



GLOBAL TAX
PARTNERS

— PRZEWODNIK · WYDANIE 2026

Upadłość konsumencka bez tajemnic

Jak legalnie wyjść z długów, co dzieje się z majątkiem i jak wygląda życie po oddłużeniu. Dla konsumentów i byłych przedsiębiorców.

Długi nie są wyrokiem. Są problemem do rozwiązania.

Jeśli otwierasz ten przewodnik, prawdopodobnie od jakiegoś czasu żyjesz z ciężarem, o którym trudno rozmawiać. Telefony z windykacji, pisma od komornika, kolejne raty, których nie da się spłacić. Może prowadziłeś firmę, która nie przetrwała. Może poręczyłeś kredyt komuś, kto zniknął. Może po prostu życie ułożyło się inaczej, niż planowałeś.

Mamy dla Ciebie dwie wiadomości. Pierwsza: w Polsce działa procedura, która pozwala legalnie i definitywnie zamknąć ten rozdział — upadłość konsumencka. W 2025 roku skorzystało z niej ponad 21 tysięcy osób, a pierwsze półrocze 2026 przyniosło kolejny rekord. Druga: ta procedura ma swoje zasady, pułapki i terminy. Kto je zna, przechodzi przez nią spokojnie. Kto nie zna — traci miesiące, a czasem mieszkanie.

Ten e-book napisaliśmy tak, jak tłumaczymy to klientom w Kancelarii: bez paragrafów na każdym kroku, za to z konkretnymi. Dowiesz się, kto może ogłosić upadłość (także po zamkniętej działalności), jak krok po kroku wygląda postępowanie, co stanie się z Twoim majątkiem, których długów sąd nie umorzy i jakich błędów nie wolno popełnić przed złożeniem wniosku.

Dla kogo jest ten przewodnik

- ◆ osób, których zobowiązania przerosły możliwości spłaty
- ◆ byłych przedsiębiorców z długami po zamkniętej działalności
- ◆ współników i poręczycieli odpowiadających osobiście
- ◆ Polaków mieszkających w Wielkiej Brytanii z długami w kraju
- ◆ rodzin i bliskich, którzy chcą pomóc zadłużonej osobie

Jak z niego korzystać

Czytaj po kolei albo skacz do rozdziału, który Cię dotyczy. Na końcu znajdziesz checklistę dokumentów i informację, jak możemy pomóc — od bezpłatnej analizy po prawomocne umorzenie.

Fragmenty oznaczone „**Uwaga**” to miejsca, w których najczęściej popełniane są kosztowne błędy.

Ważne zastrzeżenie

Przewodnik ma charakter informacyjny i odzwierciedla stan prawny na wrzesień 2026 r. Nie zastępuje indywidualnej porady. Każda sprawa upadłościowa jest inna — o tym, czy i w jakiej formie oddłużenie jest możliwe w Twojej sytuacji, decyduje analiza konkretnych długów, majątku i historii zadłużenia. Taką analizę wykonujemy bezpłatnie.

Co znajdziesz w środku

01	Czy to już niewypłacalność? Sygnały, których nie wolno ignorować	4
02	Pięć mitów o upadłości konsumenckiej	5
03	Kto może ogłosić upadłość — konsument, były przedsiębiorca, poręczyciel	6
04	Postępowanie krok po kroku — od analizy do umorzenia	7
05	Plan spłaty: trzy scenariusze zakończenia sprawy	9
06	Co się stanie z majątkiem — mieszkanie, auto, pensja, małżonek	10
07	Długi, których upadłość nie umorzy	11
08	Siedem błędów, które kosztują najwięcej	12
09	Życie po upadłości — KRZ, BIK, kredyt, nowa firma. Nadchodzące zmiany	13
10	Mieszkasz w Wielkiej Brytanii, długi zostały w Polsce?	14
11	Checklista: dokumenty do wniosku	15
12	Jak pomaga Kancelaria — od analizy do umorzenia	16
13	Po oddłużeniu: nowy start z Grupą Global Tax Partners	17
14	Kontakt i bezpłatna analiza	18

Trzy rzeczy, które warto wiedzieć od razu

- ◆ Wniosek o upadłość konsumencką kosztuje **30 zł** opłaty sądowej. Nie potrzebujesz majątku ani minimalnej kwoty długu.
- ◆ Standardowy plan spłaty trwa **do 36 miesięcy**. Po jego wykonaniu sąd umarza resztę zobowiązań.
- ◆ Największe błędy popełnia się **przed** złożeniem wniosku — darowizny, ukrywanie majątku, „ostatnie” chwilówki. Zanim cokolwiek zrobisz, przeczytaj rozdział 8.

Czy to już niewypłacalność?

Prawo upadłościowe nie pyta, ile masz długu. Pyta, czy **trwale** utraciłeś zdolność do spłacania wymagalnych zobowiązań. To stan, a nie kwota.

Wiele osób odkłada decyzję latami, bo „jeszcze jakoś daje radę”. W praktyce oznacza to spłacanie jednej raty drugą, sprzedawanie rzeczy, pożyczki od rodziny, chwilówki na chwilówki. Każdy miesiąc zwłoki to kolejne odsetki, koszty windykacji i egzekucji – a więc wyższa kwota do rozliczenia w planie spłaty. Im wcześniej złożysz wniosek, tym mniej ostatecznie oddasz.

Sygnaly, które w sądzie oznaczają niewypłacalność

- ◆ opóźnienie w spłacie zobowiązań przekracza **trzy miesiące** (ustawowe domniemanie niewypłacalności)
- ◆ suma rat przekracza Twoje dochody po odliczeniu kosztów życia
- ◆ spłacasz jeden dług nowymi pożyczkami
- ◆ komornik zajął pensję, konto lub ruchomości
- ◆ banki odmawiają konsolidacji lub refinansowania
- ◆ wierzyciele wypowiedzieli umowy i skierowali sprawy do sądu
- ◆ prowadzona działalność została zamknięta z długami (ZUS, US, kontrahenci, leasing)
- ◆ odpowiadasz osobiście za dług spółki lub jako poręczyciel

Szybki test — odpowiedz szczerze

1. Czy gdyby wszystkie Twoje długi stały się dziś wymagalne, byłbyś w stanie je spłacić z dochodów i majątku w rozsądnym czasie?
2. Czy w ciągu ostatnich 3 miesięcy spóźniłeś się ze spłatą więcej niż jednego zobowiązania?
3. Czy Twoje zadłużenie rośnie mimo tego, że spłacasz?

„Nie” na pierwsze i „tak” na pozostałe — to niemal na pewno niewypłacalność w rozumieniu ustawy. Warto zrobić profesjonalną analizę.

Skala zjawiska w Polsce

21,2 tys.

upadłości konsumenckich ogłoszonych w 2024 r.

21,3 tys.

upadłości w 2025 r. —
utrzymany rekordowy
poziom

12,3 tys.

w samym I półroczu 2026 —
najwyższe półrocze w
historii

Źródło: dane KRZ zestawiane przez COIG / finwire.pl. Upadłość konsumencka przestała być procedurą wyjątkową — sądy mają wypracowaną praktykę, co działa na korzyść dobrze przygotowanego dłużnika.

Pięć mitów o upadłości konsumenckiej

Większość osób, które do nas trafiają, zwlekała latami z powodu jednego z tych przekonań. Żadne nie jest prawdziwe.

MIT

Upadłość to wstyd i „koniec życia”. Wszyscy się dowiedzą.

FAKT

Upadłość to legalne narzędzie stworzone po to, by dać ludziom drugą szansę. Obwieszczenie trafia do KRZ, ale nikt nie pisze do Twojego pracodawcy ani sąsiadów. Ponad 20 tysięcy osób rocznie korzysta z tej drogi.

MIT

Stracę wszystko — mieszkanie, samochód, meble.

FAKT

Przedmioty codziennego użytku, narzędzia pracy i kwota wolna z wynagrodzenia są chronione. Jeśli sprzedaż mieszkania jest konieczna, otrzymasz środki na wynajem na 12–24 miesiące. Szczegóły w rozdziale 6.

MIT

Upadłość kasuje wszystkie długi.

FAKT

Nie. Alimony, grzywny, renty odszkodowawcze, obowiązek naprawienia szkody z przestępstwa i długi celowo zatajone nie podlegają umorzeniu. Reszta — kredyty, pożyczki, chwilówki, karty, zaległości wobec ZUS i US, długi z działalności — tak. Rozdział 7.

MIT

Byłem przedsiębiorcą, więc upadłość konsumencka mnie nie dotyczy.

FAKT

Dotyczy. Od 2020 r. byli przedsiębiorcy — po zamknięciu i wykreśleniu działalności — składają wnioski na tych samych zasadach co konsumenci. Długi firmowe (ZUS, VAT, leasing, kontrahenci) podlegają umorzeniu. To dziś jedna z najliczniejszych grup upadłych.

MIT

Sąd odmówi, bo sam doprowadziłem do długów.

FAKT

Od 2020 r. sąd nie bada winy przy ogłaszaniu upadłości. Umyślność lub rażące niedbalstwo mają znaczenie dopiero przy planie spłaty — może być dłuższy (3–7 lat), ale oddłużenie nadal jest możliwe. Odmowa to wyjątek.

Skąd te mity? Z przepisów sprzed 2015 i 2020 r., gdy upadłość konsumencka była faktycznie trudno dostępna. Dwie nowelizacje odwróciły tę logikę: dziś procedura jest otwarta niemal dla każdej niewypłacalnej osoby fizycznej, a ciężar oceny przeniesiono na etap planu spłaty.

Kto może ogłosić upadłość konsumencką

Jeden warunek materialny: jesteś osobą fizyczną i jesteś niewypłacalny. Nie ma minimalnej kwoty długu, nie ma wymogu posiadania majątku, nie ma wymogu dochodów.

A

Konsument

Osoba, która nigdy nie prowadziła działalności albo zamknęła ją dawno temu. Kredyty, pożyczki, chwilówki, karty, poręczenia, czynsz, zaległe rachunki – klasyczna sytuacja.

B

Były przedsiębiorca

Działalność zamknięta i **wykreślona z CEIDG**. Od tego momentu jesteś traktowany jak konsument, a długi firmowe (ZUS, US, leasing, dostawcy, kredyt firmowy) wchodzą do postępowania.

C

Wspólnik, członek zarządu, poręczyciel

Osobista odpowiedzialność za długi spółki (art. 299 KSH, poręczenia, weksle) lub cudzy kredyt – jeśli nie prowadzisz już działalności, wniosek konsumencki jest właściwą drogą.

Prowadzę jeszcze firmę – co wtedy?

Dopóki działalność jest aktywna w CEIDG, właściwa jest upadłość przedsiębiorcy – droższa, bardziej sformalizowana i z obowiązkiem złożenia wniosku w 30 dni od niewypłacalności. W praktyce dla większości jednoosobowych firm rozwiązaniem jest **zamknięcie i wykreślenie działalności, a następnie wniosek konsumencki**. Kolejność i termin mają znaczenie – to jeden z elementów, które ustalamy na analizie. Uwaga: zawieszenie działalności to nie zamknięcie.

Kiedy sąd może odmówić oddłużenia

Ustawa przewiduje dwie sytuacje: dłużnik doprowadził do niewypłacalności lub istotnie zwiększył jej stopień **w sposób celowy** (np. trwoniąc majątek lub celowo nie regulując zobowiązań, mimo możliwości) albo w ciągu **ostatnich 10 lat** korzystał już z oddłużenia i nie dopuścił do sytuacji uzasadniającej ponowne. Nawet wtedy sąd może uwzględnić względy słuszności lub humanitarne. Zwykła lekkomyślność, zbyt optymistyczny biznesplan czy nadmierne kredytowanie to nie jest „celowe działanie”.

Uwaga – najczęstsze przeszkody formalne

- ◆ działalność zawieszona zamiast wykreślonej – sąd odrzuci wniosek konsumencki
- ◆ bycie wspólnikiem spółki jawnej lub komplementariuszem – to status przedsiębiorcy
- ◆ niekompletna lista wierzycieli – zatajony dług nie zostanie umorzony
- ◆ majątek za granicą lub zamieszkanie poza Polską – wymaga ustalenia jurysdykcji (rozdział 10)

Postępowanie krok po kroku

Całe postępowanie toczy się elektronicznie przez Krajowy Rejestr Zadłużonych (KRZ). Od złożenia wniosku do prawomocnego umorzenia mija zwykle od roku do czterech lat — w zależności od majątku i planu spłaty.

1 Analiza sytuacji

Spis wszystkich długów (kwoty, wierzyciele, stan egzekucji), majątku, dochodów i historii zadłużenia. Na tym etapie sprawdzamy, czy upadłość ma sens, które długi zostaną umorzone i jaki plan spłaty jest realny. To moment, w którym da się jeszcze uniknąć błędów z rozdziału 8.

2 Uporządkowanie statusu

Jeśli prowadzisz działalność — zamknięcie i wykreślenie z CEIDG. Jeśli jesteś w związku małżeńskim — omówienie skutków dla majątku wspólnego. Zebranie dokumentów z checklisty (rozdział 11).

3 Wniosek o ogłoszenie upadłości

Formularz składany przez KRZ do sądu rejonowego (wydział gospodarczy) właściwego dla miejsca zamieszkania. Opłata sądowa: **30 zł**. Wniosek zawiera spis wierzycieli, spis majątku, spis wierzytelności spornych, informację o dochodach i kosztach utrzymania oraz uzasadnienie. Kompletność i spójność tego dokumentu decydują o tempie całej sprawy.

4 Ogłoszenie upadłości

Sąd rozpoznaje wniosek zwykle na posiedzeniu niejawnym, w praktyce w ciągu **2–6 miesięcy** od złożenia. Z chwilą ogłoszenia upadłości: postępowania egzekucyjne zostają zawieszone, a po uprawomocnieniu — umorzone; komornik nie może prowadzić nowych zajęć; odsetki od długów przestają obciążać Ciebie osobiście; wyznaczony zostaje syndyk.

Co zmienia się natychmiast po ogłoszeniu upadłości

- ◆ koniec telefonów i pism od windykacji — wszystkie roszczenia trafiają do syndyka
- ◆ zarząd majątkiem wchodzącym do masy przejmuje syndyk
- ◆ zawieszenie egzekucji komorniczych
- ◆ zachowujesz kwotę wolną z wynagrodzenia na życie

Od syndyka do umorzenia

5

Syndyk i masa upadłości

Syndyk ustala skład majątku (masy upadłości), zawiadamia wierzycieli, przejmuje część wynagrodzenia ponad kwotę wolną i – jeśli jest co sprzedać – likwiduje majątek. Współpraca z syndykiem jest obowiązkowa: odpowiadasz na wezwania, przekazujesz dokumenty, informujesz o zmianie dochodów. Dobra współpraca realnie skraca postępowanie.

6

Zgłoszenia wierzytelności

Wierzyciele mają 30 dni od obwieszczenia na zgłoszenie swoich roszczeń syndykowi przez KRZ. Syndyk je weryfikuje i sporządza listę. Spóźnieni wierzyciele ponoszą koszty – a długi niezgłoszone przez wierzyciela, jeśli były ujawnione we wniosku, i tak zostaną objęte umorzeniem.

7

Projekt planu spłaty

Po likwidacji majątku syndyk składa do sądu projekt planu spłaty wierzycieli albo wniosek o umorzenie zobowiązań bez planu. Ty i wierzyciele możecie zająć stanowisko. Sąd ustala plan postanowieniem – to najważniejszy dokument w całej sprawie (rozdział 5).

8

Wykonanie planu i umorzenie

Przez okres planu wpłacasz ustaloną kwotę miesięcznie i co roku składasz sprawozdanie. Po wykonaniu planu sąd stwierdza jego wykonanie i **umarza pozostałe zobowiązania**. Od tej chwili jesteś wolny od długów objętych postępowaniem.

Oś czasu typowej sprawy



Terminy są orientacyjne i zależą od obciążenia sądu, liczby wierzycieli i majątku do sprzedaży. Sprawy bez majątku i z niewielką liczbą wierzycieli bywają szybsze; sprawy z nieruchomością – dłuższe.

Rola pełnomocnika

Formalnie wniosek można złożyć samodzielnie. W praktyce sądy zwracają lub oddalają dużą część wniosków składanych bez pomocy – z powodu braków, niespójności między spisami a dokumentami albo źle opisanej historii zadłużenia. Pełnomocnik odpowiada też za korespondencję z syndykiem, stanowisko do projektu planu spłaty i wnioski w toku sprawy (np. o wydzielenie kwoty na najem mieszkania).

Plan spłaty: trzy scenariusze zakończenia

Tu rozstrzyga się „ile i jak długo”. Sąd bierze pod uwagę dochody, koszty utrzymania rodziny, możliwości zarobkowe i to, jak doszło do niewypłacalności.

Scenariusz	Kiedy	Czas trwania
1. Plan spłaty — standard	Masz dochody pozwalające na choćby symboliczne spłaty. Sąd ustala miesięczną ratę dostosowaną do możliwości.	do 36 miesięcy
1a. Plan wydłużony	Sąd ustalił, że do niewypłacalności doprowadziłeś umyślnie lub wskutek rażącego niedbalstwa.	od 36 do 84 miesięcy
1b. Plan skrócony	W toku postępowania (z majątku i wpłat) wierzyciele odzyskali co najmniej 70% / 50% należności.	max 12 / 24 miesięcy
2. Umorzenie bez planu	Twoja sytuacja (ciężka choroba, trwała niezdolność do pracy, wiek) w oczywisty sposób wyklucza jakiegokolwiek spłaty.	natychmiast po zakończeniu likwidacji
3. Umorzenie warunkowe	Niezdolność do spłat nie jest trwała. Jeśli w ciągu 5 lat sytuacja się poprawi, wierzyciel lub Ty możecie wnieść o ustalenie planu.	5 lat okresu warunkowego, potem umorzenie definitywne

Jak sąd ustala wysokość raty

Nie ma wzoru. Sąd ocenia dochody, liczbę osób na utrzymaniu, uzasadnione koszty życia i realne możliwości zarobkowe. Raty rzędu kilkuset złotych są codziennością. Plan **nie musi pokryć całości długu** — pokrywa to, co realnie możesz oddać; reszta jest umarzana. Jeśli w trakcie planu stracisz pracę lub zachorujesz, możesz wnioskować o jego zmianę; jeśli dochody istotnie wzrosną — wierzyciel może wnioskować o podwyższenie rat. Co roku składasz sprawozdanie; zatajenie dochodów grozi uchynieniem planu bez umorzenia.

Przykład 1 — były przedsiębiorca

Długi: 420 tys. zł (ZUS, US, leasing, kredyt firmowy, kontrahenci). Brak majątku, dochód 4 800 zł netto, dwoje dzieci. Sąd ustalił plan: 600 zł miesięcznie przez 36 miesięcy. Spłacone: 21 600 zł. **Umorzone: ok. 398 tys. zł.**

Przykład 2 — trwała choroba

Długi: 96 tys. zł (chwilówki, karty, pożyczki). Renta 1 900 zł, orzeczona niezdolność do pracy, brak majątku. Syndyk wnosi o umorzenie bez planu spłaty. Sąd umarza całość zobowiązań po zakończeniu likwidacji. **Spłacone: 0 zł.**

Przykłady uproszczone, poglądowe; kwoty i okresy w konkretnej sprawie ustala sąd.

Co się stanie z majątkiem

Z chwilą ogłoszenia upadłości Twój majątek staje się masą upadłości zarządzaną przez syndyka. Ale nie wszystko do niej wchodzi – i nie wszystko zostanie sprzedane.

Mieszkanie lub dom

Nieruchomość, której jesteś właścicielem, co do zasady wchodzi do masy i może zostać sprzedana. Ustawa przewiduje jednak istotne zabezpieczenie: z ceny sprzedaży sąd wydziela Ci kwotę odpowiadającą **przeciętnemu czynszowi najmu w Twojej miejscowości za 12 do 24 miesięcy**. To środki na dach nad głową w okresie przejściowym. O tę kwotę trzeba wnioskować – sąd nie przyzna jej z urzędu. Mieszkanie wynajmowane lub komunalne nie jest Twoim majątkiem i nie podlega sprzedaży; hipoteka banku nie zmienia tego, że lokal wchodzi do masy.

Samochód, sprzęt, narzędzia pracy

Samochód wchodzi do masy i zwykle jest sprzedawany – chyba że jest niezbędny do wykonywania pracy zarobkowej (syndyk ocenia to indywidualnie) albo jego wartość nie uzasadnia sprzedaży. Wyłączone są przedmioty urządzenia domowego niezbędne dla Ciebie i rodziny, ubrania, zapasy żywności, przedmioty do nauki i praktyk religijnych oraz narzędzia niezbędne do pracy.

Wynagrodzenie, emerytura, świadczenia

Do masy wchodzi część wynagrodzenia podlegająca zajęciu na zasadach jak w egzekucji: co do zasady połowa, z zachowaniem **kwoty wolnej równej minimalnemu wynagrodzeniu** przy umowie o pracę. Świadczenia 800+, alimenty na dzieci i świadczenia rodzinne nie podlegają zajęciu. Przy umowach cywilnoprawnych i działalności syndyk ustala kwotę potrzebną na utrzymanie – warto to dobrze udokumentować.

Małżonek i majątek wspólny

Z dniem ogłoszenia upadłości między małżonkami powstaje **rozdzielność majątkowa**, a majątek wspólny w całości wchodzi do masy. Małżonek może dochodzić należności z tytułu udziału w majątku wspólnym, zgłaszając ją syndykowi jak każdy wierzyciel. Intercyza zawarta na krótko przed wnioskiem (do 2 lat) jest wobec masy bezskuteczna. To jeden z powodów, dla których sprawy małżonków warto planować wspólnie – czasem sensowne są dwa równoległe wnioski.

Uwaga – darowizny i „przepisanie” majątku

Darowizny i czynności nieodpłatne dokonane w ciągu **roku przed złożeniem wniosku** są z mocy prawa bezskuteczne wobec masy – syndyk odbierze przekazany majątek. Czynności z krzywdą wierzycieli z dłuższego okresu (do 5 lat) mogą zostać zaskarżone skargą pauliańską. Przepisanie domu na dziecko „na wszelki wypadek” to najczęstszy sposób, w jaki dłużnicy sami sobie szkodzą – zamiast chronić majątek, narażają się na zarzut celowego działania i wydłużony plan spłaty.

Długi, których upadłość nie umorzy

To rozdział, od którego zaczynamy każdą analizę. Jeśli większość Twoich zobowiązań należy do kategorii wyłączonych, upadłość może nie być właściwym narzędziem – i lepiej wiedzieć to przed złożeniem wniosku niż po dwóch latach postępowania.

Nie podlegają umorzeniu

- ◆ **alimenty** – zaległe i bieżące, na dzieci i byłego małżonka
- ◆ **renty odszkodowawcze** za wywołanie choroby, niezdolności do pracy, kalectwa lub śmierci
- ◆ **grzywny** orzeczone przez sąd oraz nawiązki i świadczenia pieniężne jako środki karne
- ◆ **obowiązek naprawienia szkody i zadośćuczynienia** orzeczony w postępowaniu karnym
- ◆ **odszkodowania** za szkody wynikłe z przestępstwa lub wykroczenia stwierdzonego prawomocnym orzeczeniem
- ◆ **długi celowo zatajone** we wniosku, jeśli wierzyciel nie brał udziału w postępowaniu

Podlegają umorzeniu

- ◆ kredyty bankowe, w tym hipoteczne (w części niepokrytej ze sprzedaży)
- ◆ pożyczki, chwilówki, karty kredytowe, limity w koncie
- ◆ zaległości wobec **ZUS i urzędu skarbowego**, w tym z działalności
- ◆ długi wobec kontrahentów, leasing, faktoring
- ◆ poręczenia i zobowiązania wekslowe
- ◆ czynsz, media, telefon, abonamenty, mandaty administracyjne
- ◆ odsetki, koszty windykacji, koszty sądowe i egzekucyjne
- ◆ odpowiedzialność z art. 299 KSH za długi spółki z o.o.

Co z długami, o których nie wiem?

Umorzeniu podlegają wszystkie zobowiązania powstałe przed ogłoszeniem upadłości – także te, o których zapomniałeś, o ile nie zataiłeś ich umyślnie. Dlatego przed wnioskiem sprawdzamy: raport BIK, rejestry BIG (KRD, ERIF, BIG InfoMonitor), stan egzekucji u komorników oraz zaległości w ZUS (PUE) i US (e-Urząd Skarbowy). Wierzyciel, który sprzedał dług funduszowi, też musi zostać ustalony.

Długi powstałe po ogłoszeniu upadłości

Umorzenie obejmuje wyłącznie zobowiązania sprzed ogłoszenia upadłości. Wszystko, co zaciągniesz później – nowe pożyczki, nieopłacone rachunki, mandaty – spłacasz normalnie. W trakcie postępowania zaciąganie nowych zobowiązań kredytowych jest zresztą praktycznie niemożliwe i sąd ocenia je negatywnie.

Siedem błędów, które kosztują najwięcej

Większości problemów w sprawach upadłościowych nie tworzy sąd ani syndyk. Tworzą je decyzje podjęte w panice — na kilka miesięcy przed złożeniem wniosku.

- 1 **Darowizna lub sprzedaż majątku rodzinie „za symboliczną kwotę”.** Bezskuteczna wobec masy, a dodatkowo argument za umyślnym działaniem na szkodę wierzycieli. Syndyk odzyska majątek, a plan spłaty może wydłużyć się do 7 lat.
- 2 **„Ostatnie” chwilówki na spłatę rat lub na życie.** Zaciąganie zobowiązań w stanie niewypłacalności, bez perspektywy spłaty, sąd może ocenić jako rażące niedbalstwo. Im bliżej wniosku, tym gorzej to wygląda.
- 3 **Spłacanie wybranych wierzycieli (np. rodziny) tuż przed wnioskiem.** Uprzywilejowanie jednego wierzyciela kosztem pozostałych syndyk może podważyć, a spłacony krewny będzie musiał oddać pieniądze do masy.
- 4 **Zawieszenie zamiast zamknięcia działalności.** Zawieszona firma to nadal status przedsiębiorcy — wniosek konsumencki zostanie odrzucony. Działalność trzeba wykreślić z CEIDG.
- 5 **Pominięcie wierzyciela lub majątku we wniosku.** „Zapomniany” dług nie zostanie umorzony, a ukryty majątek to podstawa do umorzenia postępowania bez oddłużenia. Wniosek musi być kompletny i zgodny z dokumentami.
- 6 **Brak współpracy z syndykiem.** Nieodbieranie korespondencji, nieprzekazywanie dokumentów, niezgłaszanie zmiany pracy — sąd może umorzyć postępowanie, a Ty zostaniesz z długami i wpisem w KRZ.
- 7 **Zwlekanie.** Każdy miesiąc to odsetki, koszty egzekucji i rosnąca kwota bazowa. Osoby, które składają wniosek rok później, spłacają w planie realnie więcej — a przez ten rok żyją z komornikiem na koncie.

Zasada, która porządkuje wszystko

Od momentu, w którym wiesz, że nie spłacisz długów, **nie zmieniaj stanu majątku i nie zaciągaj nowych zobowiązań** bez konsultacji. Sąd i syndyk patrzą wstecz — na rok, dwa, pięć lat. Uczciwy, przejrzysty obraz sytuacji to najkrótsza droga do umorzenia. Nie ma „sprytnych” ruchów, których syndyk nie widział setki razy.

A co, jeśli już popełniłem któryś z tych błędów?

To nie zamyka drogi do oddłużenia. Wymaga natomiast innej strategii: rzetelnego opisanie okoliczności we wniosku, czasem odwrócenia czynności przed złożeniem wniosku, czasem po prostu odczekania. Właśnie dlatego analiza przed wnioskiem jest ważniejsza niż sam formularz.

Życie po upadłości

Umorzenie zobowiązań to formalny koniec postępowania. Praktyczny nowy start zaczyna się jednak wcześniej — od momentu, w którym przestajesz odbierać telefony z windykacji.

Krajowy Rejestr Zadłużonych

Informacje o postępowaniu są jawne i wyszukiwalne w KRZ. Po zakończeniu sprawy dane są usuwane z rejestru po upływie ustawowego okresu (obecnie co do zasady 10 lat od prawomocnego zakończenia; projektowana nowelizacja skraca ten czas do 3 lat od obwieszczenia o umorzeniu).

Praca i nowa firma

Upadłość nie ogranicza prawa do pracy ani do założenia nowej działalności po zakończeniu postępowania. Nie wyklucza też z zasiadania w zarządzie spółki (o ile sąd nie orzekł osobnego zakazu prowadzenia działalności — to odrębne postępowanie, rzadkie w sprawach konsumenckich).

BIK i zdolność kredytowa

Historia zaległości pozostaje w BIK przez 5 lat od spłaty lub umorzenia. W praktyce przez kilka lat po upadłości kredyt bankowy jest trudno dostępny. Konto bankowe, karta debetowa, abonament telefoniczny i umowa najmu — bez problemu.

Wpływ na rodzinę

Długi nie przechodzą na dzieci ani rodziców. Małżonek odpowiada tylko za zobowiązania, które sam zaciągnął lub na które wyraził zgodę — jego sytuację warto jednak przeanalizować równolegle (rozdział 6).

Nadchodzące zmiany w przepisach (projekt UD260)

2 września 2026 r. Rada Ministrów przyjęła projekt nowelizacji Prawa upadłościowego i ustawy o KRZ. Projekt trafia teraz do Sejmu — **nie jest jeszcze obowiązującym prawem**, a wejście w życie realnie oczekiwane jest w 2027 r. Najważniejsze założenia:

- ◆ **automatyczne umorzenie** zobowiązań z mocy prawa po 3 miesiącach od zakończenia planu spłaty — bez osobnego postanowienia sądu i bez czekania na jego wydanie
- ◆ wierzyciele dostają 3-miesięczne „okno” po zakończeniu planu na wniosek o jego zmianę lub uchylenie — potem sprawa zamyka się definitywnie
- ◆ w postanowieniu o planie spłaty sąd wskaże z góry datę umorzenia; dodatkowe obwieszczenie po uprawomocnieniu
- ◆ dane upadłego znikną z KRZ po **3 latach** od obwieszczenia o umorzeniu

Co to oznacza dla Ciebie dziś

Nie ma powodu czekać z wnioskiem na nowelizację — zmiany dotyczą końcowej fazy postępowania i obejmą także sprawy będące w toku (zgodnie z przepisami przejściowymi, które poznamy po uchwaleniu). Sprawa złożona dziś skorzysta z nowych zasad na etapie, na którym będą już obowiązywać.

Mieszkasz w Wielkiej Brytanii, długi zostały w Polsce?

Typowa sytuacja: wyjazd do UK kilka lat temu, a w Polsce niespłacony kredyt, chwilówki, zaległy ZUS po zamkniętej firmie. Dług nie znika — rośnie, a komornik czeka na pierwszy przelew na polskie konto lub na spadek.

Najpierw pytanie o jurysdykcję

O tym, w którym kraju możesz przeprowadzić oddłużenie, decyduje tzw. **główny ośrodek podstawowej działalności (COMI)** — w uproszczeniu: gdzie faktycznie mieszkasz, pracujesz i prowadzisz życie. Nie obywatelstwo i nie miejsce powstania długu. Osoba od lat pracująca w Anglii ma COMI w UK; osoba, która wyjechała niedawno lub regularnie wraca — wymaga analizy. Sądy badają to coraz uważniej, a błędnie wybrana droga kończy się odrzuceniem wniosku.

Droga polska

Upadłość konsumencka w polskim sądzie — możliwa, gdy Twoje centrum życiowe jest w Polsce lub gdy planujesz powrót. Obejmuje wszystkie długi polskie, w tym ZUS i US. Wymaga polskiego adresu i dostępności dla syndyka (część czynności zdalnie przez KRZ).

Droga brytyjska

Jeśli Twoje życie jest w UK, właściwe są tamtejsze procedury oddłużeniowe. Co istotne: co do zasady obejmują one także zobowiązania zaciągnięte w Polsce. Jednak po Brexicie **automatyczne uznanie** brytyjskiego oddłużenia w Polsce nie działa jak dawniej — polski wierzyciel może próbować egzekwować dług w kraju, a skuteczność ochrony wymaga oceny w konkretnej sprawie.

Na co uważać

- ◆ **Polski majątek** (mieszkanie, udział w spadku, działka) — w każdej procedurze będzie miał znaczenie i może zostać spieniężony
- ◆ **Powrót do Polski** po zagranicznym oddłużeniu — wierzyciel może kwestionować jego skutki; potrzebna dokumentacja i doradca po obu stronach
- ◆ **Przedawnienie** — długi w Polsce przedawniają się (zwykle 3 lub 6 lat), ale każda czynność wierzyciela przerywa bieg; sprawdzamy to przed wyborem drogi
- ◆ **Zaległy ZUS i podatki** po zamkniętej działalności — podlegają umorzeniu w polskiej upadłości konsumenckiej

Jak pomagamy osobom z UK

Global Accounting prowadzi polskie postępowania upadłościowe, a Kancelaria Semper Paratus w Londynie obsługuje klientów w UK. Zaczynamy od bezpłatnej analizy: gdzie jest Twoje COMI, jakie długi masz w Polsce, czy część się przedawniła — i dopiero wtedy rekomendujemy drogę. Zdalnie, po polsku.

Checklista: dokumenty do wniosku

Kompletny wniosek to szybsze ogłoszenie upadłości. Zbierz to, co masz — brakujące dokumenty pomożemy uzyskać (część pobieramy elektronicznie z ZUS, US i rejestrów).

Tożsamość i sytuacja osobista

- ☐ dowód osobisty, PESEL, adres zamieszkania
- ☐ akt małżeństwa / intercyza / wyrok rozwodowy
- ☐ akty urodzenia dzieci na utrzymaniu
- ☐ orzeczenia o niepełnosprawności, dokumentacja medyczna (jeśli dotyczy)

Długi

- ☐ umowy kredytów, pożyczek, kart, leasingu
- ☐ wezwania do zapłaty, wypowiedzenia umów
- ☐ nakazy zapłaty, wyroki, tytuły wykonawcze
- ☐ zawiadomienia o wszczęciu egzekucji, zajęcia komornicze
- ☐ raport BIK (bik.pl) i BIG (KRD, ERIF, InfoMonitor)
- ☐ zaświadczenie o zaległościach ZUS (PUE) i US (e-US)
- ☐ poręczenia, weksle, umowy zabezpieczeń

Dochody i koszty

- ☐ umowa o pracę / zlecenia, paski wynagrodzeń z 6 miesięcy
- ☐ decyzje o rencie, emeryturze, zasiłkach, 800+
- ☐ PIT za ostatnie 2 lata
- ☐ rachunki: czynsz, media, leki, dojazdy, edukacja dzieci

Majątek

- ☐ akty notarialne, numery ksiąg wieczystych
- ☐ dowody rejestracyjne pojazdów
- ☐ wyciągi z kont bankowych z 3–6 miesięcy
- ☐ polisy z wartością wykupu, akcje, obligacje, krypto
- ☐ umowy darowizn i sprzedaży z ostatnich 5 lat

Była działalność

- ☐ wydruk z CEIDG z datą wykreślenia
- ☐ lista kontrahentów-wierzycieli, niezapłacone faktury
- ☐ umowy leasingu, kredytów firmowych

Nie masz wszystkiego? To normalne.

Większość klientów przychodzi z kilkoma pismami od komornika i ogólną wiedzą „komu jestem winien”. Resztę ustalamy: BIK i BIG online, PUE ZUS, e-Urząd Skarbowy, zapytania do komorników, księgi wieczyste. Ważne, żebyś nie ukrywał niczego, o czym wiesz — uzupełnianie braków jest proste, zatajenie jest nieodwracalne.

Jak pomaga Kancelaria

Prowadzimy sprawy upadłościowe kompleksowo — od pierwszej rozmowy do prawomocnego umorzenia zobowiązań. Zdalnie, w całej Polsce i dla klientów za granicą.

- 1 Bezpłatna analiza sytuacji**
Rozmowa i weryfikacja dokumentów. Odpowiadamy uczciwie: czy upadłość ma w Twoim przypadku sens, jakie długi zostaną umorzone, co z majątkiem, jakiego planu spłaty można się spodziewać, jakie ryzyka widzimy. Jeśli lepszym rozwiązaniem jest układ z wierzycielami lub odczekanie — powiemy to.
- 2 Przygotowanie wniosku i spisów**
Ustalamy pełną listę wierzycieli (BIK, BIG, ZUS, US, komornicy), sporządzamy spis majątku, opisujemy historię zadłużenia tak, by sąd widział rzetelny obraz. Jeśli trzeba — porządkujemy status działalności i sprawy małżeńskie. Składamy wniosek przez KRZ.
- 3 Reprezentacja przed sądem i syndykiem**
Prowadzimy korespondencję, odpowiadamy na wezwania, składamy wnioski w toku postępowania (m.in. o wydzielenie kwoty na najem mieszkania, o wyłączenie składników z masy), przygotowujemy stanowisko do projektu planu spłaty.
- 4 Wsparcie aż do umorzenia**
Pomagamy w rocznych sprawozdaniach, reagujemy na zmianę sytuacji (utrata pracy, choroba — wniosek o zmianę planu), pilnujemy terminów i doprowadzamy sprawę do postanowienia o umorzeniu zobowiązań.

Ile to kosztuje

Opłata sądowa od wniosku: **30 zł**. Koszty postępowania (syndyk) pokrywane są z masy upadłości — jeśli jej nie ma, tymczasowo ze środków Skarbu Państwa.

Honorarium Kancelarii ustalamy indywidualnie po analizie, w zależności od złożoności sprawy — z możliwością rozłożenia na raty. Analiza jest bezpłatna i do niczego nie zobowiązuje.

Dlaczego my

- ◆ ponad 10 lat doświadczenia w doradztwie podatkowym i księgowości — rozumiemy długi firmowe, ZUS i US od środka
- ◆ obsługa zdalna: dokumenty, podpisy i kontakt online
- ◆ zespół w Polsce i w Londynie — dla klientów z UK
- ◆ po oddłużeniu pomagamy postawić firmę na nogi (następna strona)

Po oddłużeniu: nowy start z Grupą Global Tax Partners

Upadłość zamyka stary rozdział. Wielu naszych klientów po umorzeniu długów wraca do biznesu — tym razem w strukturze, która chroni ich majątek i nie generuje ryzyka osobistej odpowiedzialności. Trzy marki Grupy obsługują całą drogę.

Global Accounting

POLSKA · KSIĘGOWOŚĆ I STRUKTURY

- ◆ upadłość konsumencka i oddłużanie
- ◆ pełna obsługa księgowa: KPiR, księgi, VAT, CIT, PIT, kadry i płace
- ◆ spółka z o.o. z udziałowcem zagranicznym — efektywnie 9% CIT, ochrona majątku prywatnego
- ◆ oddział przedsiębiorcy zagranicznego, spółka jawna
- ◆ fundacja rodzinna — sukcesja i ochrona majątku
- ◆ optymalizacja podatkowa i interpretacje indywidualne

globalaccounting.com.pl

Global Tax Partners

MIĘDZYNARODOWE PLANOWANIE PODATKOWE

- ◆ rejestracja i obsługa spółek w Anglii (LTD), Dubaju, Indiach i Polsce
- ◆ holdingi grup spółek — wydzielenie majątku do spółki „aktywowej”
- ◆ reorganizacja przedsiębiorstw i planowanie biznesowe
- ◆ rezydencja podatkowa, unikanie podwójnego opodatkowania
- ◆ rozliczanie kryptowalut, tokenizacja, Prosta Spółka Akcyjna
- ◆ konto firmowe i prywatne w Szwajcarii

globaltax.partners

Kancelaria Semper Paratus

WIELKA BRYTANIA · KSIĘGOWOŚĆ LTD

- ◆ rejestracja spółki LTD w Companies House w 24–48 h, adres rejestrowy w UK
- ◆ pełna księgowość brytyjska: Annual Accounts, Confirmation Statement
- ◆ Corporation Tax (CT600), VAT i Making Tax Digital
- ◆ Payroll / PAYE, pension auto-enrolment
- ◆ Self Assessment dyrektorów i udziałowców
- ◆ analiza długów pozostawionych w Polsce dla osób mieszkających w UK

kancelaria-semperparatus.uk

Dlaczego to ma znaczenie po upadłości

Najczęstsza przyczyna długów byłych przedsiębiorców to jednoosobowa działalność, w której **cały majątek prywatny odpowiada za każdą fakturę, składkę i ratę leasingu**. Nowy start warto zaprojektować inaczej: spółka z o.o. oddziela majątek firmy od rodziny, a właściwa struktura udziałowa pozwala płacić 9% CIT bez limitu małego podatnika. Jeden zespół prowadzi Cię od analizy zadłużenia, przez upadłość, po rejestrację nowej spółki i jej księgowość — w Polsce i w Wielkiej Brytanii.

Zrób pierwszy krok. Reszta jest po naszej stronie.

Bezpłatna analiza zadłużenia trwa około 30 minut. Po rozmowie wiesz, czy upadłość konsumencka jest dla Ciebie, co stanie się z majątkiem i jakiego planu spłaty możesz się spodziewać. Bez zobowiązań.

TELEFON

+48 22 26 62 351

+48 505 684 412

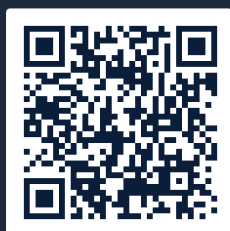
pon.–pt. 9:00–17:00 · z UK: +44 204 577 3027

E-MAIL I WWW

kontakt@globaltax.partners

globalaccounting.com.pl/#upadlosc-konsumencka

globaltax.partners · kancelaria-
semperparatus.uk



Umów bezpłatną analizę online

Zeskanuj kod lub wejdź na globalaccounting.com.pl i wybierz „Upadłość konsumencka”. Napisz, w jakiej jesteś sytuacji — oddzwonimy w ciągu jednego dnia roboczego.

Zastrzeżenie. Niniejszy przewodnik ma charakter wyłącznie informacyjny i edukacyjny. Nie stanowi porady prawnej ani oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego. Stan prawny na wrzesień 2026 r.; przepisy, praktyka sądów oraz terminy mogą ulec zmianie — w szczególności w związku z procedowanym projektem nowelizacji Prawa upadłościowego (UD260). Przykłady liczbowe są uproszczone i poglądowe. Przed podjęciem decyzji skonsultuj swoją sytuację indywidualnie.

Global Accounting LTD Sp. z o.o. Oddział w Polsce, Al. 3 Maja 25/27, 97-300 Piotrków Trybunalski · Global Tax Partners LTD, 79 Park Road, New Barnet EN4 9QG, Wielka Brytania · Kancelaria Semper Paratus Legal House LTD, 27 Old Gloucester Street, London WC1N 3AX. © 2026 Global Tax Partners. Wszelkie prawa zastrzeżone.



GLOBAL TAX
PARTNERS