

Warszawa, dnia 27 marca 2026 r.

Poz. 319

**KOMUNIKAT  
PREZESA GŁÓWNEGO URZĘDU STATYSTYCZNEGO**

z dnia 25 marca 2026 r.

**w sprawie tablicy średniego dalszego trwania życia kobiet i mężczyzn**

Na podstawie art. 26 ust. 4 ustawy z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz. U. z 2025 r. poz. 1749 oraz z 2026 r. poz. 26) ogłasza się tablicę średniego dalszego trwania życia kobiet i mężczyzn, stanowiącą załącznik do komunikatu.

Prezes Głównego Urzędu Statystycznego: *M. Cierpiał-Wolan*

Załącznik do komunikatu Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego  
z dnia 25 marca 2026 r. (M.P. poz. 319)

Ukończone lata życia	Miesiące ukończone powyżej pełnego roku życia											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
30	594,8	593,8	592,9	591,9	591,0	590,0	589,1	588,1	587,1	586,2	585,2	584,3
31	583,3	582,3	581,4	580,4	579,5	578,5	577,6	576,6	575,6	574,7	573,7	572,8
32	571,8	570,8	569,9	568,9	568,0	567,1	566,1	565,2	564,2	563,3	562,3	561,4
33	560,4	559,4	558,5	557,5	556,6	555,6	554,7	553,7	552,7	551,8	550,8	549,9
34	548,9	547,9	547,0	546,1	545,1	544,2	543,2	542,3	541,3	540,4	539,4	538,5
35	537,5	536,6	535,6	534,7	533,7	532,8	531,9	530,9	530,0	529,0	528,1	527,1
36	526,2	525,3	524,3	523,4	522,4	521,5	520,5	519,6	518,6	517,7	516,7	515,8
37	514,8	513,9	512,9	512,0	511,0	510,1	509,2	508,2	507,3	506,3	505,4	504,4
38	503,5	502,6	501,6	500,7	499,7	498,8	497,9	496,9	496,0	495,0	494,1	493,1
39	492,2	491,3	490,3	489,4	488,5	487,5	486,6	485,7	484,7	483,8	482,9	481,9
40	481,0	480,1	479,1	478,2	477,3	476,3	475,4	474,5	473,5	472,6	471,7	470,7
41	469,8	468,9	467,9	467,0	466,1	465,1	464,2	463,3	462,3	461,4	460,5	459,5
42	458,6	457,7	456,8	455,8	454,9	454,0	453,1	452,1	451,2	450,3	449,4	448,4
43	447,5	446,6	445,7	444,7	443,8	442,9	442,0	441,0	440,1	439,2	438,3	437,3
44	436,4	435,5	434,6	433,7	432,7	431,8	430,9	430,0	429,1	428,2	427,2	426,3
45	425,4	424,5	423,6	422,7	421,7	420,8	419,9	419,0	418,1	417,2	416,2	415,3
46	414,4	413,5	412,6	411,7	410,7	409,8	408,9	408,0	407,1	406,2	405,2	404,3
47	403,4	402,5	401,6	400,7	399,8	398,9	398,0	397,0	396,1	395,2	394,3	393,4
48	392,5	391,6	390,7	389,8	388,9	388,0	387,1	386,2	385,3	384,4	383,5	382,6
49	381,7	380,8	379,9	379,0	378,1	377,2	376,3	375,4	374,5	373,6	372,7	371,8
50	370,9	370,0	369,1	368,2	367,3	366,4	365,5	364,7	363,8	362,9	362,0	361,1

51	360,2	359,3	358,5	357,6	356,7	355,8	355,0	354,1	353,2	352,3	351,5	350,6
52	349,7	348,8	348,0	347,1	346,2	345,3	344,5	343,6	342,7	341,8	341,0	340,1
53	339,2	338,3	337,5	336,6	335,7	334,9	334,0	333,1	332,3	331,4	330,5	329,7
54	328,8	328,0	327,1	326,3	325,4	324,6	323,7	322,9	322,0	321,2	320,3	319,5
55	318,6	317,8	316,9	316,1	315,2	314,4	313,5	312,7	311,8	311,0	310,1	309,3
56	308,4	307,6	306,7	305,9	305,0	304,2	303,4	302,5	301,7	300,8	300,0	299,1
57	298,3	297,5	296,7	295,9	295,0	294,2	293,4	292,6	291,8	291,0	290,1	289,3
58	288,5	287,7	286,9	286,0	285,2	284,4	283,6	282,7	281,9	281,1	280,3	279,4
59	278,6	277,8	277,0	276,2	275,4	274,6	273,8	272,9	272,1	271,3	270,5	269,7
60	268,9	268,1	267,3	266,5	265,7	264,9	264,2	263,4	262,6	261,8	261,0	260,2
61	259,4	258,6	257,8	257,0	256,3	255,5	254,7	253,9	253,1	252,4	251,6	250,8
62	250,0	249,2	248,5	247,7	246,9	246,1	245,4	244,6	243,8	243,0	242,3	241,5
63	240,7	240,0	239,2	238,5	237,7	237,0	236,2	235,5	234,7	234,0	233,2	232,5
64	231,7	231,0	230,2	229,5	228,7	228,0	227,2	226,5	225,7	225,0	224,2	223,5
65	222,7	222,0	221,3	220,6	219,8	219,1	218,4	217,7	217,0	216,3	215,5	214,8
66	214,1	213,4	212,7	211,9	211,2	210,5	209,8	209,0	208,3	207,6	206,9	206,1
67	205,4	204,7	204,0	203,3	202,6	201,9	201,2	200,5	199,8	199,1	198,4	197,7
68	197,0	196,3	195,6	195,0	194,3	193,6	192,9	192,2	191,5	190,9	190,2	189,5
69	188,8	188,1	187,4	186,8	186,1	185,4	184,7	184,0	183,3	182,7	182,0	181,3
70	180,6	179,9	179,3	178,6	177,9	177,3	176,6	175,9	175,3	174,6	173,9	173,3
71	172,6	171,9	171,3	170,6	169,9	169,3	168,6	167,9	167,3	166,6	165,9	165,3
72	164,6	164,0	163,3	162,7	162,0	161,4	160,7	160,1	159,4	158,8	158,1	157,5
73	156,8	156,2	155,5	154,9	154,3	153,6	153,0	152,4	151,7	151,1	150,5	149,8
74	149,2	148,6	148,0	147,3	146,7	146,1	145,5	144,8	144,2	143,6	143,0	142,3
75	141,7	141,1	140,5	139,9	139,2	138,6	138,0	137,4	136,8	136,2	135,5	134,9
76	134,3	133,7	133,1	132,5	131,9	131,3	130,7	130,1	129,5	128,9	128,3	127,7
77	127,1	126,5	125,9	125,3	124,7	124,1	123,6	123,0	122,4	121,8	121,2	120,6
78	120,0	119,4	118,9	118,3	117,7	117,2	116,6	116,0	115,5	114,9	114,3	113,8
79	113,2	112,6	112,1	111,5	110,9	110,4	109,8	109,2	108,7	108,1	107,5	107,0
80	106,4	105,9	105,3	104,8	104,3	103,7	103,2	102,7	102,1	101,6	101,1	100,5

81	100,0	99,5	99,0	98,4	97,9	97,4	96,9	96,3	95,8	95,3	94,8	94,2
82	93,7	93,2	92,7	92,2	91,7	91,2	90,7	90,2	89,7	89,2	88,7	88,2
83	87,7	87,2	86,8	86,3	85,8	85,3	84,9	84,4	83,9	83,4	83,0	82,5
84	82,0	81,6	81,1	80,7	80,2	79,8	79,3	78,9	78,4	77,9	77,5	77,1
85	76,6	76,2	75,8	75,3	74,9	74,5	74,1	73,6	73,2	72,8	72,4	71,9
86	71,5	71,1	70,7	70,3	69,9	69,5	69,1	68,7	68,3	67,9	67,5	67,1
87	66,7	66,3	66,0	65,6	65,2	64,9	64,5	64,1	63,8	63,4	63,0	62,7
88	62,3	62,0	61,6	61,3	60,9	60,6	60,2	59,9	59,5	59,2	58,8	58,5
89	58,1	57,8	57,5	57,1	56,8	56,5	56,2	55,8	55,5	55,2	54,9	54,5
90	54,2	53,9	53,6	53,3	53,0	52,7	52,4	52,1	51,8	51,5	51,2	50,9