

# Waloryzacja 2022 - 7 proc. więcej dla emerytów i rencistów

**Od 1 marca 2022 r. emerytury i renty wzrosną o 7 procent. Tyle wyniesie tegoroczna waloryzacja. W kwietniu świadczeniobiorcy otrzymają też tzw. trzynastki.**

Tegoroczna waloryzacja to waloryzacja procentowa. Polega ona na pomnożeniu kwoty świadczenia brutto na dzień 28 lutego 2022 r. przez wskaźnik, który w tym roku wynosi **107 proc.** Wysokość wskaźnika waloryzacji zależy od wzrostu cen towarów i usług oraz od wzrostu przeciętnego wynagrodzenia w Polsce. Na przykład: jeśli w lutym 2022 r. emerytura wynosiła 2000 zł brutto, to w marcu wzrośnie o 140 zł brutto ( $2000 \text{ zł} \times 107\% = 2140 \text{ zł}$  brutto).

Więcej w informacji prasowej ZUS: [Informacja](#)