Invalidný dôchodok a poistenie v zahraničí

Redakčne pripravil: Marek
Tlačová verzia: 20. 11. 2026
Aktuálny článok a prílohy na webe

Zahraničné obdobia môžu pomôcť splniť poistnú podmienku, ak sa uplatní príslušná koordinácia alebo zmluva a potvrdí ich zahraničná inštitúcia. Ich pripočítanie na nárok neznamená slovenskú výplatu za celú kariéru.

Zahraničnú prácu uveďte už pri žiadosti

Ak ste pracovali aj mimo Slovenska, túto časť života pri žiadosti nevynechajte. Pre slovenský invalidný dôchodok sa okrem zdravotného stavu skúma potrebné obdobie dôchodkového poistenia. Keď slovenské obdobia nestačia, príslušné pravidlá EÚ alebo medzinárodná zmluva môžu umožniť pripočítať potvrdené zahraničné obdobia na posúdenie nároku. Neplatí to automaticky pre každú krajinu a každý pobyt. [1]

Rozlišujte prácu, dobu poistenia a samotný pobyt. Rok strávený v zahraničí nemusí znamenať rok dôchodkového poistenia. Zároveň si nevyvodzujte, že obdobie neexistuje len preto, že ho nevidíte medzi slovenskými zamestnaniami v elektronickom účte.

Kto musí obdobia potvrdiť

Sociálna poisťovňa potrebuje potvrdenie príslušnej zahraničnej inštitúcie. Vlastný zoznam zamestnávateľov alebo výpis odvodov pomáha údaje dohľadať, nenahrádza však konečné úradné potvrdenie. Pri koordinácii EÚ poisťovňa uvádza formuláre E205/P5000. Medzi inštitúciami sa preveruje skutočne hodnotiteľné poistenie. [1]

Pripravte si pre každú krajinu samostatný prehľad: názov zamestnávateľa, adresu, približné dátumy od a do a zahraničné číslo poistenia. Ak presný deň neviete, označte údaj ako približný a priložte dostupný doklad. Neodhadujte presné dátumy tak, aby pôsobili ako overený údaj.

Nárok na dávku nie je jej výsledná suma

Sčítanie období na splnenie podmienok neznamená, že Slovensko zaplatí dôchodok za celú zahraničnú kariéru. Pri vzniku nároku po zohľadnení cudzích období sa uplatní príslušný výpočet; slovenská časť zodpovedá hodnoteniu slovenského poistenia podľa pravidiel koordinácie alebo zmluvy. [1]

Pri slovenskom poistení kratšom než jeden rok slovenský dôchodok podľa Sociálnej poisťovne spravidla nevznikne. Výnimkou je situácia, keď slovenský zákon vyžaduje menej ako rok alebo podmienku potrebných rokov považuje za splnenú. Preto ani jednoduché sčítanie rokov z dvoch krajín nestačí na bezpečný záver o nároku. Overte, ktoré pravidlo použila inštitúcia práve na váš prípad. [1]

Zdravotné posúdenie sa neprenáša mechanicky

Slovenský nárok sa posudzuje podľa slovenských podmienok invalidity. Rozhodnutie zo zahraničia môže byť významným podkladom, samotné slovenské percento však nie je rozhodnutím cudzej inštitúcie. Z názvu zahraničnej dávky sa tiež nedá určiť, že je totožná so slovenským invalidným dôchodkom. [2]

Ak už zahraničnú dávku poberáte alebo o nej prebieha konanie, oznámte presný názov, príslušnú inštitúciu a priložte rozhodnutie. Pri Spojenom kráľovstve nechajte poisťovňu overiť konkrétny koordinačný režim; tento článok nesľubuje priznanie ani vývoz britskej dávky.

Modelová situácia: časť kariéry chýba

Ilustračný príklad: žiadateľ pracoval na Slovensku a niekoľko rokov v inom štáte EÚ. V slovenskej evidencii vidí len domáce obdobia. Pri žiadosti uvedie obidve krajiny a zahraničné poistné číslo. Poisťovňa si následne potrebuje potvrdiť zahraničné obdobia. Tento postup ešte neurčuje zdravotný záver ani výslednú sumu dôchodku.

Ak sa konanie predlžuje, užitočná otázka znie: „Od ktorej inštitúcie čakáte potvrdenie a môžem doplniť identifikačné údaje?“ Menej pomôže zasielať opakovane rovnaké dokumenty bez označenia konania a vysvetlenia, ktorý údaj majú preukázať.

Časté chyby a praktický ďalší krok

Nespoliehajte sa na to, že zahraničná inštitúcia automaticky pozná všetky slovenské doklady. Nevyhadzujte staré poistné čísla, rozhodnutia a potvrdenia. Neprerátavajte cudziu dávku jednoduchým použitím slovenského dôchodkového vzorca.

Vytvorte jednu časovú os zamestnaní a ku každému obdobiu priraďte krajinu a dostupný doklad. Odložte si kópiu odovzdaného zoznamu. Z doručeného rozhodnutia potom kontrolujte osobitne uznané obdobia, zdravotné posúdenie a spôsob výpočtu. Ak s výsledkom nesúhlasíte, riaďte sa jeho poučením o opravnom prostriedku. [2]

Jedna časová os, tri rôzne otázky

Pri zahraničnej práci si pripravte prehľad, ktorý oddeľuje **nájdenie obdobia, jeho úradné potvrdenie a jeho použitie vo výpočte**. Vlastný pracovný doklad môže pomôcť nájsť správne zamestnanie, ale o hodnotiteľnom období informuje zahraničný nositeľ poistenia. Sociálna poisťovňa tento postup vysvetľuje na stránke Invalidný dôchodok – EÚ a zahraničie.

Redakčná osnova na preverenie jednej zahraničnej časti

Údaj	Čo presne zaznačiť
Identifikácia	Štát, zahraničné poistné číslo a názov inštitúcie.
Časová os	Zamestnávateľ, začiatok a koniec obdobia; neistý dátum označiť ako približný.
Stav overovania	Obdobie iba uvádzam / inštitúcia ho potvrdila / je vysvetlené v rozhodnutí.

Údaj	Čo presne zaznačiť
Účel hodnotenia	Pomáha splniť nárok alebo sa prejavuje v konkrétnej výplate? Tieto otázky nepovažovať za totožné.

Ilustračná situácia: človek doloží päť zahraničných rokov, ktoré predtým neboli potvrdené. Po ich preverení môže byť výsledok poistnej podmienky iný. Neznamená to však automaticky päť plných rokov navyše zaplatených Slovenskom v jeho domácom vzorci. Konečné rozhodnutie treba čítať aj z hľadiska medzinárodného výpočtu a potvrdených domácich období.

Ak zahraničná inštitúcia uvádza iný dátum alebo kratšie obdobie, najskôr nájdite presný sporný úsek. Celkový počet rokov na neoficiálnom výpise nie je dostatočným vysvetlením každej medzery. Zmyslom prehľadu je umožniť otázku typu „toto zamestnanie od tohto dátumu do tohto dátumu sa v potvrdení neobjavilo“, nie opakovane žiadať rovnaký konečný súčet. Neurčujeme tým nárok v krajine, na ktorú sa príslušná koordinácia alebo zmluva nevzťahuje.

Zdroje a overenie

[1] Sociálna poisťovňa: Invalidný dôchodok — EÚ a zahraničie

Zahraničné obdobia sa započítavajú len v príslušnom koordinačnom/zmluvnom režime a na základe potvrdenia.

[2] Zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení — znenie účinné 1. 9. – 30. 12. 2026

Článok slúži na orientáciu. O vašom nároku rozhoduje príslušná inštitúcia.