2025 Świąteczny Portfel Polaków

Związek Banków Polskich

Słowo wstępne

Zapach choinki, blask świateł i chwile spędzane w gronie najbliższych – grudzień nieodmiennie przynosi ze sobą wyjątkową atmosferę. To czas, w którym na moment zwalniamy i celebrujemy to, co naprawdę ważne. Jednocześnie jest to również okres intensywnych przygotowań, które – obok radości – wiążą się z dodatkowymi wydatkami na prezenty, świąteczne dekoracje oraz produkty potrzebne na wigilijny i bożonarodzeniowy stół.

Tegoroczne Święta Bożego Narodzenia przynoszą jednak nieco więcej finansowego oddechu niż w minionych latach. Spadająca presja inflacyjna oraz stabilizujące się ceny sprawiają, że planowanie świątecznego budżetu jest łatwiejsze i mniej obciążające dla domowych finansów. Choć koszty nadal rosną, ich tempo jest wyraźnie słabsze, a w przypadku części produktów obserwujemy nawet spadki cen, co pozytywnie wpływa na nastroje konsumenckie.

W raporcie „Świąteczny Portfel Polaków 2025” po raz kolejny przyglądamy się temu, jak zmieniają się świąteczne zwyczaje zakupowe oraz ile realnie kosztuje dziś organizacja Świąt.

Tegoroczne dane pokazują, że mimo wciąż obecnych wyzwań ekonomicznych, wiele gospodarstw domowych może pozwolić sobie na spokojniejsze i bardziej świadome planowanie wydatków, bez presji znanej z lat wysokiej inflacji.

Świąteczne wydatki obejmują nie tylko zakupy spożywcze i prezenty, ale również koszty podróży do bliskich, które stanowią istotny element grudniowego budżetu. Jak co roku zapytaliśmy Polaków o to, jak finansują świąteczne przygotowania, a przedstawicieli sektora bankowego o obserwowane trendy w korzystaniu z kredytów i innych form wsparcia finansowego. Nie sposób pominąć również kwestii bezpieczeństwa. Okres przedświąteczny to czas wzmożonej aktywności oszustów, którzy żerują na pośpiechu i emocjach towarzyszących zakupom. Dlatego zachęcamy do rozwagi i uważności podczas realizowania transakcji – zarówno w sklepach stacjonarnych, jak i w internecie. Zanim ruszysz na zakupy, zajrzyj na stronę dbamoswoje.pl, aby zapoznać się z zasadami bezpieczeństwa w sieci. Jak co roku, nasz raport zawiera także praktyczny poradnik cyberbezpieczeństwa, który pomoże chronić dane i finanse – nie tylko w okresie świątecznym.

Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia życzymy Państwu czasu pełnego spokoju, życzliwości i bliskości. Niech tegoroczne Święta będą nie tylko piękne i rodzinne, ale także wolne od nadmiernych trosk, a świąteczna atmosfera przyniesie wytchnienie i poczucie stabilności.

Zapraszamy państwa do lektury Raportu!
Dr Przemysław Barbrich

Świąteczne ceny pod lupą

Świąteczne ceny pod lupą

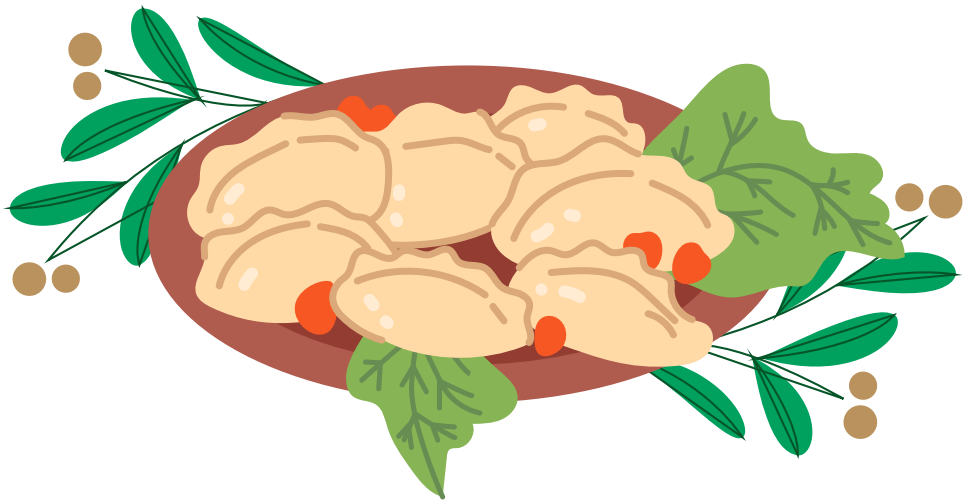
Końcówka roku tradycyjnie przynosi ze sobą świąteczny nastrój, przypominając nam, jak ważne są chwile spędzone z bliskimi – pełne ciepła, radości i nadziei. Jednocześnie grudzień wciąż pozostaje jednym z najbardziej obciążających finansowo miesięcy, głównie przez wydatki na prezenty, dekoracje oraz produkty potrzebne na wigilijny i świąteczny stół.

Mimo to tegoroczne Święta zapowiadają się łagodniej dla naszych domowych budżetów. Inflacja pozostaje niska na tle poprzednich lat, co sprawia, że wzrost cen – choć nadal obecny – jest dużo mniej dotkliwy niż w ubiegłych sezonach. Jak podaje GUS, inflacja wyniosła w październiku 2,8 proc. r/r (przy wzroście cen usług o 5,6% i towarów o 1,7%) oraz 2,4 proc. w listopadzie według szybkiego szacunku. To sprawia, że choć nie wszystkie ceny spadają, łagodniejsza inflacja pozwala z większym spokojem podejść do świątecznych przygotowań.

Dane GUS za październik 2025 r. wskazują, że wiele produktów typowych dla koszyka świątecznego potaniało, co może przełożyć się na niższe koszty przygotowania świąt. Wyraźne spadki cen dotyczą m.in. cukru (-16,3%), mąki (-5,4%), warzyw (-2,7%), herbaty (-2,8%) oraz mięsa wieprzowego (-3,0%), czyli produktów często wykorzystywanych do wypieków i tradycyjnych potraw. Tańsze składniki do ciast i deserów, takie jak cukier i mąka, mogą znacząco obniżyć koszt domowych wypieków. Z drugiej strony, wzrosły ceny jaj (+18,8%), kawy (+16,3%) czy mięsa wołowego (+19,5%), co może podnieść wydatki na niektóre elementy świątecznego menu. Mimo tych podwyżek, ogólny obraz sugeruje, że dzięki spadkom cen podstawowych produktów spożywczych, tegoroczne święta mogą okazać się tańsze – lub przynajmniej nie droższe – niż w poprzednich latach.

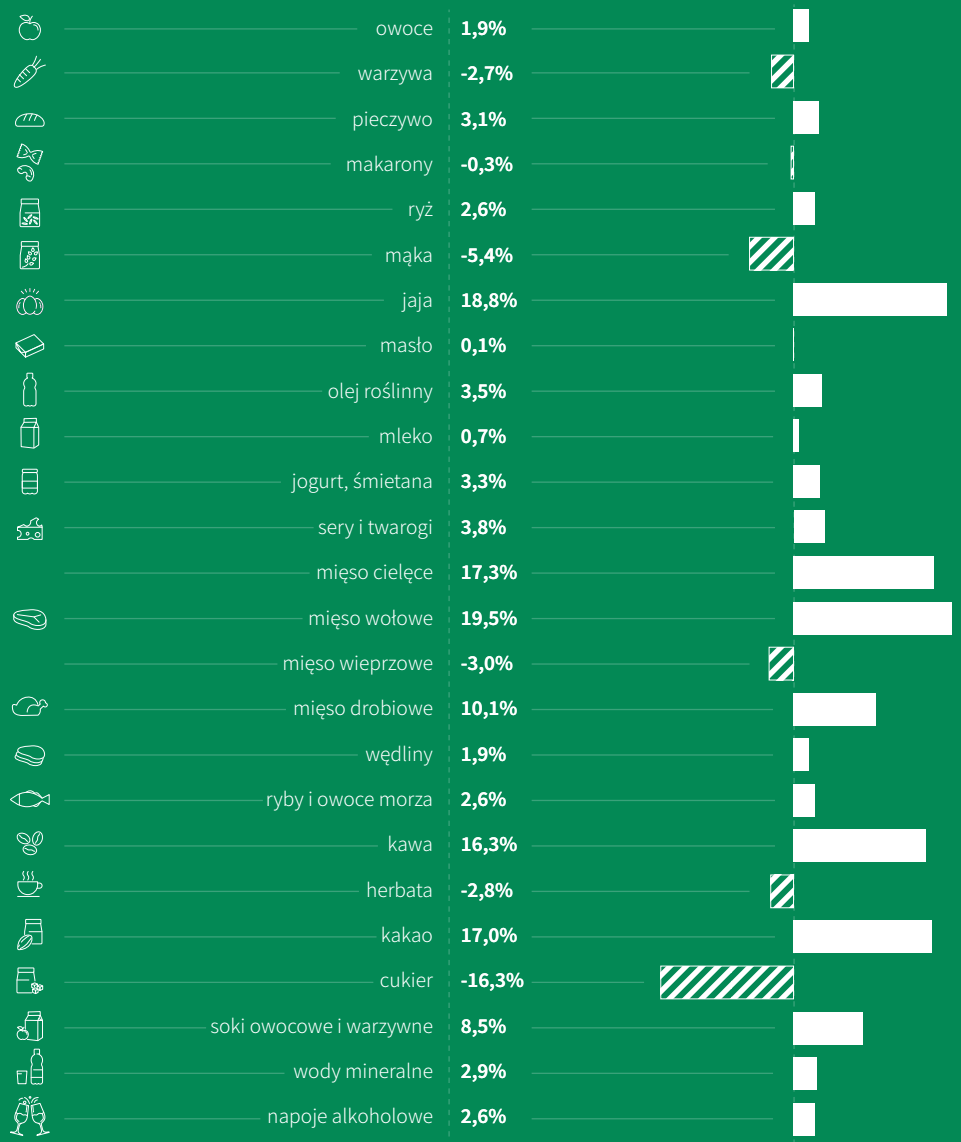
Tegoroczne okołoświąteczne porządki będą nas kosztować mniej – na pewno nie siły, ale przynajmniej ceny środków czyszczących i konserwujących spadły o 3,7 proc. Z kolei zakup artykułów dekoracyjnych będzie nas kosztował jedynie 1,0 proc. więcej niż przed rokiem, co w praktyce oznacza, że różnicy raczej nie odczujemy w portfelu. Więcej zapłacimy natomiast za wizytę u fryzjera czy kosmetyczki – za te usługi trzeba zapłacić 6,4 proc. więcej niż przed rokiem. Pozytywnym sygnałem są natomiast niewielkie spadki cen paliw w październiku – ogółem o 1,8 proc., a benzyny o 1,5 proc.

Z danych unijnego urzędu statystycznego Eurostat za październik br. wynika, że w całej Unii Europejskiej inflacja HICP wyniosła w październiku 2,3 proc. r/r (2,0 proc. dla strefy euro). Według unijnej metodologii w Polsce ceny, w porównaniu do przedniego roku wzrosły o 4,2 proc., co stawia nas na samym szczycie unijnego zestawienia. Wyższe odczyty odnotowano jedynie Rumunii (5,0 proc.), w Estonii (4,5 proc.) i Belgii (4,5 proc.).



Wskaźnik wybranych cen produktów spożywczych

Źródło: GUS, październik 2025 r.



Kluczowe dane

Jak podaje GUS, inflacja wyniosła w październiku

2,8 proc. r/r

(przy wzroście cen usług o 5,6% i towarów o 1,7%) oraz 2,4 proc. w listopadzie według szybkiego szacunku.

Zgodnie z listopadową projekcją Narodowego Banku Polskiego (NBP) w 2025 r. inflacja roczna ma osiągnąć

3,7 proc.

w 2026 r. wynieść 2,9 proc., natomiast w 2027 roku 2,5 proc.

Jak wynika z danych GUS w październiku przeciętne wynagrodzenie brutto w sektorze przedsiębiorstw w październiku 2025 roku wyniosło

8865,12 zł

co oznacza wzrost o 6,6 proc. r/r.

Świąteczne wydatki – plany

Świąteczne wydatki – plany

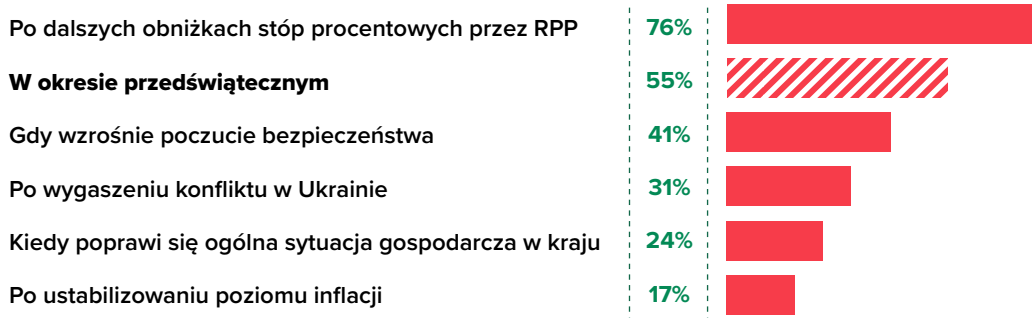
Jak co roku, Związek Banków Polskich wraz z firmą badawczą Minds&Roses spytał Polaków o ich plany związane ze świątecznymi wydatkami. Zapytaliśmy naszych respondentów, ile zamierzają przeznaczyć na wydatki świąteczne w trzech najistotniejszych kategoriach: artykuły spożywcze i wydatki związane z organizacją świąt, prezenty dla rodziny i przyjaciół oraz podróże. Zadaliśmy Polakom również pytanie, gdzie zamierzają spędzić tegoroczne Święta oraz czy planują ograniczenie zakupów świątecznych, a jeśli tak, to wydatki, z której kategorii będą ograniczać.

Analiza odpowiedzi zarówno konsumentów, jak i przedstawicieli sektora bankowego pozwala uchwycić bieżące nastroje towarzyszące przygotowaniom do Świąt. Tegoroczne deklaracje pokazują, że choć sytuacja finansowa wielu gospodarstw domowych jest stabilniejsza niż przed rokiem.

Zapytaliśmy także bankowców, jak oceniają zainteresowanie kredytami w okresie świątecznym. Aż 55 proc. wskazuje, że można spodziewać się istotnego wzrostu zainteresowania kredytami konsumenckimi w okresie przedświątecznym. Bankowcy obserwują też zwiększone zainteresowanie kredytami konsumenckimi na zakup prezentów świątecznych – w tym roku ten cel wskazuje jedynie 10 proc. (rok temu było to 19 proc.).

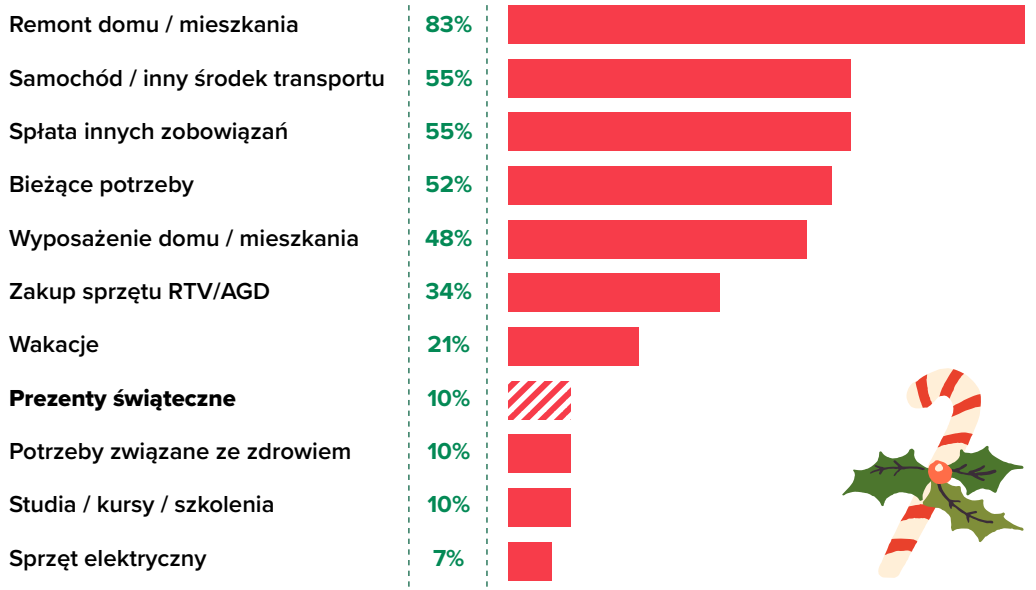
Kiedy Pana(i) zdaniem można spodziewać się istotnego wzrostu zainteresowania kredytami konsumenckimi?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Na jakie cele w Pana/Pani ocenie klienci banków najczęściej zaciągają kredyty konsumenckie?

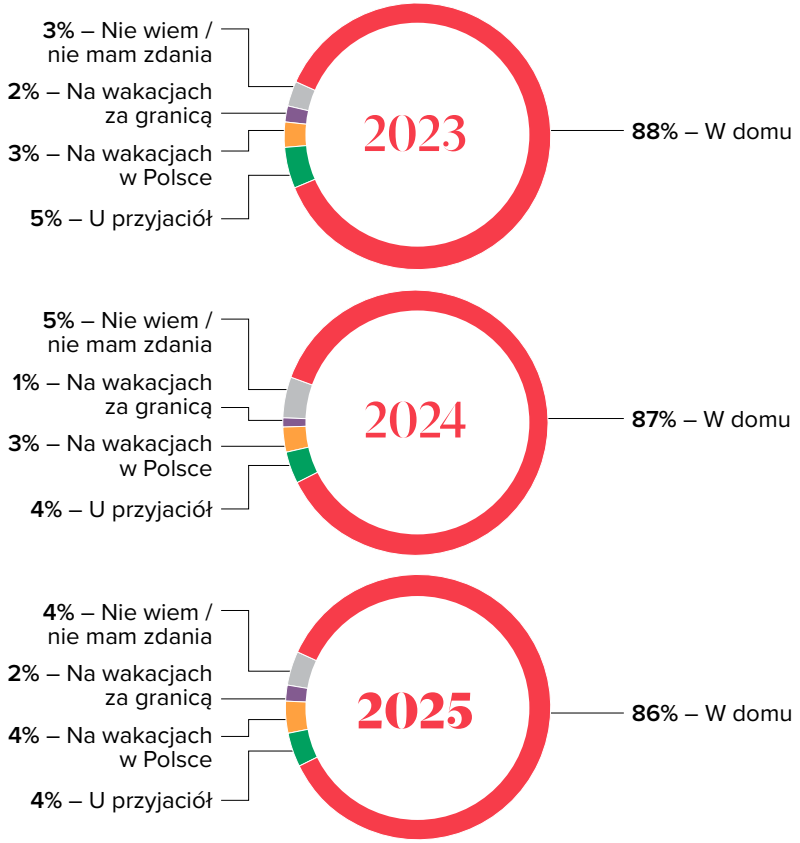
Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Zapytaliśmy Polaków, gdzie planują spędzić tegoroczne święta. Jest to jeden z istotnych czynników wpływających na koszt świąt i związane z nimi wydatki. Zdecydowana większość, bo aż 86 proc. badanych zamierza spędzić Święta w domu, 4 proc. deklaruje, że spędzi święta w gronie przyjaciół, a 6 proc. planuje w tym czasie wakacje w Polsce lub za granicą.

Gdzie zamierza Pan(i) spędzić tegoroczne święta?

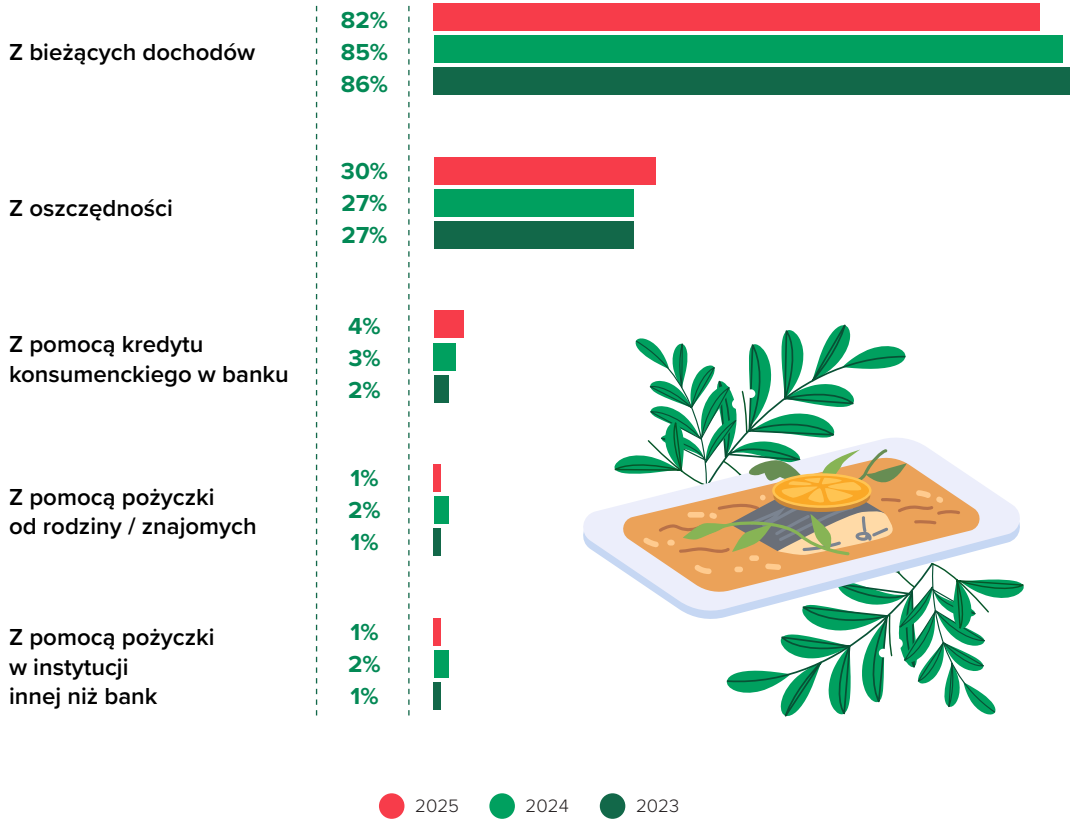
Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Zapytaliśmy również Polaków o źródło finansowania wydatków świątecznych. Tendencja jest podobna jak co roku – aż 82 proc. wskazuje, że wydatki świąteczne będzie finansować z bieżących dochodów, natomiast 30 proc. będzie wspomagało się oszczędnościami.

W jaki sposób będzie Pana(i) finansować wydatki świąteczne?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Ile kosztują święta?

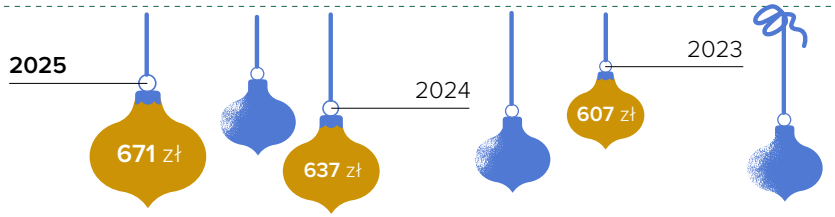
Jak wynika z naszego badania, statystyczny Polak planuje w czasie nadchodzących świąt wydać przeciętnie nominalnie 1787 zł, tj. o 13 proc. więcej niż przed rokiem, czyli ponad 200 zł więcej. Odczyt GUS wskaźnika cen towarów konsumpcyjnych (CPI) wyniósł w październiku 2,8 proc. względem poziomu notowanego w analogicznym okresie 2024 r.

Największą część świątecznych wydatków – przeciętnie nominalnie 677 zł – stanowią prezenty dla najbliższych. To nieznacznie mniej niż przed rokiem, wówczas Polacy średnio deklarowali 681 zł. Na artykuły spożywcze i organizację Świąt przeciętnie przeznaczymy 671 zł (co oznacza lekki wzrost – rok temu było to 637 zł), z kolei na podróże świąteczne i dojazdy wydamy średnio 439 zł (rok wcześniej – 359 zł). Pamiętajmy, że są to wartości uśrednione deklarowanych planów na wydatki świąteczne.

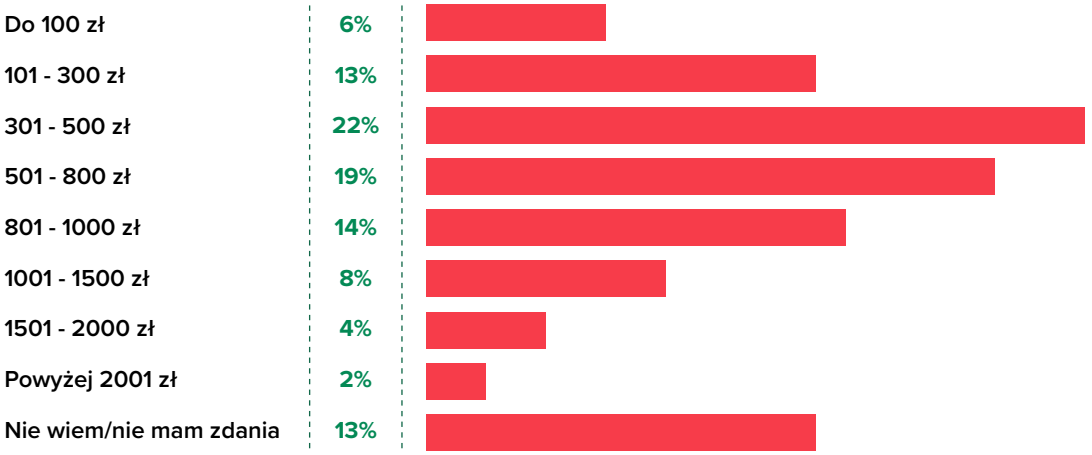
W tym roku na artykuły spożywcze wydamy nieznacznie więcej niż rok temu – nieco ponad 30 zł więcej. W przypadku artykułów spożywczych 41 proc. badanych planuje zmieścić się w przedziale wydatków do 500 zł, a najczęściej, bo 22 proc. respondentów, wskazuje, że planuje zmieścić się z wydatkami w przedziale pomiędzy 301 a 500 zł. Dla 19 proc. wydatki będą rzędu 501-800 zł, a dla kolejnych 14 proc. – 801-1000 zł. Między 1001 a 1500 zł na jedzenie wyda 8 proc. Polaków, a powyżej tej kwoty już tylko 6 proc. Dla 13 proc. respondentów kwota wydatków na artykuły spożywcze to jeszcze niewiadoma.

Ile zamierza pan(i) wydać na święta biorąc pod uwagę artykuły spożywcze i organizację świąt?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Kwoty wydatków świątecznych

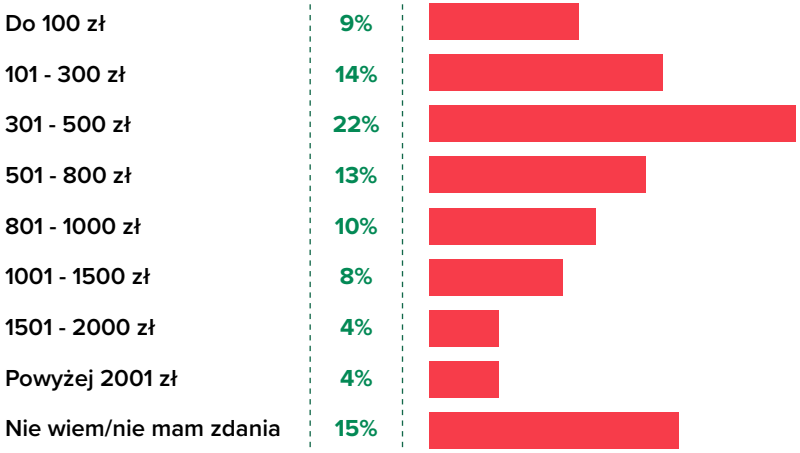


Deklaracje Polaków dotyczące planowanych wydatków na prezenty są nieco zaskakujące. Wbrew obserwowanemu w ostatnich latach systematycznemu wzrostowi wydatków, w tym roku średnie kwoty są niższe – co prawda tylko o 4 zł – co raczej wskazuje na zahamowanie trendu wzrostowego, niż na istotny spadek (rok temu wydatki wzrosły o ponad 100 zł). Jeśli chodzi o prezenty, tegoroczne plany wydatkowe są nieznacznie niższe niż w roku ubiegłym, choć warto podkreślić, że jest to raczej efekt stabilizacji niż redukcji kosztów. Plany wydatków do 500 zł deklaruje łącznie 45 proc. badanych. Zakup droższych prezentów w przedziale 501-800 zł przewiduje 13 proc., w granicy 801-1000 zł – 10 proc., natomiast na wydatek rzędu 1001-1500 zł decyduje się 8 proc. Polaków. Kolejne 8 proc. zamierza wydać na prezenty jeszcze wyższą kwotę.

Ile zamierza pan(i) wydać na święta biorąc pod uwagę prezenty?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP

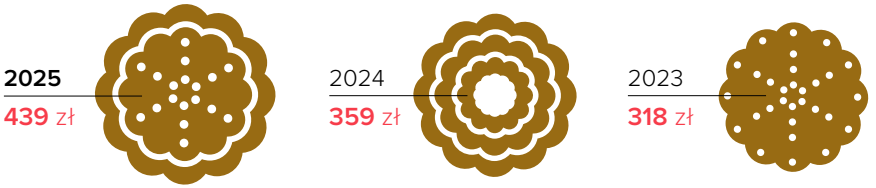
Kwoty wydatków świątecznych



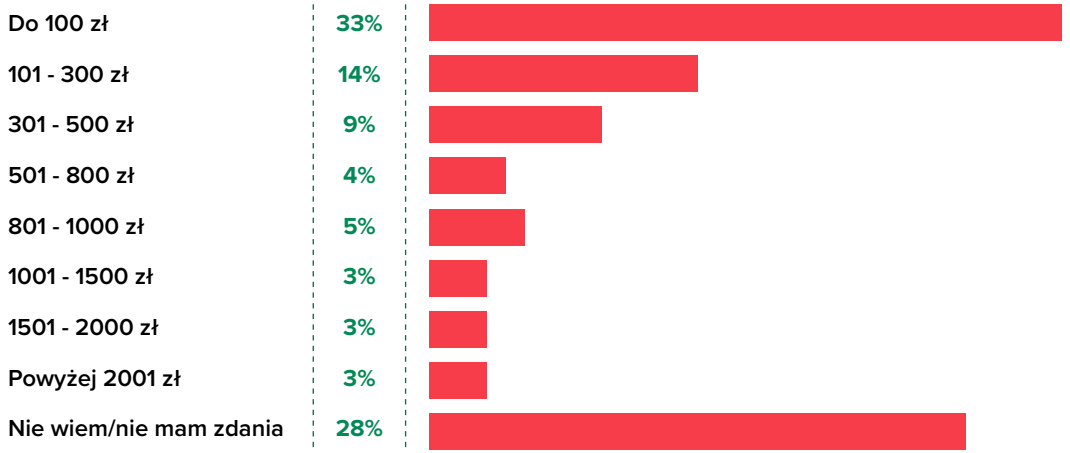
Jak co roku, najwięcej niewiadomych jest jednak w przypadku podróży i przejazdów – aż 28 proc. badanych nie potrafi jeszcze określić budżetu, który planuje przeznaczyć na transport, być może jest to uzależnione od nieustalonego ostatecznego miejsca spędzania świąt. Jednak 33 proc. Polaków już wie, że nie zamierza wydać więcej niż 100 zł na świąteczne podróże.

Ile zamierza pan(i) wydać na święta biorąc pod uwagę podróże i przejazdy?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



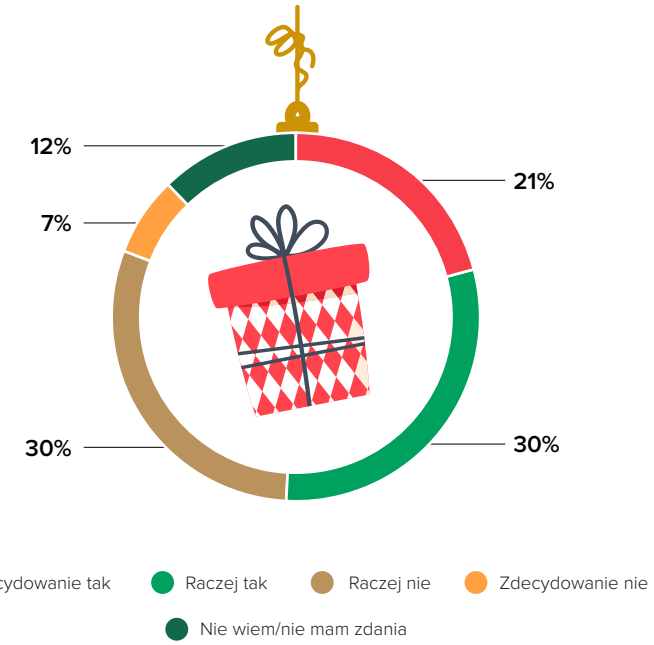
Kwoty wydatków świątecznych



Co roku pytamy Polaków, czy w aktualnej sytuacji gospodarczej planują ograniczenia zakupów świątecznych. W 2023 roku twierdzącej odpowiedzi udzieliło aż 65 proc. respondentów. W tym roku pozytywnej odpowiedzi udzieliło jedynie 51 proc. Podobnie jak w poprzednich latach, wśród tych osób, które myślą o ograniczeniu wydatków w aktualnej sytuacji największy odsetek badanych planuje zaoszczędzić na artykułach spożywczych i zakupach związanych z organizacją świąt (40 proc.) lub prezentach (39 proc.). Oszczędności w wydatkach na podróże planuje natomiast poszukiwać 14 proc. badanych.

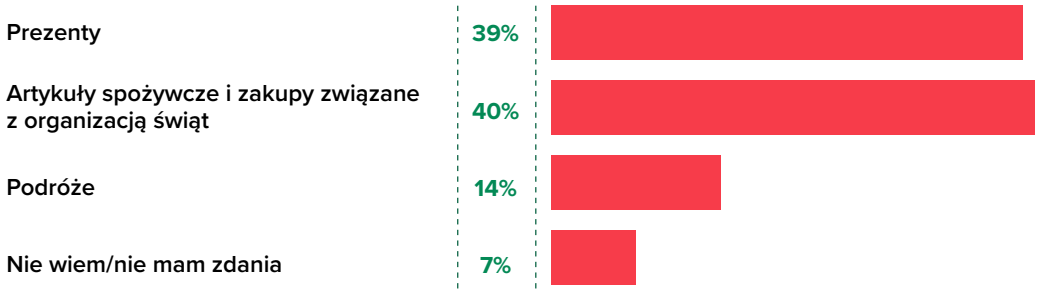
Czy w aktualnej sytuacji gospodarczej planuje pan(i) ograniczenie zakupów świątecznych w tym roku?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Jakie wydatki świąteczne będzie pan(i) musiał(a) ograniczyć w największym stopniu?

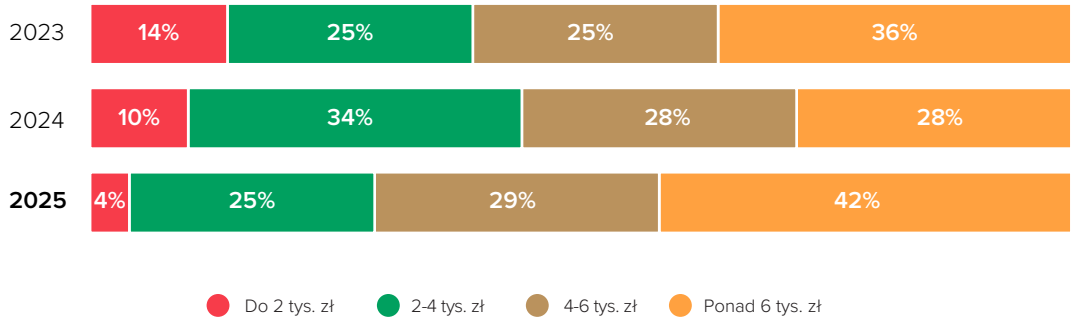
Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Wartość kredytów zaciąganych w okresie przedświątecznym jest silnie zróżnicowana, 42 proc. z nich jest o wartości ponad 6 tys. zł., niespełna jedna trzecia (29 proc.) ma wartość 4-6 tys., kolejne 25 proc. jest w przedziale 2-4 tys., a 4 proc. ma wartość do 2 tys. zł.

Jakiej wartości kredyty konsumencjie w okresie przedświątecznym są w Pan(i) ocenie najbardziej popularne?

Źródło: Minds&Roses dla ZBP



Kluczowe dane

86%

Aż 86 proc. Polaków planuje spędzić tegoroczne Święta w domu, a jedynie 6 proc. rozważa w tym czasie wakacje w Polsce lub za granicą.

82%

Aż 82 proc. Polaków zamierza finansować świąteczne wydatki z bieżących dochodów, a 30 proc. planuje wspomóc się oszczędnościami.

1 787 zł

Statystyczny Polak planuje w czasie nadchodzących świąt wydać przeciętnie nominalnie 1787 zł, tj. o 13 proc. więcej niż przed rokiem, czyli ponad 200 zł więcej.

677 zł

Największą część świątecznych wydatków stanowią prezenty dla najbliższych (677 zł).

Na artykuły spożywcze i organizację Świąt przeciętnie przeznaczymy 671 zł, z kolei na podróże świąteczne i dojazdy wydamy średnio 439 zł.

Świąteczny portfel – rzeczywistość

Świąteczny portfel
— *rzeczywistość*

Święta Bożego Narodzenia to dla wielu czas radosnych przygotowań i rodzinnych spotkań, które – choć pełne emocji – wiążą się również z wydatkami. W tym roku, po raz pierwszy od kilku sezonów, wydatki będą niższe. Szacowany koszt świątecznego koszyka dla czteroosobowej rodziny wyniesie 3655,30 zł, czyli o prawie 150 zł mniej niż w 2024 r. Spadek to w głównej mierze efekt niższych cen paliwa oraz tańszych przygotowań – mniej zapłacimy m.in. za dojazdy, ubrania czy wizytę u fryzjera. Jednocześnie część podstawowych artykułów, takich jak masło i jaja, utrzymują stabilne ceny. Więcej zapłacimy za to za słodycze czy większość gatunków ryb.

Aby odpowiedzieć na pytanie „Ile będą kosztowały Święta?" przeanalizowaliśmy szacunkowe wydatki dla czteroosobowej rodziny na podstawie cen obowiązujących na początku listopada. Uwzględniliśmy ceny najpopularniejszych produktów spożywczych wykorzystywanych w wigilijnym menu, a także wydatki związane z zakupem choinki – zarówno żywej, jak i sztucznej, czy ozdób. W analizie znalazła się również wycena cateringu świątecznego oraz najpopularniejsze trendy w zakupach online, z których chętnie korzystają Polacy.

Przyjrzeliśmy się także kosztom podróży – od przejazdów do rodziny, po świąteczne wyjazdy wypoczynkowe w Polsce i za granicą. Dzięki temu obraz kosztów uwzględnia nie tylko przygotowanie świąt w domu, ale także alternatywne sposoby spędzenia tego okresu.

WYDATKI 4-OSOBOWEJ RODZINY

Zbliżające się Święta przyniosą pierwsze od kilku lat obniżki wydatków w domowych budżetach. Szacowany koszt „świątecznego koszyka" dla czteroosobowej rodziny wyniesie w tym roku 3655,30 zł, co oznacza spadek w porównaniu do 2024 r., kiedy wartość koszyka szacowana była na 3804,90 zł.

Na niższe wydatki wpłynęło przede wszystkim tańsze paliwo oraz mniejsze koszty przygotowań do rodzinnych spotkań – ubrania i fryzjer pochłoną w tym roku średnio 1147 zł, czyli o 148 zł mniej niż rok wcześniej, a pełen bak paliwa to wydatek rzędu 348 zł, wobec 394 zł w 2024 r.

Dobre wieści dotyczą także wigilijnego menu. Karp – nieodłączny element świątecznej tradycji – kosztuje obecnie 117 zł za 2 kg wobec 140 zł w 2024 r., co pozwala nieco odciążyć przygotowania do kolacji wigilijnej. Stabilne pozostają ceny wielu podstawowych produktów, takich jak masło, jaja czy pieczywo.

Choć można zaobserwować spadek cen niektórych produktów, część kategorii generuje wyższe koszty. Pozostała żywność (w tym mięsa i wędliny) – jedna z kluczowych pozycji w świątecznym koszyku – wzrosła do 1050 zł wobec 1003 zł w 2024 r. Więcej niż w ubiegłym roku zapłacimy też za ser czy ozdoby świąteczne. W przypadku dekoracji świątecznych warto mieć na uwadze, że wiele z nich używamy ponownie, dzięki temu ich wpływ na budżet nie musi być odczuwalny w każdym sezonie.

Świąteczny rachunek 4-osobowej rodziny w 2024 i 2025 roku

Źródło: Opracowanie własne

	2024 r.	2025 r.
choinka	218 zł	**207 zł**
nowe lampki choinkowe	58,5 zł	**63 zł**
pozostałe ozdoby świąteczne	255 zł	**257 zł**
karp (2 kg)	140 zł	**117 zł**
miód lipowy (1 l)	46 zł	**47 zł**
mak (1 kg)	35 zł	**38 zł**
jaja L (10 szt.)	13 zł	**14 zł**
olej słonecznikowy (1 l)	10 zł	**14 zł**
masło (200 g)	8 zł	**8 zł**
ser gouda (0,5 kg)	19 zł	**24 zł**
mleko 2 proc. (1 l)	4,4 zł	**4,3 zł**
mąka pszenna typu 500 (1 kg)	5 zł	**5 zł**
pieczywo (3 bochenki)	21 zł	**20 zł**
napoje bezalkoholowe	85 zł	**86 zł**
herbata	17 zł	**18 zł**
owoce różne	56 zł	**54 zł**
warzywa różne	45 zł	**56 zł**
słodycze różne	77 zł	**78 zł**
pozostała żywność (w tym wędliny, mięsa itd.)	1003 zł	**1050 zł**
ubrania i fryzjer	1295 zł	**1147 zł**
pełen bak paliwa	394 zł	**348 zł**
RAZEM:	**3804,9 zł**	**3655,3 zł**

Na wigilijnym stole nie może zabraknąć ryb. W świątecznym menu króluje karp, pstrąg, śledzie czy łosoś. W tym roku widać jednak wyraźne zróżnicowanie cen poszczególnych gatunków. Filet śledziowy podrożał do 46 zł/kg, wobec 41 zł/kg rok wcześniej, podobnie jak płaty karpia ze skórką, które kosztują obecnie 93 zł/kg, czyli o 7 złotych więcej niż przed rokiem. Więcej niż w 2024 r. zapłacimy też za pstrąga patroszonego. Jego obecna cena to 54 zł/kg, podczas gdy przed rokiem było to 42,50 zł/kg. Wyjątek stanowi łosoś norweski, za kilogram zapłacimy obecnie 107 zł, czyli o 17 złotych mniej niż przed rokiem.

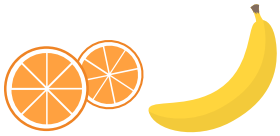
RYBY NA ŚWIĄTECZNY STÓŁ

Źródło: Opracowanie własne, ceny zaokrąglone

	2024 r.	2025 r.
Filet śledziowy	41 zł/kg	46 zł/kg
Płaty karpia ze skórką	86 zł/kg	93 zł/kg
Pstrąg patroszony	42,5 zł/kg	54 zł/kg
Łosoś norweski	124 zł/kg	107 zł/kg
Łosoś wędzony	162 zł/kg	165 zł/kg

Kiedy w sklepach pojawiają się skrzynki pełne mandarynek i pomarańczy, od razu czujemy, że Święta są coraz bliżej. Tegoroczne ceny owoców są dość zróżnicowane. Cytryny kosztują obecnie 12,50 zł/kg co oznacza wzrost względem poprzedniego roku, kiedy cena wynosiła 10 zł/kg. Największy wzrost dotyczy mandarynek. Ich cena wzrosła z 11 zł do 14 zł/kg. Natomiast banany i pomarańcze nieco staniały – obecnie zapłacimy za nie odpowiednio około 7 zł/kg i 8 zł/kg. Jabłka również są tańsze niż przed rokiem, obecnie kosztują około 6,50 zł/kg. Ceny dodatków do zimowych herbat czy naparów takich jak imbir lub goździki także zaliczyły niewielki spadek.

W 2025 r. świąteczne słodycze są wyraźnie droższe niż w poprzednim roku. Najbardziej podrożały wyroby czekoladowe – czekolada mleczna kosztuje 7,50 zł/100 g wobec 5 zł/100 g rok wcześniej, a cena czekolady z marcepanem wzrosła z 165 zł/kg do 170 zł/kg. Znaczącą podwyżkę odnotowano także w przypadku czekoladowych mikołajków, które w 2024 r. kosztowały 12 zł a 90 g, natomiast obecnie ich cena wynosi 17 zł/90 g. Nie zmieniła się jedynie cena herbatników korzennych, która wynosi 32 zł/kg.



OWOCE

Źródło: Opracowanie własne, ceny zaokrąglone

SŁODYCZE

Źródło: Opracowanie własne, ceny zaokrąglone

	2024 r.	2025 r.
Cytryny	10 zł/kg	12,5 zł/kg
Banany	8 zł/kg	7 zł/kg
Pomarańcze	9 zł/kg	8 zł/kg
Jabłka	7 zł/kg	6,5 zł/kg
Mandarynki	11 zł/kg	14 zł/kg
Imbir	2 zł/100g	2,5 zł/100 g
Goździki całe	24 zł/100g	19 zł/100 g

	2024 r.	2025 r.
Mikołajki z czekolady	12 zł/90 g	17 zł/ 90 g
Czekolada mleczna	5 zł/100 g	7,5 zł/100 g
Herbatniki korzenne	32 zł/kg	32 zł/kg
Pierniki nadziewane	48 zł/kg	49 zł/kg
Czekolada z marcepanem	165 zł/kg	170 zł/kg

CHOINKA

Choinka to jeden z najważniejszych symboli Świąt, a jej zakup – niezależnie od tego, czy wybieramy drzewko naturalne, czy sztuczne – pozostaje stałym elementem świątecznego budżetu. W 2025 roku ceny większości żywych drzewek wzrosły względem ubiegłego sezonu. Spadek cen dotyczy jedynie mniejszych jodeł kaukaskich – drzewko o wysokości 150–175 cm kosztuje obecnie 140 zł (wcześniej 144 zł), a wariant 125–150 cm potaniał z 140 zł do 130 zł. Z kolei ceny większych drzewek wzrosły w porównaniu z poprzednim rokiem. Za jodłę kaukaską o wysokości 200–225 cm musimy obecnie zapłacić 200 zł, czyli o 8 zł więcej niż rok wcześniej, a za większą (225–250 cm) aż 250 zł (wzrost z 241 zł). Podwyżki dotyczą również świerku pospolitego – za drzewko o wysokości 200–225 cm zapłacimy 169 zł wobec 151 zł w 2024 r.

Zmiany cen widoczne są także w przypadku choinek sztucznych, które w wielu domach służą przez kilka sezonów. Jodła o wysokości 180 cm kosztuje dziś 243 zł, podczas gdy rok wcześniej jej cena wynosiła 184 zł. Największe drzewka – zarówno jodły, jak i świerki – zanotowały najbardziej wyraźne wzrosty: sztuczny świerk o wysokości 220 cm to obecnie wydatek w wysokości 474 zł (wzrost z 469 zł), a jodła 250 cm – 393 zł (wobec 376 zł rok temu).

Ceny żywych choinek

Źródło: Opracowanie własne, ceny zaokrąglone

Jodła kaukaska cięta

cm	2024 r.	2025 r.
225 – 250	241 zł /szt.	**250 zł /szt.**
200 – 225	192 zł /szt.	**200 zł /szt.**
175 – 200	173 zł /szt.	**180 zł /szt.**
150 – 175	144 zł /szt.	**140 zł /szt.**
125 – 150	140 zł /szt.	**130 zł /szt.**
100 – 125	107 zł /szt.	**115 zł /szt.**

Świerk pospolity cięty

2024 r.	2025 r.
166 zł /szt.	**198 zł /szt.**
151 zł /szt.	**169 zł /szt.**
109 zł /szt.	**115 zł /szt.**
107 zł /szt.	**110 zł /szt.**
82 zł /szt.	**95 zł /szt.**
65 zł /szt.	**75 zł /szt.**

Ceny sztucznych choinek

Źródło: Opracowanie własne, ceny zaokrąglone

Jodła

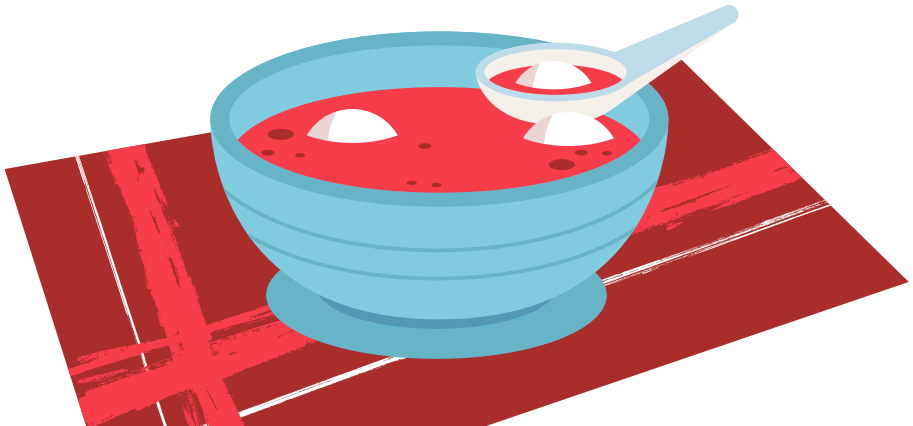
cm	2024 r.	2025 r.
150	162 zł /szt.	**205 zł /szt.**
180	184 zł /szt.	**243 zł /szt.**
220	238 zł /szt.	**348 zł /szt.**
250	376 zł /szt.	**393 zł /szt.**

Świerk

2024 r.	2025 r.
325 zł /szt.	**273 zł /szt.**
419 zł /szt.	**302 zł /szt.**
469 zł /szt.	**474 zł /szt.**
716 zł /szt.	**608 zł /szt.**

ŚWIĄTECZNY CATERING NADAL POPULARNY

Święta coraz częściej spędzamy w rytmie „bez stresu i bez gotowania", dlatego coraz chętniej korzystamy z usług cateringowych, które są wygodnym i smacznym rozwiązaniem. Trzeba jednak pamiętać, że z roku na rok gotowy catering jest coraz droższy, co znajduje odzwierciedlenie w cenach świątecznych dań na przykładzie Gdańska. W 2025 r. za litr barszczu czerwonego zapłacimy już 40 zł, co stanowi wzrost o 3 zł względem poprzedniego roku. Z kolei krem grzybowy z borowikami podrożał do 55 zł za litr. Wzrost dotyczy również niektórych ryb – cena dorsza po grecku wzrosła ze 120 zł/kg w 2024 r. do 130 zł/kg w 2025 r. Nie zmienił się natomiast koszt śledzia pod pierzynką z buraków, który kosztuje obecnie 90 zł/kg. Sałatka jarzynowa, klasyczna pozycja w świątecznym menu, również jest droższa niż przed rokiem. W ubiegłym roku jej cena wynosiła 50 zł/kg, a obecnie musimy liczyć się z kosztem 55 zł/kg. Podrożały również pierogi, uszka i paszteciki z kapustą. Za klasyczne pierogi z kapustą i grzybami zapłacimy 4 zł/szt., za pierogi z gęsiną 5 złotych. Uszka z kapustą i grzybami oraz paszteciki z kapustą można zamówić za 3,50 zł za sztukę. Niewielkie wzrosty cen dotyczą również gotowych dań. Obecna cena smażonego fileta z karpia wynosi 29 zł za porcję (około 180 g) a polędwiczki w sosie borowikowym 33 zł za porcję. W kategorii deserów znacząco wzrosła cena makowca – z 100 zł/kg w 2024 r. do 110 zł/kg w 2025 r.



Porównanie cen przykładowych dań

Źródło: Opracowanie własne na podstawie cen cateringu z Gdańska

	2024 r.	2025 r.
ZUPY		
Barszcz czerwony	37 zł/litr	**40 zł/litr**
Krem grzybowy z borowikami	50 zł/litr	**55 zł/litr**
PRZYSTAWKI		
Dorsz po grecku	120 zł/kg	**130 zł/kg**
Śledź pod pierzynką z buraków	90 zł/kg	**90 zł/kg**
Sałatka jarzynowa	50 zł/kg	**55 zł/kg**
PIEROGI, USZKA, PASZTECIKI		
Pierogi z kapustą i grzybami	3,5 zł/szt.	**4 zł/szt.**
Pierogi z gęsiną	4,5 zł/szt.	**5 zł/szt.**
Uszka z kapustą i grzybami	3 zł/szt.	**3,5 zł/szt.**
Paszteciki z kapustą i grzybami	3 zł/szt.	**3,5 zł/szt.**
DANIA GŁÓWNE		
Smażony filet z karpia	27 zł/180 g	**29 zł/180 g**
Polędwiczka w sosie borowikowym	29 zł/180 g	**33 zł/180 g**
CIASTA		
Makowiec	100 zł/kg	**110 zł/kg**

ŚWIĄTECZNE ZAKUPY TAKŻE ONLINE

Rynek e-commerce w Polsce jest mocno rozwinięty, a liczba osób korzystających z tej formy zakupów utrzymuje się na stabilnym poziomie. Obecnie już ponad 24 miliony konsumentów dokonuje zakupów online, także w okresie świątecznym, wynika z najnowszego raportu GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025". W internecie najchętniej kupujemy odzież, obuwie, kosmetyki i perfumy, produkty farmaceutyczne, a także książki i płyty.

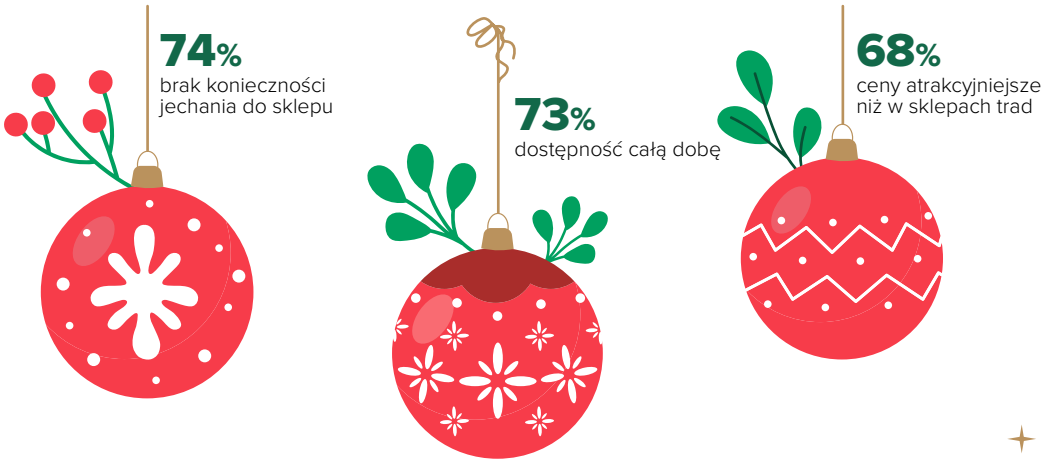
Czynniki, które skłoniłyby użytkowników do częstszego robienia zakupów online

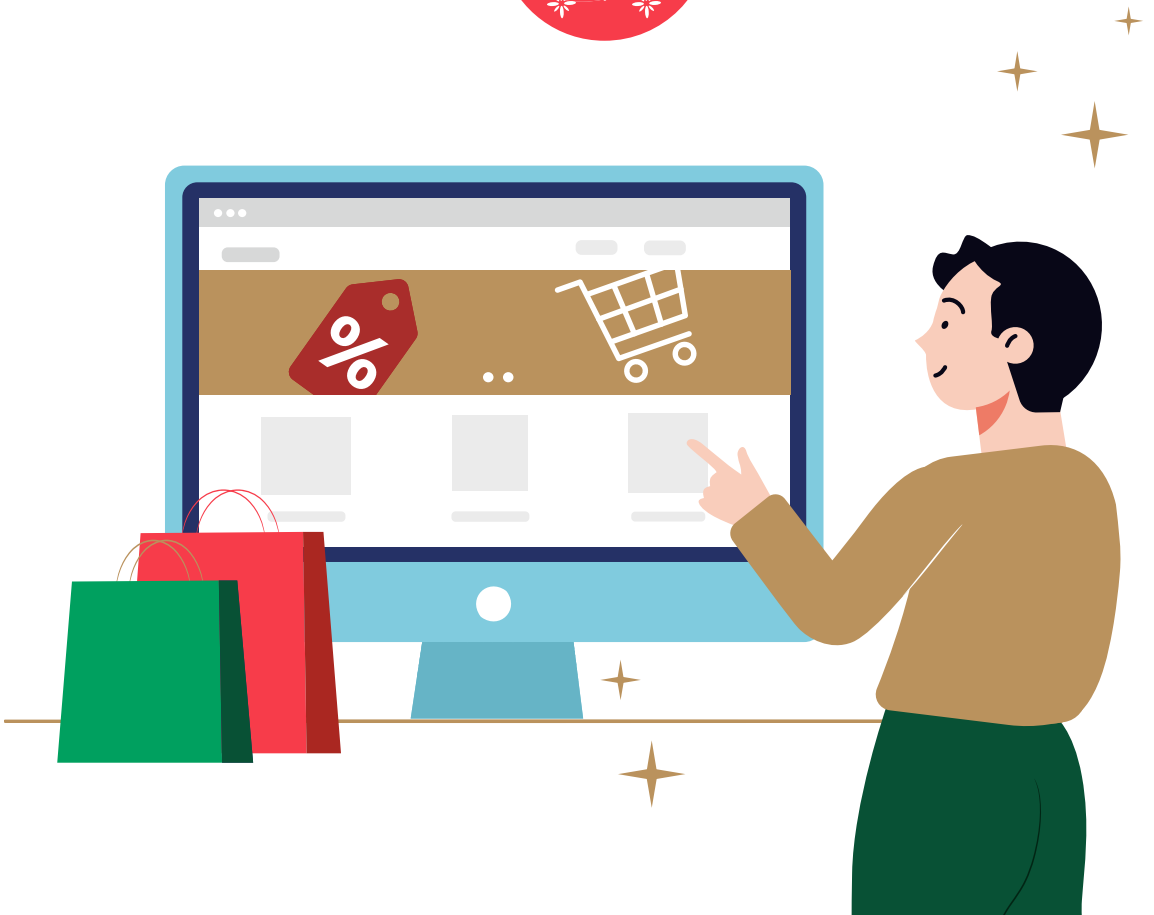
Źródło: GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025"

Zakupy online są postrzegane jako łatwe, a także jako szybsze oraz dające większe możliwości wyboru niż kupowanie w sklepach tradycyjnych. W raporcie GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025" aż 74 proc. badanych wskazało, że cenią sobie brak konieczności jechania do sklepu, a 73 proc. całodobową dostępność. Czynniki te zyskują na znaczeniu w natłoku świątecznych obowiązków, ponieważ pozwalają zaoszczędzić czas. Konsumenci zwracają także uwagę na to, że ceny online bywają atrakcyjniejsze niż w tradycyjnych sklepach, na co zwróciło uwagę 68 proc. badanych. Dodatkowe korzyści stanowią niskie koszty dostawy oraz możliwość skorzystania z kodów rabatowych.

Czynniki motywujące do robienia zakupów online

Źródło: GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025"

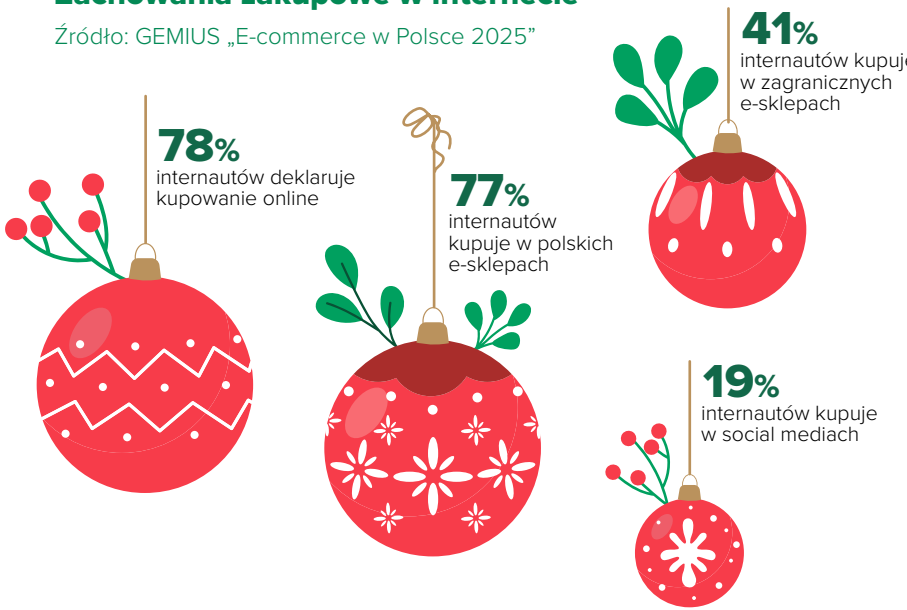




Obecnie odsetek polskich internautów wynosi 78 proc., czyli tyle samo co w ubiegłym roku. Większość, bo aż 77 proc. z nich (wzrost o 2 pkt. proc. r/r) robi zakupy na polskich stronach, podczas gdy z zagranicznych sklepów korzysta 41 proc. (wzrost o 5 pkt. proc. r/r). Odsetek internautów dokonujących zakupów za pośrednictwem social mediów utrzymuje się na takim samym poziomie jak rok temu i wynosi 19 proc.

Zachowania zakupowe w internecie

Źródło: GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025”



Z badania GEMIUS wynika także, że najpopularniejszą formą płatności wśród polskich internautów pozostaje BLIK, z którego korzysta już 72 proc. kupujących online. Ta forma płatności wyprzedza szybkie przelewy przez serwisy płatnicze – korzysta z nich 64 proc. użytkowników – oraz płatność kartą, wybieraną przez 43 proc. osób.

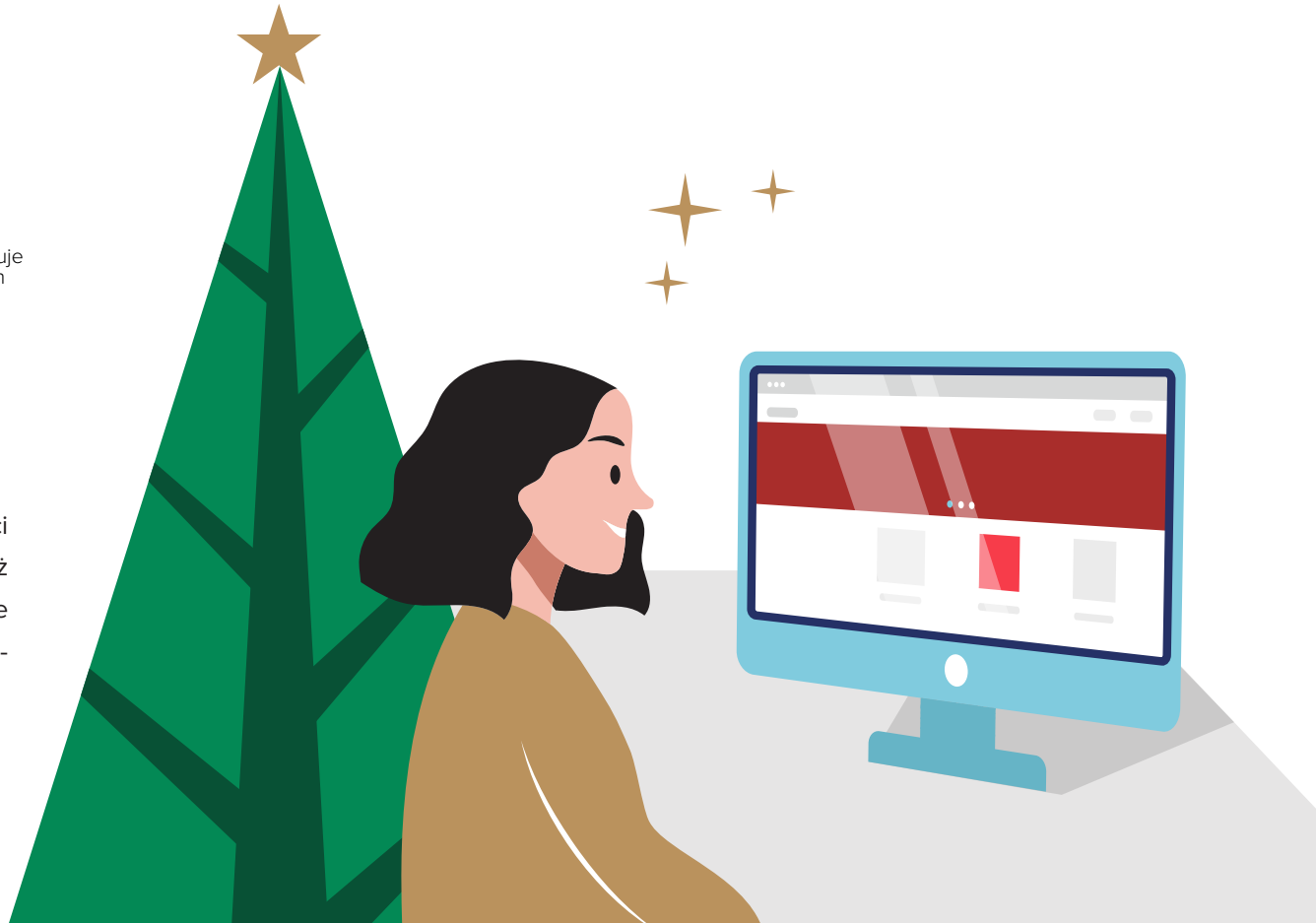
Formy płatności wykorzystane kiedykolwiek podczas zakupów online

Źródło: GEMIUS „E-commerce w Polsce 2025”

72%
płatność BLIK

64%
szybki przelew przez serwis płatności (np. PayU, Przelewy24, Dotpay, Tpay)

43%
płatność kartą przy składaniu zamówienia



PODRÓŻE W OKRESIE ŚWIĄTECZNYM

Choć większość Polaków spędza Wigilię w domu, wielu z nas odwiedza także bliskich w innych częściach kraju. Planowanie wyjazdu obejmuje nie tylko pakowanie prezentów, ale i kalkulację kosztów podróży. Warto więc sprawdzić, jak w tym roku kształtują się ceny paliw i z jakimi wydatkami trzeba się liczyć, ruszając w świąteczną trasę. W kalkulacjach uwzględniliśmy koszt dla rodziny mieszkającej w Warszawie i udającej się do najbardziej popularnych miast w Polsce.

Ceny paliw

Źródło: Opracowanie własne.

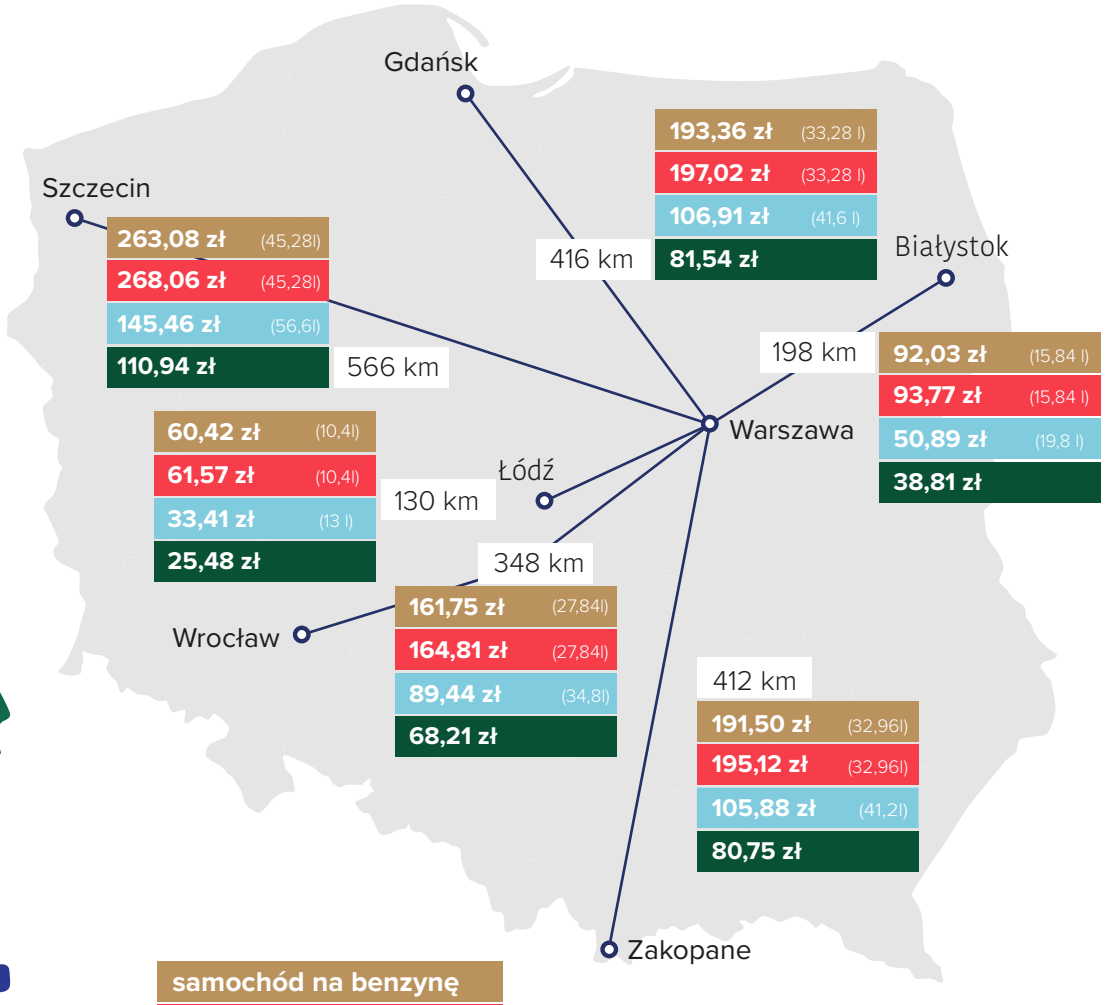
	2024 r.*	2025 r.**
PB 95	6,04 zł	5,81 zł
PB 98	6,66 zł	6,39 zł
ON	6,08 zł	5,92 zł
ON+	6,34 zł	6,14 zł
LPG	3,05 zł	2,57 zł

* dane z 06.11.2024 r.

** dane z 21.10.2025 r.

Jedziemy do rodziny na Święta

Źródło: Opracowanie własne.



W porównaniu z poprzednim rokiem ceny paliw spadły, więc podróże będą tańsze. Benzyna PB 95 kosztuje obecnie 5,81 zł/litr, a za benzynę PB 98 trzeba zapłacić 6,39 zł/litr. Cena oleju napędowego (ON) również spadła – pod koniec października br. kosztowała 5,92 zł/litr, a w wersji ON+ 6,14 zł/litr. Cena LPG również jest o kilkadziesiąt groszy niższa niż przed rokiem i wynosi 2,57 zł/litr.

Obliczenia dotyczą przejazdu w jedną stronę. Czyli, aby obliczyć koszt podróży, uwzględniającej powrót do domu, trzeba przemnożyć podane kwoty przez 2. Do obliczeń przyjęliśmy, że koszt benzyny PB 95 to 5,81 zł/litr (stan na 21 października br.), koszt oleju napędowego 5,92 zł, a spalanie samochodu na tej trasie to średnio 8 litrów/100 km. W przypadku samochodu na gaz przyjęliśmy, iż cena to 2,57 zł/l, a spalanie na trasie to średnio 10 litrów/100 km.

W naszym obliczeniu uwzględniliśmy również podróże samochodem elektrycznym. Według licznika elektromobilności uruchomionego przez Polskie Stowarzyszenie Paliw Alternatywnych (PSPA) pod koniec września 2025 roku po polskich drogach jeździło 202,6 tys. samochodów osobowych z napędem elektrycznym. Można je ładować w ponad 11 tys. punktów na terenie całego kraju. Przyjęliśmy, że posiadacze „elektryków" będą ładować swoje samochody w gniazdku domowym przystosowanym do tego rodzaju operacji. W 2025 r. średnia cena 1 kWh to 0,98 zł/kWh, natomiast średnie zużycie prądu przez pojazd elektryczny na 100 km poza miastem to 20 kWh.

Coraz więcej Polaków decyduje się również spędzić Boże Narodzenie poza domem, wybierając zimowy wypoczynek nad morzem lub w górach. Dużym zainteresowaniem wśród górskich miejscowości cieszą się Zakopane czy Wisła, które przyciągają miłośników sportów zimowych i górskiej atmosfery. Z kolei nad morzem popularnymi kierunkami są Gdańsk czy Kołobrzeg, gdzie można połączyć świąteczny nastrój z zimowymi spacerami brzegiem morza i atrakcjami dużych kurortów.

Dla osób zainteresowanych wyjazdem w tym okresie przygotowaliśmy orientacyjne koszty pobytu na podstawie danych z popularnych serwisów rezerwacyjnych. Warto pamiętać, że ceny mogą się różnić w zależności od miejsca i terminu.

Święta w górach i nad morzem w 2025 r.

Źródło: Opracowanie własne

W GÓRACH	NAD MORZEM
zakwaterowanie ze śniadaniem w trzygwiazdkowym hotelu w Wiśle **od 253 zł/ os. za dobę**	Zakwaterowanie ze śniadaniem w hotelu trzygwiazdkowym w Kołobrzegu **od 407 zł/ os. za dobę**
zakwaterowanie ze śniadaniem w pensjonacie w Zakopanem **od 502 zł/ os. za dobę**	Zakwaterowanie ze śniadaniem w apartamencie w centrum Gdańska **od 426 zł/ os. za dobę**

Wielu Polaków decyduje się spędzić Sylwestra za granicą. Chętnie wybieramy ciepłe, egzotyczne kierunki, które pozwalają odpocząć od zimowej aury. W tym sezonie pierwsze miejsca w rankingach jednej z najbardziej popularnych platform wakacyjnych zajmują słoneczne destynacje takie jak Egipt, Turcja, Kenia i Teneryfa.

Egipt pozostaje najczęściej wybieranym państwem i klasyką wśród ciepłych kierunków. Zachęca przyjemnymi temperaturami i atrakcyjnymi cenami, a także szeroką ofertą hoteli all inclusive, w których można się w pełni zrelaksować. To także kraj z bogatą historią i licznymi zabytkami – od piramid w Gizie i świątyni w Luksorze po Dolinę Królów. W tym roku średni koszt tygodniowego pobytu tutaj wynosi 4 480 zł za osobę.

Innym popularnym wyborem jest Turcja, która przyciąga swoją różnorodnością i świetnym stosunkiem ceny do jakości – tygodniowy pobyt kosztuje tu średnio jedynie 3 651 zł za osobę. W styczniu na Riwierze Tureckiej panuje łagodny, słoneczny klimat, idealny na spacery nad morzem, zwiedzanie i wypoczynek w luksusowych resortach. To doskonały wybór dla osób, które cenią komfort, orientalne smaki i bogactwo kultury.

Polacy chętnie spędzają Sylwestra także w Kenii, która kusi temperaturą sięgającą nawet 30°C, turkusową wodą i białym piaskiem. To kierunek, który łączy plażowy relaks z przygodą – w ciągu jednego wyjazdu można odpocząć na rajskim wybrzeżu, a następnego dnia ruszyć na safari, by zobaczyć słonie, lwy czy żyrafy w ich naturalnym środowisku. To droższy wariant cenowy, dlatego trzeba liczyć się z wydatkiem średnio 9 204 zł za osobę za tydzień.

Dla tych, którzy wolą pozostać w Europie i cieszyć się słońcem, dobrym wyborem jest hiszpańska wyspa Teneryfa. To kierunek, który pozwala odpocząć bez jet lagu i długiego lotu, a jednocześnie oferuje ogrom atrakcji – od kąpieli w naturalnych basenach, przez wędrówki po zboczach wulkanu Teide, po klimatyczne miasteczka. Średnia cena za tygodniowy pobyt w okresie Sylwestra wynosi tu 6 216 zł za osobę.

Sylwester za granicą

Źródło: Opracowanie własne

Egipt	**4 480 zł/os. za 7 noclegów**
Turcja	**3 651 zł/os. za 7 noclegów**
Kenia	**9 204 zł/os. za 7 noclegów**
Teneryfa (Hiszpania)	**6 216 zł/os. za 7 noclegów**

Kluczowe dane

Szacowany koszt świątecznego koszyka dla czteroosobowej rodziny wyniesie

3655,30 zł

czyli o prawie 150 zł mniej niż w 2024 r. Na niższe wydatki wpłynęło przede wszystkim tańsze paliwo oraz mniejsze koszty przygotowań do rodzinnych spotkań.

Coraz więcej Polaków decyduje się spędzić święta poza domem, wybierając zimowy wypoczynek nad morzem lub w górach. Również wielu Polaków decyduje się spędzić Sylwestra za granicą. Chętnie wybieramy ciepłe, egzotyczne kierunki, takie jak

Egipt, Turcja, Kenia i Teneryfa.

W tym roku średni koszt tygodniowego pobytu all inclusive w **Egipcie** wynosi **4 480 zł** za osobę

Tygodniowy pobyt w **Turcji** kosztuje średnio **3 651 zł** za osobę.

Droższym wariantem cenowym, nadal popularnym wśród sylwestrowych destynacji pozostaje **Kenia** – to wydatek średnio **9 204 zł** za osobę za tydzień.

10 świątecznych zasad cyberbezpieczeństwa

10 świątecznych zasad cyberbezpieczeństwa

Świąteczny czas to okres radości, prezentów i... wzmożonej aktywności cyberprzestępców. W ferworze przygotowań łatwo stracić czujność, dlatego poznaj dziesięć zasad cyberbezpieczeństwa, które pomogą Ci bezpiecznie przejść przez ten wyjątkowy czas.

1. Chroń swoje dane osobowe – nawet przy świątecznych postach

Ludzie pokazują zbyt wiele w Internecie, chwaląc się np. zdanym prawem jazdy, nowym dowodem lub dostanym pod choinką prezentem. Czy wiesz, że takie działania mogą mieć bardzo poważne konsekwencje? W ten sposób złodzieje bardzo szybko identyfikują swoją ofiarę, ponieważ mogą poznać numer PESEL, adres zamieszkania i inne dane, które następnie wykorzystują do działań przestępczych. Nie publikuj swoich danych w sieci i nie pomagaj cyberprzestępcom.

2. Aktualizuj program antywirusowy – zanim wpadniesz w wir przygotowań

W każdej chwili możesz stać się ofiarą cyberataku. Zabezpiecz swoje urządzenia elektroniczne (komputer, tablet, smartfon) programem antywirusowym i regularnie go aktualizuj. Bądź o krok przed oszustami i nie daj się zaskoczyć – zwłaszcza że grudzień to sezon fałszywych sklepów, promocji i podejrzanych maili.

3. Ustawiaj silne hasla – niech będą mocniejsze niż postanowienia noworoczne

Według najnowszych badań mniej niż połowa (48 proc.) użytkowników Internetu stosuje silne hasła. Aby hasło było silne, musi być odpowiednio długie i zawierać cyfry i znaki specjalne. Pomocne mogą okazać się gotowe generatory oraz tzw. menedżerowie haseł.

Nawet najsilniejsze hasło warto zmieniać co trzy miesiące. Tam, gdzie to możliwe – włącz m.in. opcję logowania dwuetapowego. Pamiętaj, że jest to pierwsza bariera, z jaką musi spotkać się cyberoszust, w trakcie próby włamania na Twoje konto. Spraw, by była twierdzą nie do zdobycia.

4. Zawsze się wylogowuj – nawet gdy śpieszysz do świątecznego stołu

Silne hasła mają sens tylko wtedy, gdy pamiętasz o wylogowaniu się! Ta czynność po zakończeniu pracy z danym systemem, aplikacją lub usługą powinna być Twoim naturalnym odruchem. Jeśli pozostajesz zalogowany/a dłużej niż potrzebujesz i zostawiasz przy tym sprzęt bez nadzoru, zapraszasz do nadużycia, włamania czy przejęcia konta.

5. Zachowaj ostrożność podczas świątecznych zakupów online

To właśnie w grudniu pojawia się najwięcej fałszywych sklepów i „superokazji”. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa, jakich wymaga od Ciebie bank, gdy korzystasz z bankowości elektronicznej. Kupując w sklepach internetowych, sprawdzaj, czy mają one szyfrowane połączenie – oznaczone kłódką i odpowiednim certyfikatem. Płać tylko z własnego komputera lub telefonu. Nie wchodź też na stronę banku z linku w wyszukiwarce, lecz wpisuj adres ręcznie. Tak samo postępuj z numerem konta odbiorcy przelewu. Jeśli osoba podszywająca się pod „bank” pyta Cię o hasła, czy też inne poufne dane, np. kod PIN do karty płatniczej, nie odpowiadaj! Na pewno nie jest to bank, który nigdy nie pyta o Twoje poufne dane i hasła! Zachowuj ostrożność, nie spiesz się i nie rozpraszaj.

6. Unikaj podejrzanych stron – nie każda promocja to prezent

Świąteczne okresy wyprzedaży są idealnym momentem dla cyberprzestępców. Zanim wejdziesz na nieznaną Ci stronę internetową, upewnij się, że jest ona bezpieczna. Możesz w tym celu użyć wbudowanych narzędzi bezpieczeństwa przeglądarek internetowych, jednak najlepiej zastosuj dodatkowo zewnętrzne narzędzie do sprawdzania witryn. Warto również zweryfikować czy strona posiada certyfikat https. Chodzi o twoje bezpieczeństwo, dlatego pamiętaj – podejrzane strony i linki to także źródło wirusów.

7. Uważaj na wiadomości i linki – szczególnie te „prezentowe”

Fałszywe maile o niedostarczonej paczce, rzekome kupony świąteczne czy życzenia od nieznajomych mogą zawierać złośliwe linki. Nigdy nie otwieraj wiadomości i dołączonych do nich załączników z nieznanych źródeł. Zawsze weryfikuj linki, które chcesz otworzyć i upewnij się, że wiesz, dokąd one zaprowadzą. Najedź myszką na dowolny link, żeby zweryfikować adres URL, z którym link jest naprawdę powiązany. Trzeba mieć świadomość, że najczęściej to właśnie w załącznikach mogą być ukryte złośliwe oprogramowania, wirusy i wiele innych.

8.Twórz kopie zapasowe – chroń swoje wspomnienia

Tworzenie kopii zapasowej danych, czyli tzw. „backup”, to nic innego jak dodatkowe zabezpieczenie Twoich plików. Służy ono do odtworzenia oryginalnych danych w przypadku ich utraty bądź uszkodzenia.

9. Uważaj na fake newsy

Cyberprzestępcy chętnie wykorzystują emocje i chaos świąteczny, tworząc sensacyjne, fałszywe wiadomości – od rzekomych ostrzeżeń po manipulujące promocje. Cokolwiek czytasz – daj sobie czas na sprawdzenie źródła, autorów, datę publikacji, dokładną analizę tekstu i porównanie go z opiniami ekspertów. Cyberprzestępcy będą grać na Twoich emocjach oraz będą Tobą manipulować, produkując „fake newsy”, którym łatwo uwierzyć.

10. Pamiętaj – również w święta warto się edukować

Zwracaj m.in. uwagę na komunikaty, jakie otrzymujesz od swojego banku na temat bezpieczeństwa. Chwila, którą poświęcisz na ich przeczytanie, może uchronić Cię w przyszłości przed utratą danych i pieniędzy. Edukacja to prezent, który chroni Twoje dane i finanse przez cały rok.

Więcej informacji znajdziesz na stronach:
dbamoswoje.pl oraz **bankiwpolsce.pl**

Kontakt dla mediów:
Przemysław Barbrich
Dyrektor Zespołu Public Relations i Komunikacji ZBP
przemyslaw.barbrich@zbp.pl
tel. 660 763 831

Zofia Ponulak
Zespół Komunikacji i PR ZBP
zofia.ponulak@zbp.pl
tel. 505 425 649

Opracowanie graficzne:
Polska Grupa Infograficzna (infograficy.pl)
Karolina Wojciechowska,
Marzena Wasilewska

Raport
dostępny na:
www.zbp.pl

ZWIĄZEK BANKÓW POLSKICH