

Důchodové pojištění: náhradní doby

Abyste v budoucnu dostali důchod, potřebujete určitou dobu důchodového pojištění. Kromě doby zaměstnání nebo podnikání se počítají i některé jiné doby – náhradní doby. Popíšeme, které to jsou a jak se započítají pro získání důchodu. Vysvětlíme, jak zjistíte, které doby už u Vás Česká správa sociálního zabezpečení eviduje, a popíšeme, kdy a jak sami můžete prokázat, že jste určitou dobu získali. Uvedeme, jak náhradní doby ovlivní výši Vašeho důchodu.

Pokud už důchod máte, mohla při rozhodování o něm platit jiná pravidla.

Letáky ombudsmana najdete na www.ochrance.cz v části [Nevím si rady se svou životní situací](#).



Co je náhradní doba důchodového pojištění?

Náhradní doba důchodového pojištění je **doba, která se započítá** do doby potřebné pro získání důchodu, přestože **nevyděláváte, a proto neplatíte pojistné**.

Náhradní dobu ale musíte získat v České republice a současně musíte mít alespoň jeden rok příspěvkové doby pojištění (i přerušovaně), tedy doby získané v zaměstnání nebo při podnikání.

Mezi náhradní doby patří doba, kdy jste

- [byli evidováni na úřadu práce jako uchazeči o zaměstnání](#),
- [pečovali o dítě do 4 let věku](#),
- [pečovali o osobu závislou na péči](#),
- [studovali](#),
- [vykonávali vojenskou službu](#) nebo [civilní službu](#),
- [pobírali invalidní důchod pro invaliditu III. stupně](#) nebo
- [pobírali nemocenské dávky po skončení výdělečné činnosti](#).

Podrobnosti vysvětlíme.



Jsem evidován/a na úřadu práce

Doba evidence na úřadu práce se pro získání důchodu **někdy** počítá **plně**, jindy **vůbec** a někdy se krátí na **80 %**.

Plně se započítá **doba, kdy jste měli**

- **podporu v nezaměstnanosti** nebo při rekvalifikaci nebo
- **odstupné**, odbytné či odchodné.

Jinak (když jste tyto příjmy **neměli**) záleží na tom,

- **kdy** jste byli v evidenci (změna pravidel od 1. 1. 1996),
- **jak dlouho** a
- **kolik Vám při tom bylo let** (pokud Vám bylo 55 let a více, počítá se delší doba).

Pravidla shrnuje tabulka (doba, kdy jste neměli podporu, odstupné, odbytné či odchodné):

Kdy jsem byl/a v evidenci úřadu práce?

do 31. 12. 1995	od 1. 1. 1996 záleží na věku v době evidence
počítá se celá doba	Bylo mi 55 let a více? → ne → počítá se 1 rok ↳ ano → počítají se 3 roky Celkem se ale započtou nanejvýš 3 roky a započítá se doba nejbližší dni vzniku nároku na důchod.

Tyto započítané doby se ale **krátí na 80 %**.

Příklad: Paní Eva se narodila 24. 5. 1957. V evidenci úřadu práce byla od 1. 6. 2010 do 24. 1. 2015, kdy odešla do předčasného starobního důchodu. Podporu v nezaměstnanosti měla první půlrok. Jak se jí tato doba započítá pro získání důchodu?

			55 let	důchod	
	1. 6. 2010	1. 12. 2010	24. 1. 2012	24. 5. 2012	24. 1. 2015
	půl roku podpora v nezaměstnanosti 100 %	asi rok a 2 měsíce 0 %	celkem 3 roky před důchodem z toho 4 měsíce před 55. narozeninami 80 %		

Paní Evě se započítá plně (100 %) doba evidence na úřadu práce, kdy pobírala podporu v nezaměstnanosti, a 80 % z celkem tří let před přiznáním důchodu (z toho 4 měsíce před 55. narozeninami). Asi rok a 2 měsíce se nezapočítají vůbec (0 %).

Pečuji o dítě

Pro získání důchodu se **plně** započte doba, kdy osobně **pečujete o dítě do 4 let věku**.

Nezáleží, na tom jestli

- jste žena nebo muž,
- pobíráte rodičovský příspěvek,
- jste evidováni na úřadu práce.

Totéž období se ale počítá jen jednomu člověku, i kdyby o dítě osobně pečovalo víc lidí. O dítě nemusíte pečovat neustále. **Dítě může chodit do jeslí, mateřské školy či dětské skupiny.**

Pečuji o osobu závislou na péči jiné osoby

Pro získání důchodu se **plně** započte doba, kdy **pečujete o**

- **dítě mladší 10 let**, které je podle úřadů **závislé na pomoci druhých v I. stupni a vyšším**, nebo
- jiného **člověka**, který je podle úřadů **závislý na pomoci druhých ve II. stupni a vyšším**.

Současně musíte

- být **blízkou osobou**, konkrétně manžel/ka, příbuzní v přímé řadě (děti, včetně osvojených a převzatých do péče, vnoučata, rodiče, prarodiče), bratr/sestra, zeť/snacha nebo manžel/ka rodiče kteréhokoliv z manželů, **nebo**
- **žít ve společné domácnosti**.

Totéž období se počítá jen jednomu člověku, i kdyby pečovalo víc lidí.

Pro získání **starobního** důchodu se doba studia **někdy** počítá **plně**, jindy **vůbec** a někdy se krátí na **80 %**.

Záleží na tom,

- **kdy** jste studovali a
- **kolik Vám** při tom **bylo let**.

Pravidla shrnuje tabulka:

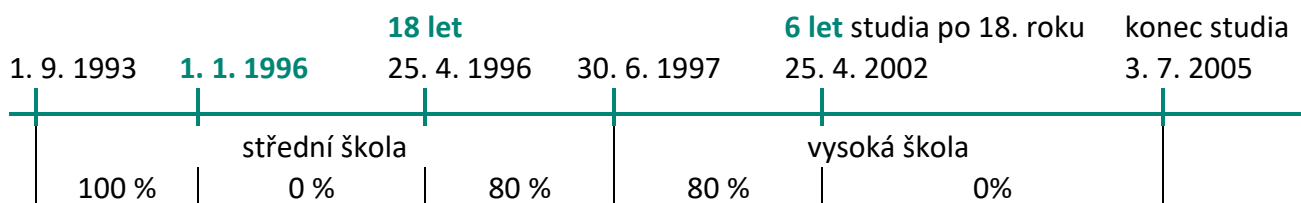
do 31. 12. 1995		od 1. 1. 1996 do 31. 12. 2009		od 1. 1. 2010
do 18 let	18 let a víc	do 18 let	18 let a víc	nezapočte se = 0 %
započte se vše = 100 %	započte se jen prvních 6 let a krátí se na 80 %	nezapočte se = 0 %	započte se jen prvních 6 let a krátí se na 80 %	
Započtou se i prázdniny po maturitě a vysoké škole.		Započte se i měsíc, ve kterém jste složili závěrečnou zkoušku a následující měsíc.		



Lidem, u nichž **vznikla invalidita před 28. rokem věku**, se pro nárok na **invalidní důchod** plně započítá **doba studia do 18. roku věku**.

Vždy (pro starobní i invalidní důchod) se počítá **až doba studia po ukončení povinné školní docházky** (od roku 1990 je to devět školních roků, ale dřív to bylo jinak).

Příklad: Paní Monika se narodila 25. 4. 1978. Od 1. 9. 1993 do 30. 6. 1997 studovala na střední škole a pak ještě na dvou vysokých školách až do 3. 7. 2005. Jak se jí tato doba započítá pro získání důchodu?



Paní Monice se započítá plně (100 %) doba studia na střední škole, ale jen do 31. prosince 1995, a také 80 % šesti let studia na střední a vysoké škole po 18. narozeninách. Nezapočítají se (0 %) necelé 4 měsíce studia na střední škole od 1. ledna 1996 do 18 let a doba studia na vysoké škole, která přesáhla 6 let studia po 18. narozeninách. Prázdniny po střední škole se také započtou jako doba studia, protože paní Monika bez přerušení pokračovala studiem na vysoké škole.



Byl jsem na vojně

Pokud nejste voják z povolání, pro získání důchodu se **plně** započítá doba **vojenské služby vykonané do 30. 6. 2016**.



Byl jsem v civilní službě

Pro získání důchodu se započítá **80 % doby civilní služby vykonané do 31. 12. 2004**. (Pak byla civilní služba zrušena, stejně jako povinná základní vojenská služba.)

Mám invalidní důchod pro invaliditu III. stupně

Pro získání důchodu se **plně** započítá jen doba, kdy jste pobírali **důchod pro invaliditu III. stupně** (dříve plný invalidní důchod).

Nezapočítá se doba, kdy úřady uznaly, že máte

- **invaliditu III. stupně, ale neměli jste důchod** (neměli jste dostatečnou dobu pojištění), nebo
- **invaliditu I. nebo II. stupně** (nezáleží na tom, jestli jste dostali důchod, nebo ne).

Pokud jste při invaliditě I. nebo II. stupně byli **evidováni na úřadu práce**, použijí se výše popsaná [pravidla pro evidenci na úřadu práce](#).

Jsem na nemocenské po skončení výdělečné činnosti

Pro získání důchodu se započítá 80 % **doby po skončení Vaší výdělečné činnosti**, za kterou jste si platili nemocenské pojištění, pokud

- **onemocníte** (lékař uzná, že **nejste dočasně schopni práce**)
 - v době výdělečné činnosti nebo v takzvané ochranné lhůtě po jejím skončení a
 - dočasnou pracovní neschopnost jste si nepřivodili úmyslně, nebo
- Vám byla **nařízena karanténa** v době výdělečné činnosti nebo ochranné lhůtě po jejím skončení, nebo
- jste **pobírali některou z dalších dávek nemocenského pojištění** (ošetřovné, dlouhodobé ošetřovné, otcovská – dávka otcovské poporodní péče, peněžitá pomoc v mateřství v období před porodem).

Ochranná lhůta je 7 dnů. Pokud jste byli nemocensky pojištěni méně než 7 dnů, trvá ochranná lhůta tolik dnů, kolik trvalo pojištění.

Kdy a jak mám úřadům prokázat náhradní dobu pojištění?

1 Některé doby **nemusíte prokazovat**. ČSSZ je eviduje sama. To se týká doby, kdy jste

- pobírali *invalidní důchod pro invaliditu III. stupně*,
- pobírali *nemocenské dávky* nebo
- *pečovali o osobu závislou na péči jiné osoby*, pokud jste již okresní správu sociálního zabezpečení požádali o rozhodnutí o době a rozsahu péče (po skončení péče před podáním žádosti o důchod); pokud ne, podívejte se na bod **3**.

2 Některé doby budete muset **prokázat, jen když zjistíte, že je ČSSZ neeviduje**.

To se týká doby *evidence na úřadu práce*, kterou prokážete tak, že

- ČSSZ sami předložíte potvrzení úřadu práce o vedení v evidenci úřadu práce nebo
- ČSSZ požádáte, aby si sama ověřila informaci o době vedení v evidenci úřadu práce.

3 Některé doby ČSSZ **prokazujete sami nejpozději při podání žádosti o důchod**. Někdy ale můžete ČSSZ požádat, aby si doklady vyžádala sama. Vysvětlíme.

Kterou dobu prokazují?	Co k tomu potřebují?
<i>osobní péče o dítě do 4 let</i>	→ čestné prohlášení a rodný list dítěte muž, který pečoval o dítě do 30. 6. 2007, dobu prokazuje rozhodnutím okresní správy sociálního zabezpečení o době a rozsahu péče <i>(Tato doba se prokazuje až při podání žádosti, ne dříve.)</i>
<i>péče o osobu závislou na péči jiné osoby</i>	→ při podání žádosti o důchod požádáte okresní správu sociálního zabezpečení o rozhodnutí o době a rozsahu péče
<i>studium</i>	→ potvrzení o studiu vydané školou, výuční list, vysvědčení, vysokoškolský diplom či index
<i>vojenská služba</i>	→ potvrzení o vojenské službě (vydá Vám ho krajské vojenské ředitelství), nebo vojenská knížka
<i>civilní služba</i>	→ potvrzení o vykonání civilní služby, které Vám na žádost (na formuláři) vydá Ministerstvo práce a sociálních věcí

Pokud **nemáte doklady k prokázání studia, vojenské služby nebo civilní služby**, nemusíte je shánět. ČSSZ si potvrzení vyžádá sama, pokud v žádosti o důchod uvedete některou z těchto dob a sdělíte, kdy jste ji získali a kde (kdy a kde jste studovali, byli na vojně nebo v civilní službě).



Jak zjistím, které doby pojištění ČSSZ eviduje (má u mě zapsané)?

Kdykoliv můžete zdarma nahlédnout do přehledu dob pojištění on-line na ePortálu České správy sociálního zabezpečení (ČSSZ), pokud máte datovou schránku. Také se do ePortálu můžete přihlásit např. přes eObčanku nebo bankovní identitu (eportal.cssz.cz → [Online služby pro pojištěnce](#) → [Přehled dob důchodového pojištění](#)).

Jednou za kalendářní rok můžete ČSSZ **požádat o informativní osobní list důchodového pojištění**. Za žádost se neplatí. ČSSZ Vám tento dokument pošle do 90 dnů.

Až se přiblížíte důchodovému věku, ČSSZ Vám tento dokument **sama pošle** jednou za rok.



Jsou v přehledu a informativním listu všechny doby pojištění?

Některé náhradní doby **nejsou** v přehledu nebo informativním listu, protože se podle zákona **nemusejí průběžně předávat ČSSZ** (například doba studia, vojenské a civilní služby nebo péče o dítě do 4 let věku) **a dokládáte je sami nejpozději při podání žádosti o důchod**.



Započítá ČSSZ do důchodu všechny zapsané doby?

ČSSZ **někdy nezapočítá** všechny doby, i když je zapsala podle dokladů, které dostala. To se týká především doby evidence na úřadu práce (více v části [Jsem evidován/a na úřadu práce](#)).

Až požádáte o důchod, zpracuje ČSSZ **osobní list důchodového pojištění**. Dostanete ho společně s rozhodnutím o důchodu. Jen tento doklad obsahuje skutečně započtené doby pojištění.



Jak náhradní doba ovlivní výši mého důchodu?

Výše důchodu závisí na průměrné výši Vašich výdělků a počtu získaných let důchodového pojištění.

Pokud jste v náhradní době **nevydělávali**, ČSSZ tuto dobu **nezapočítá** při určení průměrného měsíčního výdělku. **Náhradní doba proto nesnižuje Váš průměrný měsíční výdělek, a tím důchod.**

Zároveň se náhradní doba **započítá do celkové doby důchodového pojištění** (někdy jen 80 %), což Váš důchod zvýší.



Kde mohu zjistit víc o náhradních dobách pojištění?

- Podívejte se do našeho **letáku** [Jak se připravit na důchod](#).
- Poslechněte si **podcast** Na kávu s ombudsmanem – díl [Jak se připravit na důchod](#), [Doba pojištění a mýty a omyly s ní spojené](#) a [Péče o dítě a osobu závislou na péči](#).
- Běžte se **poradit** na okresní správu sociálního zabezpečení (v Praze na Pražskou správu sociálního zabezpečení, v Brně na Městskou správu sociálního zabezpečení).
- Zavolejte na **call centrum** České správy sociálního zabezpečení: (+420) 800 050 248.
- Podívejte se na **web** České správy sociálního zabezpečení www.cssz.cz.