym możliwościom młodzi ludzie dowiadują się, jak planować i przygotowywać się do podejmowania kolejnych wyzwań. Dlatego mocno do tych programów zachęcam. Zresztą sama też brałam w nich udział – ale już jako mentorka. Kiedy zaczynałam karierę, nie były dostępne.

BWL: Zarządzanie to stres. Jakie są Pani sposoby na jego ograniczenie?

AM: Tak, zarządzanie jest niewątpliwie związane ze stresem. I niezależnie od tego, ile lat spędzi się w różnego rodzaju organizacjach, nie da się go zupełnie wyeliminować. Ale ja mam receptę na stres, która sprawdza się przez całe moje życie zawodowe. Tą receptą jest dobry plan.

Dzięki niemu jesteśmy dużo lepiej przygotowani na potencjalny wybuch. A takie wybuchy będą zawsze, zawsze wydarzy się coś, czego nie przewidywaliśmy. Nie

unikniemy tego. Jeżeli jednak mamy plan, wiemy, co i kiedy chcemy osiągnąć, jesteśmy dużo lepiej przygotowani na nieoczekiwane zdarzenia i związany z nimi stres. Ten plan jest zawsze wielowątkowy i wieloaspektowy. Jego najistotniejszy element to zdefiniowanie tego, co najważniejsze – tak, żeby koncentrować się właśnie na tym. Zawsze robię również analizę potencjalnych scenariuszy. Kiedy zastanawiam się nad planem i różnymi rozwiązaniami, rozpatruję również te niekorzystne. Zastanawiam się, co zrobię w takich sytuacjach. To dużo lepiej przygotowuje na nieoczekiwane sytuacje.

”MAM WIELKĄ SŁABOŚĆ DO... swoich dzieci.

Čęsto mamy też do czynienia z bardzo dużymi projektami. Tutaj bardzo istotne jest, żeby działania realizować etapami. Jesteśmy wtedy mniej zestresowani, a przy okazji lepiej widać, czy następuje progres i w którym miejscu jesteśmy.

BWL: Zarządzanie jest także bardzo czasochłonne. Jak udaje się Pani znaleźć równowagę pomiędzy życiem zawodowym a prywatnym?

AM: Mam wspianą rodzinę – męża i dwie córki. Nie wyobrażam sobie, żebym nie miała dla nich czasu. Ale faktycznie, zarządzanie jest bardzo czasochłonne, balans pomiędzy życiem zawodowym a prywatnym powinien być zaplanowany. Są okresy – jakiś istotny projekt, coś ważnego dzieje się w organizacji – kiedy życie zawodowe wymaga

wzmoczonej uwagi, ale są też sytuacje – ważne wydarzenia lub przypadki losowe – kiedy trzeba poświęcić więcej czasu rodzinie. Dlatego trudno podchodzić do tej równowagi z aptekarską precyzją. Przenikanie się tych priorytetów powoduje, że można osiągnąć poczucie równowagi. I takie podejście, przynajmniej w przypadku moim i moich najbliższych, doskonale się sprawdza. Mamy poczucie, że jesteśmy dla siebie dostępni.

”NAJWAŻNIEJSZE W ŻYCIU JEST... dokonywanie właściwych wyborów na bazie świadomych decyzji dotyczących swoich potrzeb.

Oczywiście to wymagało przygotowania rodziny do takiego funkcjonowania, ale dzięki temu żyjemy w sposób zaplanowany, bo skutkiem ubocznym takiego działania jest to, że już dzisiaj wiemy, gdzie w przyszłym miesiącu wyjedziemy na weekend i jak spędzimy wakacje latem przyszłego roku. Taka sytuacja bardzo mnie energetyzuje. Mam poczucie, że wszystko toczy się we właściwym tempie. A więc – wracając do poprzedniego pytania – ogranicza stres i motywuje do kolejnych wyzwań.

BWL: Jest Pani kobietą sukcesu. Czy ma Pani jeszcze jakiś cel do zdobycia?

AM: Jestem urodzonym reformatorem. Ciągłe patrzę, czy jest jakiś postęp. Dla mnie istotne jest, żeby ciągle coś się działo, żebym miała poczucie rozwoju. Dzięki temu mózg cały czas pracuje, jestem zdolna do kolejnych mobilizacji, gotowa do następnych kroków.

Są też kolejne kroki, które stawiam w życiu prywatnym. Teraz jest nim choćby nauka języka niemieckiego. Już zakupiłam program, który codziennie mnie informuje, ilu słówek się nauczyłam. I mam nadzieję, że za dwa, trzy lata będę w stanie komunikować się w tym języku. Zastanawiam się też nad kolejnym

wyzwaniem. Połowa mojej rodziny gra w golfa. Ja jeszcze nie jestem w stanie się zdecydować, czy też chcę się tego nauczyć, choć oczywiście bardzo przyjemnie byłoby zagrać z najbliższymi.

”PO PRACY NAJCHĘTNIEJ... idę na długi, samotny spacer, aby pobyć ze swoimi myślami.

A więc te wyzwania pojawiają się cały czas. Dzięki nim jestem w ciągłym ruchu i mogę cały czas te mniejsze lub większe szczyty zdobywać.

BWL: Jeszcze kilka lat temu Polacy nie lubili ubezpieczeń. Uważali, że firmy chętnie przyjmują składki, za to niechętnie wypłacają świadczenia. Pru było jednym z liderów nowego postrzegania branży. Jak tego dokonaliście?

AM: Faktycznie, takie było postrzeganie firm ubezpieczeniowych. Wiedzieliśmy, że trzeba zrobić coś, aby ta sytuacja uległa zmianie. W naszym przypadku było to absolutne dotrzymanie obietnic, nawet tych złożonych jeszcze przed II wojną światową.

Wciąż mamy bardzo aktywny proces poszukiwania spadkobierców przedwojennych, niezrealizowanych polis na życie. Wypłaciliśmy już ponad 16 milionów funtów szterlingów posiadaczom tych polis lub ich spadkobiercom. A więc to nie tylko atrakcyjna komunikacja marketingowa, to się dzieje naprawdę – tu i teraz.

Naszym sloganem reklamowym jest „Bo w Pru, jak mówią, tak robią. I kropka”. Ale to coś więcej niż slogan. Tak pracujemy.

BWL: W dorosłość wchodzi kolejne pokolenie. Młodzi ludzie odrzucają tradycyjne poczucie bezpieczeństwa tak ważne dla ich rodziców. Jak ich przekonać, by się ubezpieczyli na życie, zdrowie, nie mówiąc już o planach emerytalnych?

AM: Zauważyliśmy, jak ważne jest zainteresowanie ubezpieczeniami

młodych ludzi. Stąd kampania „Młody Bóg”, w której ci młodzi bogowie cieszą się życiem, ale też zachęcamy ich do zastanowienia się nad przyszłością finansową, nad emeryturą. Dzisiaj żyją tak, jak lubią, ale dzięki temu, że podejmą pewne kroki, w przyszłości też będą mogli żyć tak, jak chcą.

”MARZĘ O TYM, ABY... kontakty ze mną ubogacały ludzi na tyle, aby odnajdywali siebie w tym, co robią.

Młodzi ludzie są dzisiaj bardzo wymagający. Stawiają na autentyczność. Firmy, które w ich ocenie autentyczne nie są, mają problem z przekonaniem ich, by im zaufali. Dlatego tak ważne są wypłaty przedwojennych polis. Budują zaufanie i wizerunek firmy. Są niezbędne do tego, aby dotrzeć do młodych osób. A to nie jest takie proste.

BWL: Pru jest marką mocno zaangażowaną w dobroczynność.

AM: Oczywiście podstawą naszej misji jest dbanie o bezpieczeństwo finansowe naszych klientów, ale czujemy się też firmą odpowiedzialną społecznie. Wspieramy organizacje i społeczności, które pomagają przełamywać bariery i dają ludziom życie, jakiego pragną. Od lat jesteśmy zaangażowani w wolontariat Habitat for Humanity. Mamy też akcje związane ze świętym Mikołajem, które pomagają dzieciom z SOS Wiosek Dziecięcych i sprawiają, że ich życie nabiera lepszego wymiaru. Jesteśmy także zaangażowani w wiele innych tego typu działań pomocowych. To dla nas bardzo ważne. Uważamy, że takie działania ubogacają nas i uszlachetniają jako ludzi.

Rozmowę z Anną Messerli przeprowadził Tomasz Lada, dziennikarz z magazynu i portalu kobiet biznesu BUSINESSWOMAN & life. Publikacja: 28 lutego 2024 roku.

Wysokie emerytury nie dla kobiet

Dlaczego powinnaś zadbać o swoje finanse na przyszłość i jak możesz to zrobić?

Patrząc na dane ZUS, łatwo dostrzec różnice w wysokości emerytur kobiet i mężczyzn¹. Średnia emerytura wypłacana kobietom jest obecnie ok. 30% niższa od przeciętnego świadczenia otrzymywanego przez mężczyzn. Jak wynika z badania Prudential Family Index, tego, że kobiety mają niższą emeryturę, świadomych jest ponad połowa respondentów (56%). Z czego wynikają niskie kobiece emerytury? Kobiety mniej zarabiają, żyją dłużej i wcześniej przechodzą na emeryturę, a więc spędzają na niej więcej czasu. To wszystko sprawia, że szczególnie powinny zadbać o swoją „jesień życia”, bo będą żyły na niej bardzo długo – nawet ponad 20 lat. Mimo to niewiele kobiet podejmuje w tym celu realne działania. Za taki stan rzeczy obwiniają brak możliwości finansowych.

Niższe zarobki to niższe emerytury

Kobiety statystycznie zarabiają mniej niż mężczyźni. Według danych Eurostat luka płacowa, a więc różnica między wynagrodzeniem

mężczyzn i kobiet, w Polsce jest jedną z najniższych w Unii Europejskiej. Wciąż jednak wynosi 7,8%². Kobiety mają poczucie dysproporcji w wysokości wynagrodzeń. Potwierdzają to wyniki badania Prudential Family Index, w którym aż 69% kobiet zgodziło się ze stwierdzeniem, że zarabiają mniej od mężczyzn. Niższe zarobki, w połączeniu

z większą liczbą okresów nieskładkowych (np. w trakcie opieki nad dzieckiem lub nad rodzicami), powodują przerwy w karierze zawodowej, niższe pensje, a przez to niższe emerytury. Średnie świadczenie wypłacane przez ZUS po waloryzacji w marcu 2024 r. wyniosło 3 789,60 zł, przy czym przeciętna emerytura mężczyzn to 4 674,51 zł brutto, a kobiet – 3 208,70 zł brutto. To prawie 1 500 zł mniej miesięcznie, a w skali roku – ponad 17 500 zł. Ponadto, z danych GUS wynika, że emeryturę nie większą niż 2 600 zł pobiera 37,6% kobiet w Polsce. Tylko 12,6% ma emeryturę w wysokości 5000 zł lub więcej³. Do tego dochodzą prognozy ZUS, wskazujące na to, że wysokość świadczeń z roku na rok maleje – i dotyczy to zarówno mężczyzn, jak i kobiet.

Kobiety żyją dłużej

Kobiety do oszczędzania na emeryturę powinny przekonać także prognozy dotyczące długości życia. Patrząc na statystyki, łatwo zauważyć w tej kwestii trend wzrostowy – i dotyczy on zarówno mężczyzn, jak i kobiet. Pru zapytało respondentów badania Prudential Family Index, ile lat przeżyła lub żyje najstarsza osoba w ich rodzinie. Najczęściej wskazywanymi przedziałami były 81-90 lat (38%) i 91-100 lat (33%).

Warto jednak podkreślić, że kobiety żyją dłużej. Według wyliczeń GUS statystyczny mężczyzna kończący w 2022 r. 60 lat ma przed sobą jeszcze 18,7 lat, czyli dożyje 78,7 roku życia. Na emeryturę przejdzie za 5 lat – spędzi na niej więc 13,7 lat. Natomiast statystyczna kobieta kończąca w 2022 r. 60 lat ma przed sobą jeszcze 23,6 lat życia. Tyle samo czasu spędzi też na emeryturze – to 9,9 lat dłużej niż przeciętny mężczyzna⁴.

Wszystko to pozwala przypuszczać, że emerytura kobiet będzie się z roku na rok się wydłużać i będzie zagrożona coraz to mniejszymi świadczeniami.

Kobiety powinny dodatkowo oszczędzać, ale tego nie robią

Może się wydawać, że wizja ekstremalnie niskich świadczeń powinna skłonić kobiety do dodatkowego oszczędzania. Tak się jednak nie dzieje – w badaniu Prudential Family Index tylko 12% kobiet zadeklarowało, że odkłada pieniądze na emeryturę. W przypadku mężczyzn wartość ta wyniosła 22%. Poszukując odpowiedzi na pytanie, dlaczego kobiety nie odkładają pieniędzy, warto wrócić do kwestii zarobków.



W badaniu Prudential Family Index ponad połowa kobiet (w porównaniu do 30% mężczyzn) stwierdziła, że nie ma wolnych środków, które może odłożyć. Eksperti Pru przekonują jednak, że warto wyrobić sobie nawyk oszczędzania i odkładać nawet niewielkie kwoty, które później można powiększać, w miarę możliwości czy poprawy sytuacji finansowej. Jak wskazują wyniki z badania Pru, najczęściej odkładaną kwotą przez mężczyzn jest 1000 zł (32%). Wśród kobiet największą popularnością cieszy się 500 zł (26%).

– Kobiety żyją dłużej i szybciej przechodzą na emeryturę. Ponadto opieka nad dzieckiem czy starszym rodzicem powoduje, że na czas kariery zawodowej przypada okres nieskładkowy. W efekcie kobieta dostanie realnie mniej pieniędzy z podstawowej emerytury z ZUS. Nie należy zapominać także o statystycznie niższych zarobkach. Dlatego tak istotne jest, by rozpocząć oszczędzanie najwcześniej jak to możliwe. Do tego potrzebna jest świadomość i nawyk oszczędzania. Nawet niska kwota odkładana regularnie przez długi czas skutkować będzie rozsądnym kapitałem w momencie przejścia na emeryturę – mówi Marta Skowron-Moszkowicz, rzeczniczka prasowa Prudential Polska.

Bezpieczny sposób na zabezpieczenie finansowe

Zgromadzenie środków, którymi można będzie dysponować na trwającej nawet 20 lat emeryturze, przy niższych możliwościach oszczędnościowych, może okazać się trudne. Istnieje jednak sposób, który pozwala na skuteczne pomnażanie nawet niewielkich kwot. Rozwiązanie Pru „Emerytura bez Obaw” umożliwi budowanie kapitału na „jesień życia”. Na tle innych metod inwestowania wyróżnia je fakt, że po upływie

określonego czasu klient otrzymuje minimalną, określoną w umowie kwotę, bez względu na koniunkturę rynkową, która może zostać powiększona o premie. Ich wysokość zależy od wyniku inwestycji środków pochodzących ze składek. Dodatkowo produkt ten zabezpiecza naszego partnera, współmałżonka, dzieci lub inne wskazane przez nas osoby na wypadek naszej śmierci, wypadku lub poważnej choroby. Ponadto mechanizm działania „Emerytura bez Obaw” motywuje do systematycznego oszczędzania. Niższe zarobki i większa liczba okresów nieskładkowych – to dwa istotne powody, przez które kobiety czekają na niskie emerytury. Do tego dochodzi rosnąca długość życia, a tym samym – dłuższa „jesień życia”, której czas trwania może sięgnąć nawet ponad 20 lat. Dlatego tak istotne jest wcześniejsze zabezpieczenie się na ten okres.

Materiał ma charakter marketingowy. Informacje o Prudential Family Index: Badanie zostało przeprowadzone przez agencję badawczą Beyond w styczniu 2024 r. metodą CAWI (kwestionariuszowych wywiadów prowadzonych przez internet) na panelu firmy Norstat Polska, na próbie reprezentatywnej Polaków w wieku 25-70 lat, posiadających przynajmniej jedno dziecko. Badana próba liczyła 750 osób.

¹ZUS, Struktura wysokości świadczeń wypłacanych przez ZUS po waloryzacji w marcu 2024 roku: <https://www.zus.pl/documents/10182/39637/Struktura+wysoko%C5%9Bci+%C5%9Bwiadcz%C5%84+wy-p%C5%82acanych+przez+ZUS+po+waloryzacji+w+marcu+2024+r..pdf/2cf8f296-1f4f-0ea0-ab73-ed395fba478b?t=1715935406058>

²Eurostat, Gender pay gap statistics: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Gender_pay_gap_statistics#-Gender_pay_gap_levels_vary_significantly_across_EU

³ZUS, Struktura wysokości świadczeń wypłacanych przez ZUS po waloryzacji w marcu 2024 roku: <https://www.zus.pl/documents/10182/39637/Struktura+wysoko%C5%9Bci+%C5%9Bwiadcz%C5%84+wy-p%C5%82acanych+przez+ZUS+po+waloryzacji+w+marcu+2024+r..pdf/2cf8f296-1f4f-0ea0-ab73-ed395fba478b?t=1715935406058>

⁴GUS, Trwanie życia w 2022 r.: Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia - tablice historyczne

Marzenia do spełnienia

Czy kiedykolwiek zastanawialiście się, jak będziecie żyć na emeryturze? Wiem, wiem, to brzmi jak coś z dalekiej przyszłości, ale warto już teraz pomyśleć o marzeniach, które chcecie spełnić. A może już myślicie, że pewne marzenia, plany itp. zrealizujecie na emeryturze, bo teraz nie ma na to czasu?

Emerytura często kojarzy się z końcem aktywnego okresu życia, ale to stereotyp daleki od prawdy. W rzeczywistości dla wielu osób emerytura to nowy rozdział pełen możliwości i przede wszystkim czasu potrzebnego na realizację długo utajonych marzeń i pasji. Z dala od obowiązków zawodowych „starsza młodzież” znajduje w końcu przestrzeń, by zająć się tym, czego naprawdę pragnie. Czas na emeryturze to nie tylko okazja do odpoczynku, ale także czas na nowe znajomości, na dążenie do celów, które przyniosą radość i satysfakcję.

Przyjrzymy się inspirującym historiom osób, które postanowiły wykorzystać emeryturę, by przeżywać przygody, uczyć się nowych rzeczy i, co najważniejsze, spełniać marzenia – zarówno te małe, jak i te wielkie. Zapraszamy do odkrycia, jak ten wyjątkowy czas może być pełen nowych początków.

Pełne żagle



Andrzej i jego czterech koleżdy z czasów studenckich zawsze dzielili wspólną pasję – żeglarstwo. Choć życie zawodowe pozwoliło im tylko na sporadyczne rejsy, marzenie o wielkich regatach pozostało żywe w ich sercach przez dziesięciolecia. Gdy nadeszła emerytura, postanowili, że nadszedł czas, aby zrealizować swoje marzenie z młodości.

Trzy lata temu rozpoczęli intensywne przygotowania do regat. Ich pierwszym poważnym testem był start w Antigua Sailing Week w 2022 r., jednym z najbardziej prestiżowych wydarzeń żeglarskich na Karaibach. Pomimo ogromnych wyzwań, dzięki współpracy i nieustępliwości, ukończyli wyścig. Następnie załoga wzięła udział w 44. edycji śródziemnomorskiego wyścigu Rolex Middle Sea Race, rozgrywanego na trasie o długości ok. 606 mil morskich (ok. 1024 km), biegnącej z Malty wokół Sycylii i kilku mniejszych wysp. Załoga Andrzeja była jedną

ze 110 załóg, które wzięły udział w tym wydarzeniu. Ukończenie tego wyścigu w pierwszej trzydziestce było dla nich ogromnym sukcesem świadczącym o tym, że warto w każdym wieku realizować swoje marzenia.

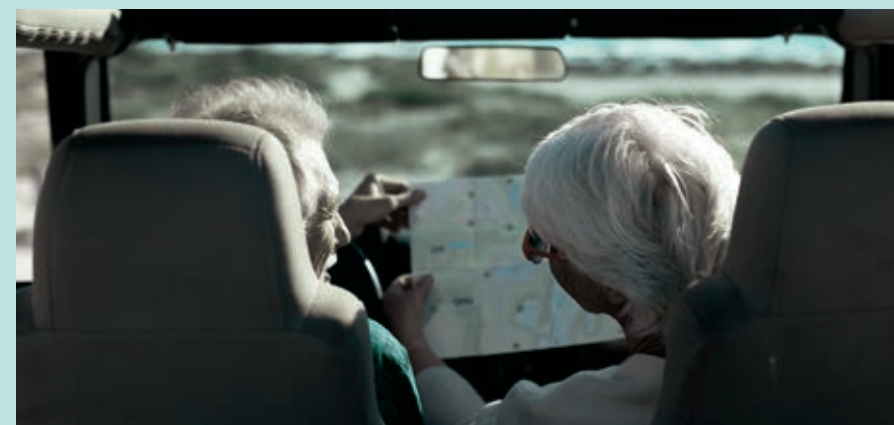
Andrzej i jego koledzy, mimo że sprawdzili swoje umiejętności w międzynarodowych regatach, nie planują zwalniać tempa. Przygotowują się już do kolejnych regat i nadal regularnie trenują, utrzymując kondycję i doskonaląc swoje żeglarskie umiejętności.

W rytmie tanga



Anna nigdy nie przestaje zaskakiwać swojej rodziny i przyjaciół. Po przejściu na emeryturę stwierdziła, że to idealny czas na naukę tanga argentyńskiego. Dlaczego akurat tango? Ponieważ ten taniec wyraża wiele emocji, a każdy może w nim znaleźć coś dla siebie. Od dwóch lat dwa razy w tygodniu uczestniczy w zajęciach tanecznych i regularnie bierze udział w milongach. „Taniec to nie tylko ruch, to sposób na życie, który trzyma mnie w doskonałej formie zarówno fizycznej, jak i emocjonalnej.” – mówi Anna. Pod koniec zeszłego roku postanowiła rozpocząć naukę języka hiszpańskiego, aby na początku 2025 r. wyjechać do Buenos Aires i tam doskonalić swoje umiejętności.

Dom na kółkach



Jednym z marzeń Barbary po przejściu na emeryturę była nauka

Anna i Krzysiek zawsze lubili podróżować, ale obowiązki zawodowe oraz wychowywanie dzieci nie pozwalały im na długie wyprawy. Kiedy oboje przeszli na emeryturę, postanowili, że nadszedł czas, aby zacząć spełniać swoje marzenia. Kupili kilkuletniego kampera i wyruszyli w drogę. Pierwsza podróż, wzdłuż wybrzeży Hiszpanii, która miała trwać kilka tygodni, zamieniła się w półroczny wyjazd. „To jest właśnie urok kampera” – mówi Anna, „mając dom na kółkach, zawsze możesz po prostu zatrzymać się w miejscu, które cię zachwyci i zostać tam tak długo jak chcesz” – mówi Anna. Anna i Krzysiek smakują kuchnię z różnych zakątków Starego Kontynentu i dzielą swój czas między zwiedzanie, obcowanie z naturą i uprawianie sportu. Podróżowanie kamperem po Europie stało się ich fascynującą przygodą, sposobem na życie na emeryturze, sposobem na odkrywanie świata w swoim tempie i na własnych zasadach.

Sportowo i towarzysko



brydża. Dziś, pięć lat po zakończeniu kariery zawodowej, Basia gra w brydża sportowego trzy razy w tygodniu. Wyjeżdża na turnieje brydżowe i odnosi sukcesy nie tylko w Polsce, ale i w Europie. Uważa, że była to doskonała decyzja, ponieważ brydż to świetny trening dla umysłu i sposób na utrzymanie jasności myślenia. „Brydż uczy mnie strategicznego planowania i trenuje moją pamięć, co przydaje mi się we wszystkich aspektach życia, no i mam wspaniałe towarzystwo” – opowiada Barbara. Nowe hobby pozwoliło jej także nawiązać nowe przyjaźnie, które są dla niej równie cenne jak sam trening umysłu.

Namaste



Maria po przejściu na emeryturę myślała tylko o spokoju i ciszy. Jednak po kilku tygodniach błogiego lenistwa okazało się, że nie może znaleźć sobie miejsca, a brak celu i ustalonego harmonogramu doprowadza ją do łez. Po kilku nieudanych próbach z malowaniem, uczestnictwem w klubie dyskusyjnym i zajęciach tanecznych trafiła na lekcje jogi. Ku swojemu zaskoczeniu od pierwszych chwil

na macie poczuła niezwykle spokojny i zadowolony, którego dawno nie doświadczyła. Po zakończeniu zajęć czuła się odprężona. Inspirując się pozytywnym wpływem, jaki joga wywarła na jej samopoczucie, Maria postanowiła pogłębić swoją wiedzę. Jej entuzjazm i naturalna zdolność do motywowania innych zwróciły uwagę jej instruktorki, która zasugerowała, aby Maria rozważyła zdobycie certyfikatu instruktorskiego. Początkowo niepewna, ale wspierana przez rodzinę, Maria podjęła wyzwanie. Po kilku miesiącach intensywnej nauki i praktyki ukończyła kurs instruktorski, zdobywając niezbędne kwalifikacje. Teraz Maria prowadzi własne zajęcia jogi w osiedlowym klubie, przyciągając ludzi w różnym wieku, których łączy chęć poprawy zdrowia i samopoczucia. Zajęcia, które oferuje, są pełne ciepła i pozytywnej energii, a Maria cieszy się z możliwości dzielenia się swoją nową pasją z innymi. Stała się inspiracją dla wielu, pokazując, że koniec jednego etapu w życiu jest początkiem kolejnego, równie fascynującego.

Emerytura to nie tylko zasłużony odpoczynek, ale przede wszystkim czas na realizację marzeń, które były odkładane na później. Andrzej, Anna, Krzysiek, Barbara, i Maria udowadniają, że można wtedy żyć pełnią życia, dając się pochłoniąć swoim pasjom i odkrywając nowe zainteresowania. Emerytura to czas na nowe początki i spełnianie zarówno dużych, jak i małych marzeń. Trzeba tylko odpowiednio wcześniej zacząć przygotowywać się finansowo.

EMERYTURA TO CZAS, GDY TWOJE MARZENIA O PODRÓŻACH PRZEKSZTAŁCAJĄ SIĘ W MARZENIA O NIEPRZERWANYM DOSTĘPIE DO INTERNETU.



Poznaj **12** sposobów na oszczędzanie na emeryturze

Rezygnacja

z niepotrzebnych subskrypcji:

Anulowanie subskrypcji, które nie są regularnie używane, takich jak serwisy streamingowe czy magazyny, pozwoli zaoszczędzić dodatkowe pieniądze.

Korzystanie

z transportu publicznego:

Jeżdżenie transportem publicznym zamiast korzystania z samochodu osobowego może obniżyć koszty paliwa, utrzymania pojazdu i parkingów.

Poszukiwanie darmowych atrakcji i rozrywek:

W wielu miastach organizowane są darmowe wydarzenia kulturalne, koncerty czy spacery. Wykorzystaj takie możliwości, aby cieszyć się rozrywką bez wydawania pieniędzy.

Zamiana produktów na tańsze alternatywy:

Wiele produktów ma tańsze, równie dobre zamienniki. Wypróbuj różne marki i zamienniki produktów, aby znaleźć te, które lepiej pasują do Twojego budżetu.

Praca dodatkowa lub freelancing:

Znalezienie dodatkowego źródła dochodu, takiego jak praca dodatkowa lub freelancing, może pomóc zwiększyć oszczędności na emeryturze.

Stałe budżetowanie:

Stworzenie budżetu na podstawowe wydatki oraz regularne oszczędności pomoże śledzić wydatki i kontrolować finanse.

Unikanie zbędnych zakupów:

Przed zakupem zastanów się, czy dany produkt jest Ci naprawdę potrzebny, czy to tylko chwilowy kaprys.

Gotowanie w domu:

Przygotowywanie posiłków w domu jest często tańsze niż jedzenie na mieście lub zamawianie na wynos.

Zmniejszenie kosztów energii:

Oszczędzanie energii poprzez stosowanie energooszczędnych urządzeń, wyłączenie świateł w niepotrzebnych pomieszczeniach i regulowanie temperatury wody może obniżyć rachunki.

Przejście na tańsze usługi:

Porównywanie cen i przechodzenie na tańsze opcje, takie jak dostawcy usług telekomunikacyjnych, internetowych czy ubezpieczeniowych, może obniżyć miesięczne wydatki.

Ograniczenie luksusów:

Ograniczenie wydatków na luksusowe artykuły czy drogie hobby pozwoli zaoszczędzić więcej pieniędzy.

Unikanie marnotrawstwa żywności:

Planowanie posiłków, kupowanie w rozsądnych ilościach i wykorzystywanie resztek pomaga unikać marnowania żywności i oszczędza pieniądze.

Poznaj 12 sposobów na oszczędzanie na emeryturze...

lub... żyj jak do tej pory
z Ubezpieczeniem

EMERYTURA BEZ OBAW



NA EMERYTURZE BĘDĘ
ŻYŁ Z OSZCZĘDNOŚCI,
A PO TYGODNIU TO JUŻ
NIE WIEM.



Środa 8

Czwartek 9

Piątek 10

Sobota 11

Żeby emerytura

nie kończyła się 10-tego



Realizację marzeń odkładasz na emeryturę, ale... czy będziesz mieć pieniądze na ich realizację?

Każdy dzień przybliża Cię do emerytury – czy tego chcesz, czy nie. Niestety, Twoja przyszła emerytura zgodnie z prognozami może wynieść zaledwie 1/3 ostatniej pensji*, więc jest duże prawdopodobieństwo, że wystarczy Ci tylko do 10-tego. Kruchutko, prawda?

*Według analiz Głównego Urzędu Statystycznego średnia stopa zastąpienia emerytury w Polsce (tj. procent wskazujący wysokość przyszłej emerytury w stosunku do ostatniego wynagrodzenia) systematycznie spada i osiągnie poziom 33% między 2040 a 2050 r.