

# **INFORMATOR**

Oddziału Warszawskiego  
Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego

**siódma edycja**  
Warszawa 2016

Informator powstał dzięki dofinansowaniu ze środków  
Samorządu Województwa Mazowieckiego



*Informacje zebrała i opracowała:  
dr Elżbieta Doraczyńska*

*Korekta:  
Monika Staniec*

*Opracowanie graficzne i skład komputerowy:  
SOLIDART Sp. z o.o.*



*Wydawca:*

Polskie Towarzystwo Stwardnienia  
Rozsianego Oddział Warszawski  
[www.ptsr.waw.pl](http://www.ptsr.waw.pl)  
e-mail: [biuro@ptsr.waw.pl](mailto:biuro@ptsr.waw.pl)

■	<b>WSTĘP.....</b>	<b>6</b>
■	<b>ROZDZIAŁ I</b>	
	<b>ODDZIAŁ WARSZAWSKI PTSR.....</b>	<b>7</b>
	1.1. Władze i biuro OW PTSR.....	8
	1.2. Informacje podstawowe.....	9
	1.3. Działalność OW PTSR.....	10
■	<b>ROZDZIAŁ II</b>	
	<b>PRAWA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH</b>	
	<b>I PACJENTÓW.....</b>	<b>13</b>
	2.1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej.....	13
	2.2. Karta Praw Pacjenta.....	14
	2.3. Karta Praw Osób Niepełnosprawnych.....	15
	2.4. Ustawa z dn. 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych.....	15
■	<b>ROZDZIAŁ III</b>	
	<b>REHABILITACJA.....</b>	<b>19</b>
	3.1. Specjalistyczne ośrodki rehabilitacyjne dla chorych na SM.....	19
	3.1.1. Krajowy Ośrodek Mieszkalno – Rehabilitacyjny dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane w Dąbku.....	19
	3.1.2. Centrum Rehabilitacji dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane w Bornem Suliniowie.....	20
	3.2. Rehabilitacja stacjonarna i ambulatoryjna w ośrodkach przyjmujących także chorych na SM.....	20
	3.2.1. Dzienny Oddział Rehabilitacji Neurologicznej Instytutu Psychiatrii i Neurologii.....	20
	3.2.2. Centrum Kształcenia i Rehabilitacji sp. z o. o.....	21
	3.2.3. Lux Med Tabita sp. z o.o.....	23
	3.2.4. MEDI-system NZOZ.....	23
	3.2.5. Oddział Rehabilitacji Neurologicznej Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA.....	25

3.2.6. Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze (ZOL).....	25
3.3. Rehabilitacja domowa.....	29
3.4. Krioterapia.....	31
3.5. Pobyt na turnusie rehabilitacyjnym .....	32
3.6. Pobyt w sanatorium, szpitalu.....	34
3.6.1. Sanatorium .....	34
3.6.2. Szpital .....	35

## **ROZDZIAŁ IV**

### **UPRAWNIENIA I ULGI DLA OSÓB**

### **NIEPEŁNOSPRAWNYCH .....36**

4.1. Dofinansowania.....	36
4.1.1. Zasiłki z pomocy społecznej.....	36
4.1.2. Dodatek i zasiłek pielęgnacyjny.....	37
4.1.3. Zasiłki dla opiekunów osób niepełnosprawnych .....	38
4.1.4. Usługi opiekuńcze .....	40
4.1.5. Dofinansowanie czynszu za mieszkanie.....	41
4.1.6. Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny.....	42
4.1.6.1 Wykaz wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie .....	42
4.1.6.2. Wypożyczalnie sprzętu ortopedycznego i rehabilitacyjnego oraz punkty napraw .....	49
4.1.7. Dofinansowanie z PFRON kosztu zakupu przedmiotów ortopedycznych i środków pomocniczych oraz sprzętu rehabilitacyjnego .....	50
4.1.8. Dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych .....	52
4.1.9. Dofinansowanie likwidacji barier w komunikowaniu się i technicznych.....	54
4.1.10. Program „Aktywny Samorząd” .....	56
4.2. Transport w Warszawie .....	61
4.2.1. Ulgi w komunikacji miejskiej.....	61
4.2.2. Transport osób niepełnosprawnych.....	63
4.2.3. System parkowania w Warszawie .....	63
4.2.3.1. Karta parkingowa .....	63
4.2.3.2. Karta N+ .....	66
4.3. Pozostałe uprawnienia i ulgi .....	67
4.3.1. Ulgi w PKS i PKP.....	68
4.3.2. Ulgi telekomunikacyjne .....	68

4.3.3. Abonament za radio i telewizję .....	69
4.3.4. Ulgowe bilety do muzeów .....	70
4.3.5. Ulgi pocztowe .....	70
4.3.6. Zwolnienie od podatków lokalnych .....	71
4.3.7. Ulgi podatkowe.....	71

## **ROZDZIAŁ V MY I ZAKUPY, PRAWA KONSUMENTÓW .....72**

5.1. Zakupy na pokazach .....	72
5.2. Wizyta akwizytora.....	76
5.3. Umowy przez telefon .....	79
5.4. Zakupy przez internet.....	81

## **ROZDZIAŁ VI KSIĄŻKA MÓWIONA.....84**

6.1. Kto może być czytelnikiem .....	84
6.2. Jak się zapisać .....	85

## **ROZDZIAŁ VII WAŻNE TELEFONY I ADRESY.....87**

7.1. Poradnie specjalistyczne i neurologiczne dla osób chorych na stwardnienie rozsiane.....	87
7.2. Inne przychodnie/poradnie o których warto wiedzieć .....	88
7.3. Ośrodki Pomocy Społecznej (OPS) w Warszawie.....	89
7.4. Inne jednostki pomocy społecznej.....	92
7.5. Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie w Warszawie i okolicach ....	92
7.6. Przydatne adresy i telefony.....	93



## WSTĘP

Z przyjemnością oddajemy w Państwa ręce poprawioną i uaktualnioną siódmą edycję Informatora. Stan prawny i inne zawarte w nim informacje są aktualne na październik 2016.

W ROZDZIALE I omówiona została działalność Oddziału Warszawskiego PTRS, ROZDZIAŁY II – VII zawierają informacje przydatne dla osób ze stwardnieniem rozsianym (i nie tylko).

Informacje zawarte w Informatorze pochodzą głównie z internetu (z takich stron jak np.: [www.pomocspoleczna.ngo.pl](http://www.pomocspoleczna.ngo.pl), [www.sejm.gov.pl](http://www.sejm.gov.pl), [www.wcpr.waw.pl](http://www.wcpr.waw.pl), [www.niepelnospawni.pl](http://www.niepelnospawni.pl), [www.scon.waw.pl](http://www.scon.waw.pl), [www.mpips.gov.pl](http://www.mpips.gov.pl), [www.uokik.gov.pl](http://www.uokik.gov.pl), [www.konsument.um.warszawa.pl](http://www.konsument.um.warszawa.pl)).

Zwracamy się z uprzejmą prośbą o przekazywanie nam wszelkich informacji na temat pominiętych przez nas lub zupełnie nowych przepisów dotyczących osób ze stwardnieniem rozsianym. Informacje te dołączymy do kolejnej edycji.



# ROZDZIAŁ I

## ODDZIAŁ WARSZAWSKI PTSR

**Oddział Warszawski Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego (OW PTSR)** jest organizacją pozarządową o charakterze samopomocowym zrzeszającą osoby chore na stwardnienie rozsiane, ich rodziny i przyjaciół, które wspólnymi siłami pragną działać na rzecz poprawy swojej sytuacji życiowej.

Formalnie została zarejestrowana 9 lutego 1990 r. Wszyscy członkowie (w szczególności członkowie Rady) pracują na rzecz organizacji społecznie.

**Od 30 lipca 2004 roku OW PTSR posiada status Organizacji Pożytku Publicznego.** Oznacza to, że nasza organizacja spełnia wysokie standardy działania wyznaczone przez Ustawę o Działalności Pożytku Publicznego i Wolontariacie. Dzięki temu, każda osoba płacąca podatki w Polsce może przekazać na rzecz OW PTSR 1% swojego podatku. Uzyskane w ten sposób fundusze możemy przeznaczyć bezpośrednio na wspieranie osób chorych na SM zrzeszonych w OW PTSR.

## 1.1. WŁADZE I BIURO OW PTSR

### **Władzami Oddziału są:**

- ♦ Walne Zebranie Oddziału, w którego skład wchodzi Delegaci Członków Oddziału, wybrani dnia 8 grudnia 2012r. (kolejne wybory 3 grudnia 2016r.)
- ♦ Rada Oddziału i Komisja Rewizyjna, wybrane dnia 5 grudnia 2015 roku.

Kadencja władz Oddziału trwa 4 lata.

### **Rada Oddziału Warszawskiego PTSR:**

Andrzej Pawliszewski - przewodniczący  
Małgorzata Czapska - wiceprzewodnicząca  
Bożena Jelińska - wiceprzewodnicząca  
Joanna Okarma - skarbnik  
Aneta Mazurek - sekretarz  
dr Elżbieta Doraczyńska - członek  
Maria Majewska - członek

### **Komisja Rewizyjna:**

Dariusz Usowicz - przewodniczący  
Halina Patyla - wiceprzewodnicząca  
Barbara Więckowska - sekretarz

Prowadzeniem bieżącej działalności organizacji zajmuje się jej Biuro.

### **Pracownicy Biura:**

Marcin Skroczyński - p.o. Dyrektora Biura  
Monika Staniec - Koordynator projektów  
Małgorzata Kitowska - Koordynator projektów



Katarzyna Sadłowska - Koordynator projektów  
Elżbieta Lasak - Koordynator ds. komunikacji  
Jolanta Chodakiewicz - Główna Księgowa

### **Redakcja Kwartalnika „Nadzieja”:**

Katarzyna Czarnecka (redaktor naczelna)  
Urszula Dobrzyniec - Konarska  
Anna Sobierańska  
Gabriela Peda

### **Adres Redakcji:**

OW PTSR „Nadzieja”  
ul. Nowosielecka 12, 00-466 Warszawa  
e-mail: nadzieja@ptsr.waw.pl

## **1.2. INFORMACJE PODSTAWOWE**

### **Adres Biura:**

ul. Nowosielecka 12,  
00-466 Warszawa  
tel: 22 831-00-76/77  
www.ptsr.waw.pl  
e-mail: biuro@ptsr.waw.pl

### **Godziny pracy biura:**

poniedziałki, środy, czwartki w godz. 09:00 – 17:00;  
wtorki w godz. 09:00 – 18:00; piątki 09:00 – 16:00

Liczba członków	ponad 1740, w tym czynnych około 730
Formalna rejestracja	3 lutego 1990r.
Osobowość prawna	od 10 maja 1999r.
Status Organizacji Pożytku Publicznego	od 30 lipca 2004r. nr w KRS 0000110888
Numer konta	Bank BGŻ BNP Paribas S.A. 09 2030 0045 1110 0000 0009 8010
NIP	525-22-11-472
Regon	140285209

Organizacja w 2015r. otrzymała Odznakę Honorową „Zasłużony dla Mazowsza”.

### 1.3. DZIAŁALNOŚĆ OW PTSR

Oddział Warszawski Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego **prowadzi:**

- ◆ Biurowy Punkt Informacyjny,
- ◆ gimnastykę rehabilitacyjną,
- ◆ mechanoterapię,
- ◆ masaże usprawniające,
- ◆ zajęcia jogi,

- ◆ zajęcia tai - chi,
- ◆ zajęcia taneczne,
- ◆ gimnastykę Metodą Feldenkraisa,
- ◆ zajęcia na basenie,
- ◆ rehabilitację domową,
- ◆ warsztaty ceramiczne i arteterapeutyczne,
- ◆ zajęcia teatralne,
- ◆ zajęcia wokalne,
- ◆ zajęcia „Główka pracuje”,
- ◆ wsparcie specjalistów - psychologa, prawnika, pracownika socjalnego, logopedy, dietetyka,
- ◆ pomoc osobistego asystenta,
- ◆ szkolenia tematyczne,
- ◆ pomoc w sprawach życiowych.

### **Organizuje:**

- ◆ wycieczki,
- ◆ warsztaty wyjazdowe,
- ◆ rekolekcje wyjazdowe i pielgrzymki,
- ◆ spotkania problemowe,
- ◆ spotkania świąteczne i karnawałowe,
- ◆ Pikniki,
- ◆ ogniska,
- ◆ wyjścia kulturalne, spotkania integracyjne i inne.

### **Wydaje:**

- ◆ kwartalnik „Nadzieja”,
- ◆ Informator,
- ◆ broszurki tematyczne,
- ◆ plakaty i ulotki informacyjne,
- ◆ kalendarze.

Wyżej wymienione działania prowadzone są w ramach realizowanych przez Stowarzyszenie projektów.

Główne nasze działania rehabilitacyjne współfinansowane są ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz Miasta Stołecznego Warszawy. Uzyskujemy także wsparcie celowe Unii Europejskiej, Samorządu Województwa Mazowieckiego, Wojewody Mazowieckiego, Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej i innych.

Ponadto, wiele działań odbywa się dzięki wsparciu finansowemu i niefinansowemu różnych instytucji i ludzi dobrej woli. W szczególności:

- ◆ od 2006r. dzięki uprzejmości Centrum Obsługi Kancelarii Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej (dawnej: Gospodarstwa Pomocniczego Kancelarii Prezydenta RP) odbywają się zajęcia na basenie w Hotelu Belweder,
- ◆ od ponad 25 lat w Państwowym Ognisku Artystycznym „Nowolipki” prowadzone są warsztaty ceramiczne,
- ◆ od 2014r. dzięki uprzejmości Dyrekcji Szkoły Sióstr Nazaretanek odbywają się zajęcia Metodą Feldenkraisa oraz zebrania problemowe członków Oddziału Warszawskiego.

# ROZDZIAŁ II PRAWA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I PACJENTÓW



## 2.1. KONSTYTUCJA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

*Podstawa prawna: Konstytucja RP z 2 kwietnia 1997 r. (Dz .U. Nr 78, poz. 483).*

Konstytucja zapewnia prawo do równego traktowania wszystkich obywateli stanowiąc, że nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiegokolwiek przyczyny (art. 32 pkt. 2.). Ustawa zasadnicza nakłada też na władze publiczne obowiązek zapewnienia szczególnej opieki zdrowotnej osobom niepełnosprawnym (art. 68), a także obowiązek pomocy tym osobom w zabezpieczeniu egzystencji, przysposobieniu do pracy oraz komunikacji społecznej (art. 69).

## 2.2. KARTA PRAW PACJENTA

Opublikowana przez Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej dnia 11 grudnia 1998r. Karta Praw Pacjenta jest zbiorem praw pacjenta zawartych w Konstytucji RP i innych aktach prawnych obowiązujących w Polsce. Ministerstwo zaleca wszystkim świadczeniodawcom udostępnianie jej w widocznych dla pacjentów miejscach, np. na tablicy ogłoszeń w przychodniach. Karta jest dostępna również w internecie na stronach Biura Praw Pacjenta: [www.bpp.waw.pl/karta\\_praw\\_pacjenta.html](http://www.bpp.waw.pl/karta_praw_pacjenta.html)

Według zapisów zawartych w Karcie mamy prawo do:

- ◆ ochrony zdrowia,
- ◆ dążenia do osiągnięcia jak najlepszego stanu zdrowia,
- ◆ informacji o stanie naszego zdrowia i proponowanych metodach leczenia oraz skutkach takiego leczenia,
- ◆ podejmowania decyzji w sprawie leczenia,
- ◆ wglądu w swoją kartę chorobową,
- ◆ poszanowania godności osobistej, prywatności, przekonań religijnych i etycznych, niezależnie od różnic społecznych, kulturowych i majątkowych.

Więcej informacji na ten temat można uzyskać w Biurze Praw Pacjenta przy Ministrze Zdrowia, mieszczącym się przy ul. Długiej 38/40 w Warszawie lub dzwoniąc na numer bezpłatnej infolinii **Rzecznika Praw Pacjenta**: 0 800 190 590.

## 2.3. KARTA PRAW OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

*Podstawa prawna: uchwała Sejmu RP z dnia 1 sierpnia 1997r.(M.P. z 1997r., Nr 50, poz. 475).*

Karta jest aktem ogólnym. Nie gwarantuje konkretnych uprawnień, można jednak oficjalnie powoływać się na nią jako obowiązujący akt normatywny uchwalony przez Sejm RP.

W świetle dalszych zapisów zawartych w Karcie, **osoba niepełnosprawna ma m.in. prawo do** opieki medycznej i rehabilitacji, nauki w szkołach wspólnie z osobami sprawnymi oraz prawo do pełnego uczestnictwa w życiu publicznym.

Karta w całości dostępna jest m.in. w internecie na stronach Sejmu RP - [www.sejm.gov.pl](http://www.sejm.gov.pl).

## 2.4. USTAWA Z DN. 27 SIERPNIĄ 1997 R. O REHABILITACJI ZAWODOWEJ I SPOŁECZNEJ ORAZ ZATRUDNIANIU OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

*Podstawa prawna: Dz. U. Nr 123, poz. 776 z późn. zm.*

Ustawa ta stanowi szczegółowe uregulowanie pomocy dla osób niepełnosprawnych w Polsce. W art. 7 możemy przeczytać, że **rehabilitacja osób niepełnosprawnych** oznacza zespół działań (organizacyjnych, leczniczych, psychologicznych, technicznych, szkoleniowych, edukacyjnych, społecznych) zmierzających od osiągnięcia, przy

współdziałanie tych osób, możliwie najwyższego poziomu ich funkcjonowania, jakości życia i integracji społecznej. Ustawa definiuje **osoby niepełnosprawne** jako osoby, których stan fizyczny, psychiczny lub umysłowy trwale lub okresowo utrudnia, ogranicza bądź uniemożliwia wypełnianie ról społecznych.

W świetle tej ustawy obowiązują **dwa rodzaje orzecznictwa o niepełnosprawności**:

- ◆ **do celów poza rentowych** – osoba ubiegająca się o orzeczenie o stopniu niepełnosprawności składa wniosek wraz z wymaganymi załącznikami w Powiatowym Zespole ds. Orzekania o Niepełnosprawności, w Warszawie – w Stołecznym Centrum Osób Niepełnosprawnych.
- ◆ **do celów rentowych** - osoba ubiegająca się o rentę składa wniosek wraz z wymaganymi załącznikami we właściwym terenowym inspektoracie lub oddziale Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych wprowadziła trzy stopnie niepełnosprawności: znaczny, umiarkowany, lekki. Warto podkreślić, że posiadanie nawet znacznego stopnia niepełnosprawności nie oznacza zakazu podjęcia pracy.



## Dla porównania dawny i obecny system orzekania o niepełnosprawności

Dawny system orzecznictwa	System orzecznictwa od 1 września 1997 r	
	Orzeczenie lekarza orzecznika ZUS	Orzeczenie Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności
I grupa inwalidzka =	całkowita niezdolność do pracy oraz samodzielnej egzystencji	znaczny stopień niepełnosprawności
II grupa inwalidzka =	całkowita niezdolność do pracy	umiarkowany stopień niepełnosprawności
III grupa inwalidzka =	częściowa niezdolność do pracy lub celowość przekwalifikowania zawodowego	lekki stopień niepełnosprawności

Osoby posiadające orzeczenie wydane dla celów rentowych nie muszą ubiegać się o wydanie orzeczenia ustalającego ich stopień niepełnosprawności.

Zgodnie bowiem z art. 5 ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, orzeczenie o zaliczeniu do:

- ◆ I grupy inwalidzkiej traktowane jest na równi z orzeczeniem o całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji oraz z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności,
- ◆ II grupy inwalidzkiej traktowane jest na równi z orzeczeniem o całkowitej niezdolności do pracy oraz z orzeczeniem o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności,
- ◆ III grupy inwalidzkiej traktowane jest na równi z orzeczeniem o częściowej niezdolności do pracy i celowości przekwalifikowania oraz z orzeczeniem o lekkim stopniu niepełnosprawności.

Ze względu na tę równowagę, w dalszej części Informatora, pisząc o ulgach przysługujących osobom niepełnosprawnym (mającym orzeczenie o niepełnosprawności), będziemy używać terminologii Powiatowego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

Zadania na rzecz osób niepełnosprawnych, wynikające z ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, realizują właściwe organy administracji rządowej i organy jednostek samorządu terytorialnego. Określone zadania mogą być również zlecane organizacjom pozarządowym lub jednostkom samorządu terytorialnego.

# ROZDZIAŁ III

## REHABILITACJA



### 3.1. SPECJALISTYCZNE OŚRODKI REHABILITACYJNE DLA CHORYCH NA SM

#### 3.1.1. Krajowy Ośrodek Mieszkalno – Rehabilitacyjny dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane w Dąbku

- ◇ *06-561 Stupsk Mazowiecki*  
*tel. 23 653 13 31-33, fax. 23 653 13 34*  
*e-mail: dabek@idn.org.pl*  
*www.komrdabek.pl*

#### **Załatwianie pobytu:**

Należy skontaktować się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej właściwym dla miejsca zamieszkania. Dokumenty tam otrzymane wypełnione przez lekarza neurologa i osobę zainteresowaną trzeba złożyć u pracownika socjalnego Ośrodka Pomocy Społecznej, który zajmie się dalszymi formalnościami.

Odpłatność za miesięczny pobyt w KOMR wynosi nie więcej niż 70% miesięcznego dochodu osoby kierowanej.

### **3.1.2. Centrum Rehabilitacji dla Osób Chorych na Stwardnienie Rozsiane w Bornem Sulnowie**

- △ *ul. Szpitalna 5, 78-449 Borne Sulnowo*  
*tel. 94 373 38 05*  
*e-mail: centrumsm@op.pl*  
*www.centrumsm.eu*

Pobyt w Ośrodku uzyskuje się na podstawie skierowania od lekarza neurologa. Pełny koszt czterotygodniowego pobytu, tj. koszt utrzymania obejmujący wyżywienie, nocleg, całodobową opiekę sprawowaną przez personel średni oraz rehabilitację dla osób posiadających ubezpieczenie zdrowotne (finansowaną przez NFZ), to wydatek od 2800 zł do 3440 zł w zależności od stopnia zaawansowania choroby. Wyjazd komercyjny czterotygodniowy to koszt od 5700 do 6340 zł, w zależności od stopnia zaawansowania choroby.

## **3.2. REHABILITACJA STACJONARNA I AMBULATORYJNA W OŚRODKACH PRZYJMĄCYCH TAKŻE CHORYCH NA SM**

### **3.2.1. Dzienny Oddział Rehabilitacji Neurologicznej Instytutu Psychiatrii i Neurologii**

- △ *II Klinika Neurologiczna*  
*ul. Sobieskiego 9, 02-957 Warszawa,*  
*tel. 22 458 28 30, 22 458 28 00 (centrala),*  
*22 458 27 30 (dzienny ośrodek rehabilitacji neurologicznej)*  
*www.ipin.edu.pl*

**Załatwianie pobytu:**

Ze skierowaniem od lekarza pierwszego kontaktu, lub specjalistę (odpowiednia treść – informacja pod podanym numerem telefonu) należy zapisać się na kwalifikację do lekarza w Instytucie Psychiatrii i Neurologii.

**3.2.2. Centrum Kształcenia i Rehabilitacji Sp. z o. o.**

- ⊞ *ul. Gąsiorowskiego 12/14, 05-510 Konstancin-Jeziorna  
tel. 22 756 32 60, 22 703 00 00 (centrala)  
www.ckr.pl*

**Rehabilitacja stacjonarna**

- ⊞ *Stacjonarny Oddział Rehabilitacyjny  
ul. Gąsiorowskiego 12/14, 05-510 Konstancin-Jeziorna  
tel. 22 754 71 80, 703 02 05 (sekretariat),  
22 754 71 80 (oddział rehabilitacji)  
e-mail: szpital@ckr.pl*

**Załatwianie pobytu:**

Skierowanie do szpitala na oddział rehabilitacji (ważne jest użycie pełnej nazwy ośrodka i oddziału) wystawione przez:

- ◆ lekarza poradni: rehabilitacyjnej, urazowo-ortopedycznej, neurologicznej, reumatologicznej - w przypadku zaostrzeń chorób przewlekłych,
- ◆ lekarza oddziału: urazowo-ortopedycznego, chirurgicznego, neurochirurgicznego, neurologicznego, reumatologicznego, chorób wewnętrznych, onkologicznego, ginekologicznego i urologicznego,

należy dostarczyć do CKiR w Konstancinie i czekać na jego rozpatrzenie. Na Oddział przyjmowane są głównie osoby po zabiegu, urazie lub zaostrzeniu choroby.

## Rehabilitacja ambulatoryjna

- △ *Centrum Kompleksowej Rehabilitacji  
ul. Surowieckiego 8, 02-785 Warszawa  
tel. 22 370 27 68  
e-mail: surowieckiego@ckr.pl*
- △ *Przychodnia Rehabilitacyjna  
ul. Majdańska 12, 04-088 Warszawa  
tel. 22 612 02 01  
e-mail: majdanska@ckr.pl*
- △ *Przychodnia Rehabilitacyjna  
ul. Gałczyńskiego 4, 00-362 Warszawa  
tel. 22 826 63 18  
e-mail: galczynskiego@ckr.pl*
- △ *Przychodnia Rehabilitacyjna  
ul. Gąsiorowskiego 12/14, 05-510 Konstancin  
tel. 22 703 01 27  
e-mail: przychodnia@ckr.pl*

Aby się zapisać do ww. przychodni należy posiadać skierowanie do poradni rehabilitacyjnej

Czas oczekiwania na wizytę do lekarza specjalisty wynosi od trzech do ośmiu miesięcy. Rehabilitacja ta przeznaczona jest dla osób samodzielnie poruszających się.

### 3.2.3. Lux Med Tabita Sp. z o.o.

- △ *ul. Długa 43, 05-510 Konstancin-Jeziorna  
tel. 22 737 64 00  
www.tabita.waw.pl  
e-mail: tabita@luxmed.pl*

#### **Załatwianie pobytu:**

Skierowanie na oddział rehabilitacji od lekarza neurologa wraz z kopią dokumentacji medycznej należy dostarczyć bezpośrednio do ośrodka lub wysłać pocztą.

### 3.2.4. MEDI-system NZOZ

- △ *Al. Jerozolimskie 44, 00-024 Warszawa  
tel. 22 333 73 41  
Infolinia: 801 011 303 lub 22 266 88 41  
e-mail: medisystem@medisystem.pl  
www.medisystem.pl*
- △ *Ośrodek MEDI-system „Mazowia”  
ul. Mazowiecka 6/8, 00-048 Warszawa  
tel. 22 266 88 46  
e-mail: mazowia@medisystem.pl*
- △ *Ośrodek MEDI-system „Ostrowia”  
Wólka Ostrożeńska 15a, 08-404 Górzno  
tel. 25 747 87 70  
e-mail: ostrowia@medisystem.pl*
- △ *Ośrodek MEDI-system „Konstancja”  
Bielawa, ul. Lipowa 1, 05-510 Konstancin-Jeziorna*

*tel. 22 754 39 40, fax 754 39 43  
e-mail: konstancja@medisystem.pl*

△ *Ośrodek MEDI-system „Marianna”  
Majdan 58, 05-462 gm. Wiązowna  
tel. 22 255 3464  
e-mail: marianna@medisystem.pl*

△ *Ośrodek MEDI- system „Honorata”  
ul. Główna 31, 41-503 Chorzów Maciejkowice  
tel. 32 445 71 41  
e-mail: honorata@medisystem.pl*

W ramach ww. ośrodków działają:

- ◆ Oddziały Rehabilitacji Neurologicznej i Ogólnoustrojowej, oferujące pobyty do 6 tygodni, refundowane przez NFZ,
- ◆ Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze, w których odpłatność wynosi do 70% dochodu.

### **Załatwianie pobytu:**

Na Oddział Rehabilitacyjny:

Skierowanie od lekarza specjalisty rehabilitacji medycznej, neurologa lub ortopedy należy dostarczyć bezpośrednio do ośrodka. Na oddział przyjmowani są wszyscy wymagający rehabilitacji w warunkach stacjonarnych.

Do Zakładu Opiekuńczo - Leczniczego:

- ◆ skierowanie do ZOL od:
  - lekarza pierwszego kontaktu - jeżeli pacjent przebywa w domu,



- lekarza prowadzącego - jeżeli pacjent przebywa w szpitalu,
- ◆ wniosek o przyjęcie do Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego,
- ◆ zaświadczenie lekarskie,
- ◆ wywiad pielęgniarski-środowiskowy,
- ◆ karta kwalifikacji pacjenta do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową,
- ◆ dowód ubezpieczenia.

### **3.2.5. Oddział Rehabilitacji Neurologicznej Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA**

△ *Centralny Szpital Kliniczny MSWiA*  
*ul. Wołoska 137*  
*tel. 22 508 20 00*  
*www.cskmswia.pl*

#### **Załatwianie pobytu:**

Skierowanie od lekarza neurologa (ważne jest użycie pełnej nazwy oddziału) należy dostarczyć bezpośrednio do oddziału rehabilitacji. Na oddział przyjmowani są pacjenci wymagający rehabilitacji neurologicznej.

### **3.2.6. Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze (ZOL)**

Osoby, których diagnozowanie już się zakończyło i nie wymagają hospitalizacji, ale ze względu na stan zdrowia i niesprawność fizyczną, brak samodzielności, konieczność stałej kontroli lekarskiej, potrzebę rehabilitacji i profesjonalnej pielęgnacji powinny zostać objęte okre-

sową całodobową pielęgnacją oraz kontynuacją leczenia, kierowane są do zakładu opiekuńczego.

### **Kierowanie do zakładu opiekuńczo-leczniczego (ZOL) może odbyć się na dwa sposoby:**

1. Jeśli pacjent jest w domu, skierowanie wystawia lekarz pierwszego kontaktu. Odpowiednią dokumentację należy samodzielnie przekazać do wybranego ZOL.
2. Jeśli pacjent przebywa w szpitalu, skierowanie do ZOL wystawia szpital. Wówczas szpital często przekazuje dokumenty bezpośrednio do placówki.

Czas oczekiwania na miejsce jest bardzo różny w poszczególnych placówkach i województwach, zależy on także od stanu pacjenta (pacjent w domu, stabilny – dłuższy czas oczekiwania, pacjent szpitalny – krótszy czas).

### **Pobyt w zakładzie opiekuńczo-leczniczym jest odpłatny. Pacjent ponosi koszty wyżywienia i zakwaterowania.**

Miesięczną opłatę ustala się w wysokości odpowiadającej 250 proc. najniższej emerytury, z tym że opłata nie może być wyższa niż kwota odpowiadająca 70 proc. miesięcznego dochodu świadczeniobiorcy w rozumieniu przepisów o pomocy społecznej.

### **Wybrane ZOL'e w Warszawie i okolicach:**

- ⊕ *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy, Ewangelicki Ośrodek Diakonii „TABITA” Parafii Ewangelicko Augsburskiej Św. Trójcy w Warszawie*

*Niepubliczny Zakład Opiekuńczo - Lecznicy  
ul. Długa 43, 05-510 Konstancin-Jeziorna  
tel. 22 737 64 00*

- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy  
ul. Witosa 2, 06-200 Maków Mazowiecki  
tel. 29 714 22 26, 29 714 23 94*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy  
ul. Pomorska 26, 05-120 Legionowo  
tel. 22 774 43 35*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy Księży Orionistów  
ul. Księży Orionistów 1, 05-870 Łązniew  
tel. 22 731 99 95*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy, Przychodnia  
Zdrowia w Oleśnicy  
ul. Wodynie 132, 08-117 Oleśnica  
tel. 25 631 72 05*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy dla Przewlekle Chorych  
ul. Ludwika Zamenhofa 22, 05-400 Otwock  
tel. 22 779 22 71*
- ⊞ *Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej, Zakład  
Opiekuńczo - Lecznicy przy „Geria-Med” Sp. z o.o.  
ul. Podleśna 19, 05-805 Otrębusy*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Lecznicy  
ul. Bema 22, 08-110 Siedlce  
tel. 25 632 74 62*

- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Leczniczy, Zespół Niepublicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej Caritas Archidiecezji Warszawskiej*  
*ul. Krakowskie Przedmieście 62, 00-322 Warszawa*  
*tel. 22 826 56 04*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej*  
*ul. Mehoffera 72/74, 03-131 Warszawa*  
*tel. 22 811 06 88*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej*  
*ul. Olchy 8, 04-837 Warszawa*  
*tel. 22 615 70 41, 615 70 42*
- ⊞ *Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Zakład Opiekuńczo - Leczniczy Ośrodek Rehabilitacyjno-Readaptacyjny „Dom Ciepła”*  
*ul. Republikańska 19, 04-404 Warszawa*  
*tel. 22 611 88 04*
- ⊞ *Zakład Opieki Zdrowotnej przy Domu Geriatryczno-Rehabilitacyjnym Bonifratrów PW.N.M.P. Królowej Pokoju*  
*ul. Sapieżyńska 3, 00-215 Warszawa*  
*tel. 22 635 64 67*
- ⊞ *Zakład Opiekuńczo - Leczniczy, Instytut Reumatologii*  
*ul. Spartańska 1, 02-637 Warszawa*  
*tel. 22 844 42 41*

- ⊕ *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy Samodzielny  
Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej  
ul. Szubińska 5, 01-958 Warszawa  
tel. 22 834 70 18*
- ⊕ *Zakład Opiekuńczo - Leczniczy  
ul. Szpitalna 56, 09-300 Żuromin  
tel. 23 657 22 01*
- ⊕ *Zakład Opiekuńczo – Leczniczy, Zakłady Opieki  
Długoterminowej  
ul. Limanowskiego 30, 96-300 Żyrardów  
tel. 46 855 20 11*

Informacje o zakładach opiekuńczo-leczniczych można też znaleźć na stronach Narodowego Funduszu Zdrowia NFZ: [www.nfz.gov.pl](http://www.nfz.gov.pl) (wybieramy województwo, w którym szukamy ZOL, a następnie wchodzimy w zakładkę dla pacjentów - Świadczenia Pielęgnacyjne i Opiekuńcze – Opieka Długoterminowa). Na stronach NFZ można także sprawdzić czas oczekiwania na przyjęcie do wybranej placówki.

### **3.3. REHABILITACJA DOMOWA**

Rehabilitację domową refundowaną przez NFZ mogą świadczyć jedynie przychodnie rehabilitacyjne, które mają podpisany kontrakt z NFZ. Informację, gdzie znajduje się najbliższa poradnia dla miejsca zamieszkania chorego, udzieli lokalny NFZ.

Rehabilitacja domowa prowadzona jest dla osób, które nie mogą dotrzeć do placówek udzielających świadczeń w warunkach ambulatoryjnych, a wymagają fizjoterapii. Wymiar godzinowy zabiegów to 80 godzin rocznie. W uzasadnionych przypadkach Fundusz finansuje przedłużoną rehabilitację w warunkach domowych na podstawie decyzji lekarza prowadzącego program rehabilitacji, co musi znaleźć szczegółowe uzasadnienie w dokumentacji pacjenta.

W ramach rehabilitacji domowej odbywa się:

- ◆ wizyta lekarza specjalisty poradni rehabilitacyjnej  
badanie wstępne, ustalenie programu usprawniania, kontrola postępu rehabilitacji, przeprowadzenie końcowej oceny terapii;
- ◆ praca fizjoterapeuty - badanie funkcjonalne pacjenta, realizowanie indywidualnego programu w domu chorego, nauka samoobsługi i niezależności od otoczenia, szkolenie rodziny w wykonywaniu ćwiczeń.

Skierowanie na rehabilitację domową można otrzymać od lekarza oddziału neurologicznego lub poradni neurologicznej, a także lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ).

Przykładowe placówki świadczące rehabilitację domową w ramach NFZ dla mieszkańców Warszawy:

- ⊠ **Centrum Medyczne i Rehabilitacji KRIOSONIK**  
ul. Wysockiego 51  
tel. 22 811 51 73

*e-mail: [kriosonik@kriosonik.pl](mailto:kriosonik@kriosonik.pl)  
[www.kriosonik.pl](http://www.kriosonik.pl)*

△ **LAS-MED Rehabilitacja**

*ul. Wąwozowa 20  
tel. 22 649 43 28  
e-mail: [lasmed@op.pl](mailto:lasmed@op.pl)  
[www.lasmed.republika.pl](http://www.lasmed.republika.pl)*

△ **MEDINA NZOZ**

*ul. Krzywe Koło 8/10  
tel. 22 831 07 21  
e-mail: [medina@medserwis.pl](mailto:medina@medserwis.pl)  
[www.medina.medserwis.pl](http://www.medina.medserwis.pl)*

W ramach realizowanych projektów, rehabilitację domową świadczy także Oddział Warszawski PTSR. Rehabilitacja ta dofinansowana jest ze środków PFRON. Informację o aktualnym naborze na rehabilitację można znaleźć na naszej stronie [www.ptsr.waw.pl](http://www.ptsr.waw.pl), a także pod numerem tel. 22 831 00 76.

### **3.4. KRIOTERAPIA**

Krioterapia (leczenie zimnem) jest przy SM jedną ze skuteczniejszych form terapii. Może być zarówno miejscowa, jak i ogólnoustrojowa.

Aby móc korzystać z zabiegów w ramach NFZ należy posiadać skierowanie od lekarza specjalisty na zabiegi krioterapii.

W Warszawie z krioterapii można korzystać m.in. w następujących placówkach:

△ **Centrum Medyczne i Rehabilitacji KRIOSONIK**

*ul. Wysockiego 51*

*tel. 22 811 51 73*

*e-mail: [kriosonik@kriosonik.pl](mailto:kriosonik@kriosonik.pl)*

*[www.kriosonik.pl](http://www.kriosonik.pl)*

△ **Centralny Szpital Kliniczny MSWiA**

*ul. Wołoska 137*

*tel. 22 508 15 20 (21), 508 16 11*

*[www.cskmswia.pl](http://www.cskmswia.pl)*

△ **Centralna Wojskowa Przychodnia Lekarska**

*ul. Koszykowa 78*

*tel. 22 429 11 79*

*e-mail: [cepelek@cepelek.mil.pl](mailto:cepelek@cepelek.mil.pl)*

*[www.cepelek.mil.pl](http://www.cepelek.mil.pl)*

### **3.5. POBYT NA TURNUSIE REHABILITACYJNYM**

*Podstawa prawna: Ustawa z dn. 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 1997 r., Nr 123, poz. 776 z późn. zm.) oraz rozporządzenie Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z dn. 22 maja 2003r. w sprawie turnusów rehabilitacyjnych (Dz. U. z 2003 r., Nr 100, poz. 926).*

Każda osoba posiadająca orzeczenie o stopniu niepełnosprawności ma prawo ubiegać się raz na rok o dofinansowanie dwutygodniowego pobytu w dowolnie



wybranym ośrodku rehabilitacyjnym figurującym w rejestrze PFRON.

Można również uzyskać dofinansowanie kosztów pobytu opiekuna osoby niepełnosprawnej. Dofinansowania ze środków PFRON udzielają Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie właściwe dla miejsca zamieszkania osoby niepełnosprawnej.

W Warszawie wymagane dokumenty, tj.:

- ◆ wniosek na turnus rehabilitacyjny (wypełniany przez lekarza pierwszego kontaktu lub lekarza specjalistę),
- ◆ oryginał/kserokopię orzeczenia o stopniu niepełnosprawności,
- ◆ udokumentowane dochody (np. odcinek renty, decyzję z OPS, oświadczenie o zarobkach z zakładu pracy),
- ◆ należy składać w Stołecznym Centrum Osób Niepełnosprawnych, ul. Gen. Andersa 5, tel. 22 50 97 113/114.

**Wnioski pobytu na dany rok należy składać po dniu 1 stycznia** każdego roku. Wnioski są rozpatrywane w kolejności złożenia do wyczerpania przeznaczonych na ten cel środków.

Wysokość dofinansowania wynosi:

- ◆ od 18% do 27% przeciętnego wynagrodzenia w zależności od wieku, stopnia niepełnosprawności, miejsca pracy (nauki) osoby ubiegającej się o dofinansowanie,
- ◆ 18% przeciętnego wynagrodzenia dla opiekuna osoby niepełnosprawnej

Przy wyborze ośrodka rehabilitacyjnego należy pamiętać o sprawdzeniu **wpisu do rejestru PFRON**. W przypadku braku takiego wpisu pobyt nie podlega refundacji. Ośrodek rehabilitacyjny z odpowiednim wpisem można znaleźć na stronie internetowej:  
<http://empatia.mpips.gov.pl/web/piu/dla-swiadczeniobiorcow/turnusy>

## **3.6. POBYT W SANATORIUM, SZPITALU**

### **3.6.1. Sanatorium**

Skierowanie na leczenie uzdrowiskowe na specjalnym formularzu wystawia lekarz podstawowej opieki zdrowotnej lub lekarz specjalista, który pracuje w systemie NFZ.

Skierowanie w zamkniętej kopercie opatrzonej napisem „SKIEROWANIE NA LECZENIE UZDROWISKOWE” należy dostarczyć lub wysłać do właściwego dla ubezpieczonego oddziału wojewódzkiego NFZ. Do skierowania muszą zostać dołączone aktualne wyniki badań pomocniczych, wykonane zgodnie z zaleceniami lekarza.

Skierowanie powinno być rozpatrzone w ciągu 30 dni. NFZ nie pokrywa w 100% kosztów związanych z zakwaterowaniem, wyżywieniem, opłatą klimatyczną, a także kosztów podróży do sanatorium. Informacje można znaleźć na stronie [www.sanatoria.org.pl](http://www.sanatoria.org.pl).

### 3.6.2. Szpital

Skierowanie do szpitala może wystawić lekarz podstawowej opieki zdrowotnej lub lekarz specjalista.

Mamy prawo do bezpłatnego leczenia w dowolnym szpitalu, który ma podpisaną umowę z NFZ. Leżąc w szpitalu możemy także zamówić na własny koszt lepsze warunki np. jednoosobowy pokój czy dodatkową opiekę pielęgniarstwa.

Chorzy na SM mogą w szczególności korzystać z następujących oddziałów neurologicznych na terenie Warszawy:

⊞ **Centralny Szpital Kliniczny MSWiA w Warszawie**  
*ul. Wołoska 137*  
*Klinika Neurologii tel. 22 508 18 60*

⊞ **Samodzielny Publiczny Centralny Szpital Kliniczny**  
*ul. Banacha 1a*  
*Klinika Neurologii tel. 22 599 28 58*

⊞ **Szpital Wolski**  
*ul. Kasprzaka 17*  
*Oddział Neurologiczny tel. 22 389 47 66*

⊞ **Wojskowy Instytut Medyczny**  
*ul. Szaserów 128*  
*Poradnia Neurologiczna 261 818 408/409*

⊞ **Międzyleski Szpital Specjalistyczny**  
*ul. Bursztynowa 2*  
*Oddział Neurologii tel. 22 473 51 50*



# ROZDZIAŁ IV

## UPRAWNIENIA I ULGI DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

### 4.1. DOFINANSOWANIA

#### 4.1.1. Zasiłki z pomocy społecznej

*Podstawa prawna: Nowelizacja Ustawy o pomocy społecznej z dn. 12 marca 2004r. (Dz. U. z 2013r. poz. 823).*

Obecnie obowiązują trzy podstawowe rodzaje zasiłków: **zasiłek stały, okresowy, celowy i specjalny oraz świadczenia rodzinne.**

O pomoc finansową mogą starać się osoby, które spełniają dwa główne warunki określone w ustawie o pomocy społecznej:

- ◆ trudna sytuacja życiowa,
- ◆ trudna sytuacja finansowa - miesięczny dochód osoby lub rodziny ubiegającej się o pomoc nie może być większy od kwoty kryterium dochodowego określonej w ustawie o pomocy społecznej\*.

*\*Kryteria dochodowe podlegają weryfikacji co 3 lata, z uwzględnieniem wyniku badań prognozy interwencji socjalnej.*

Kryteria dochodowe od 1 października 2015 roku wynoszą:

dla osoby samotnie gospodarującej - **634 zł**,

dla osoby w rodzinie - w wysokości **514 zł**.

Aby otrzymać zasiłek należy zgłosić się do Ośrodka Pomocy Społecznej w miejscu zamieszkania, złożyć podanie opisujące sytuację i problem oraz dokumenty przedstawiające posiadane dochody i ewentualnie inne dokumenty żądane przez pracownika socjalnego (zaświadczenia lekarskie, orzeczenie o niepełnosprawności itp.).

Pracownik socjalny odwiedza osobę lub rodzinę starającą się o pomoc w jej mieszkaniu (jest to tzw. rodzinny wywiad środowiskowy). Pracownik poznaje położenie osoby i na tej podstawie planuje pomoc.

Szczegółowych informacji na temat zasiłków z pomocy społecznej i świadczeń rodzinnych udzielają Ośrodki Pomocy Społecznej właściwe dla miejsca zamieszkania. Dane kontaktowe ośrodków znajdują się w rozdziale VII Informatora.

#### **4.1.2. Dodatek i zasiłek pielęgnacyjny**

*Podstawa prawna: Ustawa z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz. U. z 2004 r. nr 39, poz. 353 z późn. zm.), Ustawa z 28 listopada 2003r. o świadczeniach rodzinnych (Dz. U. z 2006 r. nr 139, poz. 992 z późn. zm.).*

**Zasiłek pielęgnacyjny** przyznaje się w przypadku pozarentowego orzeczenia znacznego stopnia niepełnosprawności.

Aby go otrzymać należy złożyć odpowiedni wniosek we właściwym dla miejsca zamieszkania Urzędzie Dzielnicy (jeśli to dotyczy mieszkańca Warszawy) lub w Ośrodku Pomocy Społecznej / Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej / Regionalnym Ośrodku Pomocy Społecznej (dla mieszkańców mniejszych miejscowości).

**Dodatek pielęgnacyjny** przeznaczony jest dla osób, które są uprawnione do otrzymywania renty lub emerytury i zostały uznane za całkowicie niezdolne do pracy oraz do samodzielnej egzystencji, a także osób, które ukończyły 75 r.ż.

Dodatek pielęgnacyjny wypłaca ZUS na podstawie orzeczenia lekarza orzecznika ZUS, a dla osób pow. 75 r.ż. wypłacany jest przez organ rentowy z urzędu.

Zasiłek i dodatek pielęgnacyjny nie przysługuje osobie przebywającej w instytucji zapewniającej całodobowe utrzymanie finansowane z budżetu Państwa albo z Narodowego Funduszu Zdrowia.

Świadczenia te nie mogą być także wypłacane jednocześnie.

#### **4.1.3. Zasiłki dla opiekunów osób niepełnosprawnych**

**Świadczenie pielęgnacyjne** przysługuje wyłącznie rodzicom lub opiekunom dzieci z niepełnosprawnością, powstałą do 18 r.ż. lub do 25 r.ż. - w przypadku gdy dziecko było w trakcie nauki. Kwota świadczenia pielęgnacyjnego od 1 stycznia 2016r. to 1300 zł netto.

Świadczenie pielęgnacyjne będzie co roku waloryzowa-

ne, a jego wzrost będzie proporcjonalny do procentowego wzrostu płacy minimalnej.

**Specjalny zasiłek opiekuńczy** przysługuje osobom, na których ciąży obowiązek alimentacyjny, a od 1 stycznia 2015 r. także małżonkom. By go otrzymywać, osoby te muszą zrezygnować z zatrudnienia, bądź nie mogą podjąć zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej w związku z koniecznością sprawowania stałej opieki nad osobą legitymującą się:

- ◆ orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności lub
- ◆ orzeczeniem o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniami konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego, codziennego współdziałania opiekuna dziecka w procesie leczenia, rehabilitacji i edukacji (czyli pkt. 7 i 8 w orzeczeniu dla osób do 16 r.ż.).

Specjalny zasiłek opiekuńczy zależny jest od dochodu.

**Zasiłek dla opiekuna** jest skierowany wyłącznie do osób, które utraciły od 1 lipca 2013r. prawo do świadczenia pielęgnacyjnego i nie spełniły kryterium dochodowego do otrzymania specjalnego zasiłku opiekuńczego, pozostając bez wsparcia Państwa. Zasiłek dla opiekuna dorosłej osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności wynosi 520 zł netto wraz z odsetkami ustawowymi za czas niepobierania świadczenia (jest to kwota ok. 5,5 tys. zł jednorazowej wypłaty).

#### 4.1.4. Usługi opiekuńcze

Podstawa prawna: Ustawa z dn. 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2008 r., Nr 115, poz. 728 z późn. zm.),

- uchwały rady gminy bądź rady miasta określające szczegółowe zasady przyznawania i odpłatności za usługi opiekuńcze (usługi opiekuńcze oraz specjalistyczne usługi opiekuńcze, z wyłączeniem specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi, są zadaniem własnym gmin stąd regulują je także przepisy lokalne),
- rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dn. 22 września 2005 r. w sprawie specjalistycznych usług opiekuńczych (Dz. U. z 2005 r., Nr 189, poz. 1598 z późn. zm.) – rozporządzenie dotyczy wyłącznie usług specjalistycznych.

Ustawa o pomocy społecznej wskazuje, że pomoc w formie usług opiekuńczych przysługuje osobom samotnym, które z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymagają pomocy osób trzecich, a są jej pozbawione, a także osobom, które nie są samotne i wymagają pomocy innych, a rodzina nie może im takiej pomocy zapewnić.

Usługi opiekuńcze obejmują:

- ◆ **usługi opiekuńcze:** gospodarcze (pomoc w codziennych zajęciach takich jak robienie zakupów, sprzątanie, gotowanie, załatwianie spraw w urzędach itp.) i pielęgnacyjne (mycie, kąpanie, ubieranie, pomoc osobom chorym, dozowanie leków, prześcielenie łóżka, zapobieganie odleżynom, karmienie itp.),
- ◆ **specjalistyczne usługi opiekuńcze** – świadczone przez pielęgniarzy, rehabilitantów, psychologów, terapeutów.

Wyżej wymienione usługi organizują Ośrodki Pomocy Społecznej (OPS) właściwe dla miejsca zamieszkania (adresy w Rozdziale VII Informatora).



Do uzyskania pomocy wymagane jest zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia uzasadniające korzystanie z usług opiekuńczych i zaleconą przez lekarza pielęgnację. Na zaświadczeniu powinna znaleźć się także informacja, jaka pomoc i na ile godzin dziennie jest potrzebna.

Po zgłoszeniu pracownik socjalny OPS odwiedza osobę oczekującą pomocy w jej mieszkaniu i przeprowadza wywiad środowiskowy, którego celem jest ustalenie wysokości opłat za usługi.

Usługi opiekuńcze są świadczone także przez organizacje pozarządowe takie jak:

⊕ ***Caritas Polska Archidiecezja Warszawska***

*ul. Krakowskie Przedmieście 62*

*tel. 22 828 18 15/14*

*lub 635 74 04*

⊕ ***Caritas Polska Archidiecezja Praska***

*ul. Kawęczyńska 49*

*tel. 22 619 44 76*

#### **4.1.5. Dofinansowanie czynszu za mieszkanie**

*Podstawa prawna: Ustawa z 21 czerwca 2001 r. o dodatkach mieszkaniowych (Dz. U. nr 71, poz. 734 z późn. zm.), Rozporządzenie Rady Ministrów z 28 grudnia 2001 r. w sprawie dodatków mieszkaniowych (Dz. U. nr 156, poz. 1817 z późn. zm.).*

Dodatek mieszkaniowy przysługuje osobom, które spełniają łącznie następujące warunki:

- ◆ mieszkają w lokalach, do których mają tytuł prawny albo zajmują lokale mieszkalne bez tytułu prawnego i oczekują przysługującego im lokalu zamiennego albo socjalnego,
- ◆ mają niski dochód - średni miesięczny dochód na jednego członka gospodarstwa domowego uzyskany w okresie 3 miesięcy poprzedzających datę złożenia wniosku o przyznanie dodatku nie przekracza 175% kwoty najniższej emerytury obowiązującej w dniu złożenia wniosku w gospodarstwie jednoosobowym lub 125% tej kwoty w gospodarstwie wieloosobowym,
- ◆ zajmowany przez nie lokal ma odpowiednio małą powierzchnię użytkową.

Szczegółowe informacje o zasadach przyznawania i wypłacania dodatków mieszkaniowych udzielają Wydziały Zasobów Lokalowych w Urzędach Dzielnicy.

#### **4.1.6. Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny**

*Podstawa prawna: Ustawa z dnia 23 stycznia 2003 r. o powszechnym ubezpieczeniu w Narodowym Funduszu Zdrowia (Dz. U. z dnia 17 grudnia 2013r. poz. 1565, Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 6 grudnia 2013r w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie).*

##### **4.1.6.1 Wykaz wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie**

*Podstawa prawna: Dz. U. z dnia 17 grudnia 2013r. poz. 1565, Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 6 grudnia 2013r. w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie.*

Kod NFZ	Wyroby medyczne	Osoby uprawnione do wystawiania zlecenia na zaopatrzenie w wyroby medyczne (osoby dorosłe)	Limit finansowania ze środków publicznych	Wyso-kość udziału własnego *	Kryteria przyznawania ***	Okres użytkowania **	Limit cen napraw
H.28	Orteza obejmująca goleń i stopę lub ze strzemieniem (typu AFO)	neurolog, reumatolog, chirurg, ortopeda, lekarz rehabilitacji	400 zł	10%	dysfunkcje kończyny dolnej	Raz na 3 lata	120 zł
H.29	Orteza krótka korygująca zaburzenia osiowe w płaszczyźnie czołowej (typu DAFO lub GRAFO)		500 zł	10%	dysfunkcje kończyny dolnej	Raz na 3 lata	150 zł
H.30	Orteza z ujęciem uda, goleni i stopy (typu KAFO)		800 zł	10%	Choroby wymagające stosowania cewników zewnętrzných na pracę	Raz na 3 lata	240 zł
H.31	Orteza obejmująca obręcz biodrową, uda, golenie i stopy (typu HKAFO)		2500 zł	10%	Dysfunkcja kończyn dolnych (z wyłączeniem jednoczesnego zaopatrzenia w ortezę recyprokalną)	Raz na 3 lata	750 zł
H.32	Orteza odciążająca kończynę dolną		1000 zł	10%	dysfunkcje kończyny dolnej	Raz na 3 lata	300 zł
L.48	Orteza na rękę i przedramię		250 zł	10%	dysfunkcja kończyny górnej	Raz na 3 lata	0 zł

N.64	But na stopę o różnym zniekształceniu		155 zł	30%	kryteria przyznawania zgodnie z opisem *	Raz na rok	0 zł
N.67	But do ortozy obejmującej stopę	neurolog, reumatolog, ortopeda, chirurg, diabetolog, lekarz rehabilitacji	210 zł	30%	zaopatrzenie w wykonywaną na zamówienie i połączoną z butem ortezę stabilizującą, odciążającą, korekcyjną lub unieruchamiającą kończynę dolną	Raz na rok	0 zł
P.94	Cewniki zewnętrzne do 30 sztuk	chirurg, neurolog, urolog, geriatra, lekarz POZ, felczer ubezpieczenia zdrowotnego Kontynuacja przez pielęgniarkę przez okres do 6 miesięcy od dnia określonego w dokumentacji medycznej	4 zł za sztukę	30%	choroby wymagające stosowania cewników zewnętrznych na pracę	Raz na miesiąc	0 zł

P.94	Cewniki zewnętrzne do 30 sztuk	chirurg, neurolog, urolog, geriatra, lekarz POZ, felczer ubezpieczenia zdrowotnego Kontynuacja przez pielęgniarkę przez okres do 6 miesięcy od dnia określonego w dokumentacji medycznej	4 zł za sztukę	30%	choroby wymagające stosowania cewników zewnętrznych na prącie	Raz na miesiąc	0 zł
P.95	Cewniki urologiczne do 4 sztuk		4 zł za sztukę	30%	choroby wymagające cewnikowania pęcherza moczowego	Raz na miesiąc	0 zł
P.96	Cewniki jednorazowe urologiczne do 180 sztuk miesięcznie lub w równoważności ich kosztu jednorazowe hydrofilowe cewniki urologiczne		0,80 zł za sztukę	30%	choroby wymagające wielokrotnego cewnikowania pęcherza moczowego	Raz na miesiąc	0 zł
P.97	Worki do zbiórki moczu z odpływem do 12 sztuk	urolog, neurolog, lekarz POZ, felczer ubezpieczenia zdrowotnego, Kontynuacja przez pielęgniarkę przez okres do 6 miesięcy od dnia określonego w dokumentacji medycznej	6,50 zł za sztukę	0%	choroby wymagające cewnikowania pęcherza moczowego; choroby wymagające stosowania cewników zewnętrznych, nadpęcherzowe odprowadzenie moczu	Raz na miesiąc	0 zł

P.101	Pieluchomajtki do 60 sztuk miesięcznie lub zamiennie pieluchy anatomiczne do 60 sztuk miesięcznie lub zamiennie majtki chłonne do 60 sztuk miesięcznie lub zamiennie podkłady do 60 sztuk miesięcznie lub zamiennie wkłady anatomiczne do 60 sztuk miesięcznie	chirurg, onkolog, geriatra, neurolog, urolog, lekarz POZ, felczer ubezpieczenia zdrowotnego Kontynuacja przez pielęgniarkę lub położną ubezpieczenia zdrowotnego przez okres do 12 miesięcy od dnia określonego w dokumentacji medycznej	90 zł	30%	neurogenne i nieneurogenne nietrzymanie moczu lub stolca (z wyłączeniem wysiłkowego nietrzymania moczu) i występowanie co najmniej jednego z kryteriów**	Raz na miesiąc	0 zł
P.116	Poduszka przeciwoleżynowa pneumatyczna	geriatra, neurochirurg, neurolog, ortopeda, reumatolog, lekarz POZ, chirurg, lekarz rehabilitacji, felczer ubezpieczenia zdrowotnego	500 zł	30%	paraplegia; tetraplegia; inne choroby wymagające stałego użytkowania poduszki przeciwoleżynowej	Raz na 2 lata	0 zł
P.117	Materac przeciwoleżynowy (z wyłączeniem materaców piankowych)		400 zł	30%	paraplegia; tetraplegia; inne trwałe choroby wymagające stałego przebywania w łóżku	Raz na 3 lata	0 zł
P.118	Kula łokciowa ze stopniową regulacją		30 zł	30%	trwała dysfunkcja chodu	Raz na 3 lata	0 zł

P.119	Kula łokciowa z podparciem na przedramieniu	geriatra, neurochirurg, neurolog, ortopeda,	140 zł	30%	trwała dysfunkcja chodu i zaburzenia czynności chwytnej ręki	Raz na 3 lata	0 zł
P.120	Kula pachowa	reumatolog, lekarz POZ,	40 zł	30%	trwała dysfunkcja chodu	Raz na 3 lata	0 zł
P.121	Trójnóg lub czwórnóg	chirurg, lekarz rehabilitacji, felczer ubezpieczenia zdrowotnego	75 zł	30%	trwała dysfunkcja chodu	Raz na 3 lata	0 zł
P.123	Balkonik albo podpórka ułatwiająca chodzenie		240 zł	30%	trwała dysfunkcja chodu	Raz na 5 lata	0 zł
P.125	Pionizator	lekarz rehabilitacji	2000 zł	0 zł	schorzenia wymagające pionizacji ze stabilizacją tułowia, obręczy biodrowej i kończyn dolnych (z wyłączeniem jednoczesnego zaopatrzenia w balkonik specjalny)	Raz na 5 lat	600 zł
P.127	Wózek inwalidzki ręczny		600 zł	0 zł	Trwałe ograniczenia samodzielnego chodzenia	Raz na 5 lat	180 zł
P.129	Wózek inwalidzki wykonany ze stopów lekkich z systemem szybkiego demontażu kół, składany, dla osób samodzielnie poruszających się na wózku	geriatra, chirurg, reumatolog, ortopeda, neurolog, lekarz rehabilitacji	1700 zł	0 zł	Trwałe ograniczenie samodzielnego chodzenia dla osób dorosłych, samodzielnie poruszających się na wózku (z wyłączeniem jednoczesnego zaopatrzenia w wózek inwalidzki specjalny)	Raz ma 4 lata	510 zł

P.130	Wózek inwalidzki specjalny (z wyłączeniem wózka inwalidzkiego toaletowego)	neurochirurg, onkolog, reumatolog, ortopeda, neurolog, lekarz rehabilitacji	3000 zł	0 zł	przy porażeniach i niedowładach trzy lub cztero-kończynowych;	Raz na 4 lata	900 zł
-------	--	---	---------	------	---	---------------	--------

*\*Podstawowe kryteria przyznawania obuwia ortopedycznego (ad N64):*

- 1) wrodzone lub nabyte wady stopy i goleni zaburzające funkcję chodu (z wyłączeniem stopy płasko-koślawej statycznej:
  - a) nieprawidłowe ustawienie stopy zmniejszające jej naturalną powierzchnię podparcia (np. stopa końsko-szpotaowa, piętowa, koślawość palucha przekraczająca 45°), jeżeli powoduje to niewydolność statyczną nadmiernie obciążonych tkanek,
  - b) rozległe zniekształcenia tkanek miękkich i kości lub rozległe owrzodzenia na naturalnych płaszczyznach podparcia stopy (np. stopa cukrzycowa, stopa naczyniowa, stopa reumatoidalna),
  - c) stopa olbrzymia wskutek rozrostu tkanek miękkich lub szkieletu (np. wrodzone połączenia tętniczo-żylna, słoniowacizna) oraz stopa krótsza o co najmniej 3 cm, wymagająca zaopatrzenia w obuwie różnej wielkości;
- 2) skrócenie kończyny dolnej:
  - a) u osób dorosłych co najmniej 3 cm,
  - b) u dzieci do 18. roku życia co najmniej 2 cm;
- 3) amputacja części stopy, tj. ubytki szkieletu stopy ku tyłowi od głów kości śródstopia, a także inne ubytki, z wyjątkiem palców, utrudniające utrzymanie na stopie obuwia standardowego;
- 4) utrwalone przykurcze stawów kolanowych lub biodrowych wymagające wyrównania ustawieniem końskim stóp o co najmniej 4 cm (zgięcie podeszwy);
- 5) niedowłady i porażenia mięśni stabilizujących staw skokowy i stopę.

*\*\*Ad kryteria refundacji pieluchomajtek i innych środków pomocniczych z P101:*

- głębokie upośledzenie umysłowe,
- zespoły otępienne o różnej etiologii,
- wady wrodzone i choroby układu nerwowego, trwałe uszkodzenie ośrodkowego układu nerwowego,
- wady wrodzone dolnych dróg moczowych będące przyczyną nietrzymania moczu,



- jatrogenne lub pourazowe uszkodzenie dróg moczowych będące przyczyną nietrzymania moczu,
- jatrogenne lub pourazowe uszkodzenie układu pokarmowego będące przyczyną nietrzymania stolca.

**Szczegółowe informacje** dotyczące zaopatrzenia w sprzęt ortopedyczny i pomocniczy można uzyskać pod numerem tel. 22 456 74 01

#### **4.1.6.2. Wypożyczalnie sprzętu ortopedycznego i rehabilitacyjnego oraz punkty napraw**

Wypożyczalnie:

- ◆ ul. Baśniowa 3, tel. 22 658 45 77
- ◆ ul. Grochowska 323, tel. 22 612 75 17
- ◆ ul. Broniewskiego 21, tel. 22 663 08 73

Punkty napraw:

- ◆ ul. Broniewskiego 21, tel. 22 663 08 73
- ◆ ul. Konwaliowa 7, tel. 22 676 81 82

#### **Jak ubiegać się o zaopatrzenie w wyroby medyczne wydawane na zlecenie:**

1. Udajemy się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.
2. Lekarz podstawowej opieki zdrowotnej kieruje nas do lekarza specjalisty uprawnionego do wystawienia zlecenia na potrzebny nam sprzęt.
3. Z wystawionym zleceniem udajemy się do NFZ po uzyskanie potwierdzenia zlecenia wystawionego przez lekarza. Dla mieszkańców Warszawy: ul. Cha-

łubińskiego 8, tel. 22 456 74 01. Z potwierdzonym zleceniem udajemy się do wybranego przez nas świadczeniodawcy.

#### **4.1.7. Dofinansowanie z PFRON kosztu zakupu przedmiotów ortopedycznych i środków pomocniczych oraz sprzętu rehabilitacyjnego**

*Podstawa prawna: Ustawa z dn. 27 sierpnia 1997r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. Nr 123, poz. 776 z późn. zm.). Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 29 sierpnia 2009 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu zaopatrzenia w wyroby medyczne będące przedmiotami ortopedycznymi oraz środki pomocnicze (Dz. U. Nr 139, poz. 1141).*

W przypadku dofinansowania zakupu środków pomocniczych i ortopedycznych średni miesięczny dochód netto wnioskodawcy nie może przekroczyć:

- ◆ 50% przeciętnego wynagrodzenia w przeliczeniu na jednego członka wspólnego gospodarstwa domowego,
- ◆ 65% przeciętnego wynagrodzenia w przypadku osób samotnych.

Wysokość dofinansowania zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny wynosi do 60% kosztów tego sprzętu, nie więcej jednak niż do wysokości pięciokrotnego przeciętnego wynagrodzenia.

Ubiegając się o dofinansowanie zakupu przedmiotów ortopedycznych i środków pomocniczych oraz sprzętu rehabilitacyjnego, udajemy się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie właściwego dla naszego miejsca zamieszkania.

Dla mieszkańców Warszawy informacje dotyczące dofinansowania można uzyskać pod numerem tel. 22 50 97 109. Dokumenty należy składać w Warszawskim Centrum Pomocy Rodzinie, Miejskim Ośrodku Zatrudnienia i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, mieszczącym się w SCON przy ul. Gen. Andersa 5.

Aby skorzystać z pomocy w zakresie dofinansowania należy złożyć:

- ◆ wniosek o dofinansowanie zakupu (dostępny m.in. na stronie internetowej: [www.scon.waw.pl](http://www.scon.waw.pl)),
- ◆ kserokopię orzeczenia o stopniu niepełnosprawności (oryginał należy mieć do wglądu),
- ◆ decyzję ZUS o wysokości renty/emerytury lub zaświadczenie o wysokości zarobków,
- ◆ kserokopię zlecenia lekarskiego na sprzęt, o który wnioskodawca ubiega się,
- ◆ fakturę zakupu lub inny dokument poświadczający zakup, a w przypadku dofinansowania zakupu sprzętu rehabilitacyjnego - fakturę pro-forma lub inny dokument potwierdzający koszt realizacji zadania,
- ◆ nr NIP,
- ◆ nr konta bankowego.

Wnioski rozpatrywane są na bieżąco, przez cały rok, do wyczerpania środków przewidzianych na ten cel, po przekazaniu funduszy z PFRON.

Przykładowe sklepy, które prowadzą sprzedaż sprzętu ortopedycznego:

Lp.	ADRES	TELEFON
1	Baśniowa 3	22 658 45 41/77
2	Waszyngtona 12/14	728 501 897, 600 682 387
3	Grochowska 109	22 612 11 15
4	Myśluborska 98	22 663 62 13
5	Płocka 21	22 824 04 04
6	Puławska 108	22 856 99 05
7	Śniadeckich 18	22 622 55 90
8	Znanińskiego 14	22 671 40 25

Środki urologiczne można nabyć w aptece i w sklepach medycznych.

Informację o miejscach zakupu przedmiotów ortopedycznych oraz środków pomocniczych można uzyskać także przy ul. Chałubińskiego 8, tel. 22 456 74 01.

#### **4.1.8. Dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych**

*Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 25 czerwca 2002 r. w sprawie określenia rodzajów zadań powiatu, które mogą być finansowane ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (Dz. U. z 2002r. Nr 96, poz. 861 z późn. zm.).*

Dofinansowanie obejmuje zakup urządzeń, prac i usług mających na celu dostosowanie mieszkań oraz najbliższego otoczenia do potrzeb osoby niepełnosprawnej. Mogą się o nie ubiegać osoby które są właścicielami lub

użytkownikami wieczystymi nieruchomości, albo posiadający zgodę właściciela lokalu w którym zamieszkują. Dofinansowanie nie obejmuje kosztów poniesionych przed podpisaniem umowy, przysługuje raz na trzy lata oraz nie może przekroczyć 15-krotnego przeciętnego wynagrodzenia i max do 80% wartości realizowanego zadania.

Aby otrzymać dotację należy złożyć:

1. wniosek o dofinansowanie ze środków PFRON likwidacji barier architektonicznych (dostępny m.in. na stronie internetowej Stołecznego Centrum Osób Niepełnosprawnych: [www.scon.waw.pl](http://www.scon.waw.pl))
2. załączniki:
  - kopia orzeczenia o niepełnosprawności osoby wnioskującej i ewentualnie osób wspólnie z nią mieszkających,
  - aktualne zaświadczenie lekarskie, zawierające informację o rodzaju niepełnosprawności wnioskodawcy, jeżeli rodzaj niepełnosprawności nie jest określony w orzeczeniu,
  - kopia decyzji o przyznaniu zasiłku pielęgnacyjnego w przypadku jego pobierania,
  - kopia decyzji o przyznaniu świadczeń pomocy społecznej, jeśli takie występują
  - oświadczenie o dochodach osoby niepełnosprawnej i osób wspólnie z nią mieszkających obliczonych z okresu ostatnich trzech miesięcy,
  - udokumentowaną podstawę prawną zameldowania w lokalu, w którym mają nastąpić prace,
  - projekt i wstępny kosztorys planowanych prac lub zakupów,

- dokumenty potwierdzające finansowanie zadania z innych źródeł w przypadku, gdy takie występują;
- kserokopia dokumentu stanowiącego opiekę prawną nad podopiecznym - dotyczy opiekunów prawnych.

Dokumentację można składać osobiście w siedzibie Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie. Mieszkańcy Warszawy składają wnioski w:

△ *Stołecznym Centrum Osób Niepełnosprawnych*  
*ul. Gen. Andersa 5, 00-147 Warszawa,*  
*tel. 22 50 97 108*

lub za pośrednictwem poczty.

**Wnioski są przyjmowane przez cały rok**, a decyzje o przyznaniu lub odmowie przyznania dofinansowania podejmowane są w kolejności napływania kompletnych wniosków, aż do momentu wyczerpania środków finansowych PFRON na dany rok kalendarzowy.

#### **4.1.9. Dofinansowanie likwidacji barier w komunikowaniu się i technicznych**

Dofinansowanie obejmuje zakup sprzętu, mającego na celu likwidację barier w komunikowaniu się oraz technicznych. Dofinansowanie przysługuje raz na trzy lata oraz nie może przekroczyć 15-krotnego przeciętnego wynagrodzenia i max do 80% wartości realizowanego zadania. Aby otrzymać dotację należy złożyć:

1. wniosek o dofinansowanie likwidacji barier w komunikowaniu się i technicznych dostępny m.in. na stronie internetowej Stołecznego Centrum Osób Niepełnosprawnych: [www.scon.waw.pl](http://www.scon.waw.pl)
2. załączniki:
  - kopia orzeczenia o niepełnosprawności osoby wnioskującej lub orzeczenie równoważne,
  - aktualne zaświadczenie lekarskie zawierające informację o rodzaju niepełnosprawności wnioskodawcy, jeżeli rodzaj niepełnosprawności nie jest określony w orzeczeniu,
  - oświadczenie osoby niepełnosprawnej o średnich miesięcznych dochodach w przeliczeniu na jednego członka wspólnego gospodarstwa domowego, obliczonych z okresu ostatnich trzech miesięcy,
  - ofertę cenową dotyczącą zakupu urządzenia (wraz z montażem),
  - dokumenty potwierdzające finansowanie zadania z innych źródeł w przypadku, gdy takie występują,
  - kserokopia dokumentu stanowiącego opiekę prawną nad podopiecznym - dotyczy opiekunów prawnych,
  - zgoda właściciela budynku lub lokalu mieszkalnego, jeżeli taka zgoda jest wymagana.

Wymagane dokumenty należy składać osobiście w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie. Mieszkańcy Warszawy składają je w Warszawskim Centrum Pomocy Rodzinie, mieszczącym się w SCON przy ul. Gen. Andersa 5 w Warszawie, tel. 22 50 97 119.

Wniosek w imieniu osoby nie w pełni sprawnej może złożyć także przedstawiciel ustawowy, prawny, opiekun ustanowiony postanowieniem Sądu lub pełnomocnik.

**Wnioski są przyjmowane przez cały rok**, a decyzje o przyznaniu lub odmowie przyznania dofinansowania podejmowane są w kolejności napływania kompletnych wniosków, aż do momentu wyczerpania środków finansowych PFRON na dany rok kalendarzowy.

#### **4.1.10. Program „Aktywny Samorząd”**

Od 2013r. poprzez samorządy poszczególnych powiatów realizowany jest finansowany ze środków PFRON program „Aktywny Samorząd”. Program ten obejmuje trzy moduły - pierwszy z nich dotyczy likwidacji barier utrudniających aktywizację społeczną i zawodową, drugi - pomocy w uzyskaniu wykształcenia na poziomie wyższym, trzeci - szkoleń kadr samorządów oraz organizacji pozarządowych z zakresu problematyki niepełnosprawności. Na potrzeby niniejszej broszury pokrótce opisany zostanie pierwszy moduł.

Warto wiedzieć, że nie każdy PCPR/MCPR realizuje program „Aktywny Samorząd” w takim samym zakresie (nie w każdym powiecie można uzyskać dofinansowanie na każde opisane niżej działanie). Zakres realizacji programu zależy od rozpatrzenia wniosku i/lub uzyskania środków z PFRON na ten cel.



**MODUŁ I - likwidacja barier utrudniających aktywizację społeczną i zawodową** – składa się z następujących obszarów:

**Obszar A – likwidacja bariery transportowej poprzez:**

- ◆ pomoc w zakupie i montażu oprzyrządowania do posiadanego samochodu\*,
- ◆ pomoc w uzyskaniu prawa jazdy kategorii B.

**Obszar B – likwidacja barier w dostępie do uczestniczenia w społeczeństwie informacyjnym:**

- ◆ pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania,
- ◆ dofinansowanie szkoleń w zakresie obsługi nabytego w ramach programu sprzętu elektronicznego i oprogramowania.

**Obszar C – likwidacja barier w poruszaniu się poprzez:**

- ◆ pomoc w zakupie wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym,
- ◆ pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanego wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym,
- ◆ pomoc w zakupie protezy kończyny, w której zastosowano nowoczesne rozwiązania techniczne, w tym refundacja kosztów dojazdu adresata programu na spotkanie z ekspertem PFRON lub kosztów dojazdu eksperta PFRON na spotkanie z adresatem programu,
- ◆ pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanej protezy kończyny, w tym refundacja kosztów

dojazdu adresata programu na spotkanie z ekspertem PFRON lub kosztów dojazdu eksperta PFRON na spotkanie z adresatem programu.

**Obszar D – pomoc w utrzymaniu aktywności zawodowej poprzez zapewnienie opieki dla osoby zależnej** (opłata za pobyt dziecka w żłobku lub przedszkolu albo inny koszt zapewnienia opieki nad dzieckiem).

**MODUŁ II - pomoc w uzyskaniu wykształcenia na poziomie wyższym, w szczególności:**

- ◆ opłata za naukę (czesne),
- ◆ dodatek na pokrycie kosztów kształcenia (nie podlega rozliczeniu),
- ◆ dodatek na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego - w przypadku osób, które mają wszczęty przewód doktorski, a nie są uczestnikami studiów doktoranckich.

**Warunki uczestnictwa osoby niepełnosprawnej w programie:**

**AD MODUŁ I**

**Obszar A:**

- ◆ znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności,
- ◆ wiek aktywności zawodowej lub zatrudnienie,
- ◆ dysfunkcja narządu ruchu.

**Obszar B:**

- ◆ znaczny stopień niepełnosprawności lub orzeczenie o niepełnosprawności,
- ◆ wiek do lat 18 lub wiek aktywności zawodowej, lub zatrudnienie,
- ◆ dysfunkcja obu kończyn górnych lub narządu wzroku.

**Obszar C:**

*w przypadku zakupu wózka o napędzie elektrycznym:*

- ◆ znaczny stopień niepełnosprawności lub orzeczenie o niepełnosprawności,
- ◆ wiek do lat 18 lub wiek aktywności zawodowej lub zatrudnienie,
- ◆ dysfunkcje uniemożliwiające samodzielne poruszanie się za pomocą wózka inwalidzkiego o napędzie ręcznym.

*w przypadku utrzymania sprawności posiadanego wózka elektrycznego:*

- ◆ znaczny stopień niepełnosprawności lub orzeczenie o niepełnosprawności.

*w przypadku zakupu i utrzymania sprawności technicznej protezy:*

- ◆ stopień niepełnosprawności,
- ◆ wiek aktywności zawodowej lub zatrudnienie,
- ◆ potwierdzona opinią eksperta PFRON stabilność procesu chorobowego,
- ◆ potwierdzone opinią eksperta PFRON rokowania uzyskania zdolności do pracy w wyniku wsparcia udzielonego w programie.

**Obszar D:**

- ◆ znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności,
- ◆ aktywność zawodowa,
- ◆ pełnienie roli opiekuna prawnego dziecka.

**AD MODUŁ II:**

- ◆ znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności,
- ◆ nauka w szkole wyższej lub szkole policealnej lub kolegium lub przewód doktorski otwarty poza studiami doktoranckimi.

Refundacja może dotyczyć kosztów poniesionych w okresie do 6-ciu miesięcy przed złożeniem wniosku. W celu uzyskania informacji nt możliwości i wysokości dofinansowania oraz potrzebnych do złożenia dokumentów prosimy o kontakt z właściwy dla miejsca zamieszkania PCPR/MOPR. W Warszawie Program realizuje Stołeczne Centrum Osób Niepełnosprawnych, mieszczące się przy ul. Gen. Andersa 5, tel. Druki wniosków są dostępne do pobrania na stronie SCOP w zakładce dokumenty do pobrania, zakładka - Dofinansowanie w ramach programu „Aktywny samorząd”.

*\*Płatne usługi w zakresie przystosowania samochodów do indywidualnych potrzeb osób niepełnosprawnych świadczy Centrum Badawczo - Rozwojowe Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych ul. Borowskiego 2, tel. 22 818 24 42*

## 4.2. TRANSPORT W WARSZAWIE

### 4.2.1. Ulgi w komunikacji miejskiej

*Podstawa prawna: Uchwała Rady Miasta Stołecznego Warszawy Nr XXXVII/489/2001 z dnia 2 lipca 2001 w sprawie ulg za przewozy środkami gminnego transportu zbiorowego w Warszawie (Dz. Urzędowy Woj. Mazowieckiego z 2001 r. Nr 166 poz. 2546).*

Renciści i emeryci do 70 roku życia mają prawo do 50% ulgi w opłatach na podstawie imiennej legitymacji emeryta-rencisty lub, w przypadku jej braku, na podstawie odcinka emerytury lub renty, bądź wyciągu bankowego potwierdzającego pobieranie emerytury lub renty.

Osoby, które ukończyły 70 lat oraz renciści ze znacznym stopniem niepełnosprawności, całkowicie niezdolne do pracy i samodzielnej egzystencji (inwalidzi I grupy) oraz wskazany przez nie opiekun mają prawo do bezpłatnych przejazdów.

Pasażer powinien zasygnalizować prowadzącemu potrzebę skorzystania z platformy. Służą do tego przyciski znajdujące się na zewnątrz na lub przy drzwiach oraz wewnątrz przy miejscu wyznaczonym do przejazdu osoby na wózku inwalidzkim. Przyciski oraz miejsce są oznaczone piktogramem wózka inwalidzkiego.

Kierowca autobusu, mając do czynienia z osobą niepełnosprawną, powinien:

- ♦ zatrzymać autobus jak najbliżej krawężnika, wysunąć lub rozłożyć specjalną platformę umożliwiającą wjazd osobie na wózku do autobusu,

- ◆ opuścić autobus (wiele autobusów może być hydraulicznie opuszczanych),
- ◆ zwrócić uwagę na to, czy zatrzymując autobus na przystanku, na którym osoba niepełnosprawna zamierza wysiąść, na wysokości drzwi na chodniku nie występują jakieś przeszkody utrudniające wysiadanie,
- ◆ za każdym razem, gdy podróżuje z osobą niepełnosprawną, powinien ją zapytać, na którym przystanku chce wysiadać i zwracać na nią szczególną uwagę podczas jazdy,
- ◆ kiedy istnieje taka potrzeba, wyjść z szoferki i pomóc danej osobie wejść do autobusu a także wydostać się z niego, niezależnie czy dotyczy to pasażerów poruszających się na wózkach, osób niewidomych, poruszających się o kulach czy mających ograniczoną sprawność ruchową.

Jeżeli zachowanie kierowcy jest niezgodne z powyższą instrukcją i czujemy się poszkodowani możemy zgłosić swoje uwagi do Zarządu Transportu Miejskiego w Warszawie ul. Senatorska 37, 00-099 Warszawa.

Autobusy niskopodłogowe są oznaczone w rozkładach jazdy literą "n".

Informacje dot. komunikacji miejskiej można uzyskać pod numerem telefonu 19115, tam także można zgłaszać swoje uwagi dotyczące transportu miejskiego.

## 4.2.2. Transport Osób Niepełnosprawnych

W granicach m. st. Warszawy usługi dla osób niepełnosprawnych przez 7 dni w tygodniu (poniedziałek - piątek w godz. 6:00-22:00, w soboty i niedziele w godz. 8:00-20:00) świadczy firma Usługi Transportowe Marek Włastowski. Przejazdy należy zamawiać telefonicznie od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-16:00, przynajmniej z 7 dniowym wyprzedzeniem pod numerami 22 298 59 00, 720 915 300. Cena jednego kursu na odległość do 30 km to 15,00 zł.

## 4.2.3. System parkowania w Warszawie

*Podstawa prawna: Uchwała Nr XX/349/2003 Rady Miasta Stołecznego Warszawy z dn. 25 listopada 2003 r. w sprawie ustalenia stref płatnego parkowania (Dz. Urzędowy Woj. Mazowieckiego z 2003r. Nr 298, poz. 7866).*

W centrum Warszawy, na obszarze objętym niestrzeżonym, płatnym parkowaniem, z opłat zwolnione są osoby niepełnosprawne:

- ◆ posiadające **kartę parkingową – ale tylko jeśli parkują na miejscach wyznaczonych dla osób niepełnosprawnych,**
- ◆ posiadające **Kartę N+** (mogą parkować na dowolnych miejscach w systemie płatnego parkowania).

### 4.2.3.1. Karta parkingowa

*Podstawa prawna: Dz. U. z 23 października 2013r, poz.1446.*

Od dnia 1 lipca 2014r. obowiązują nowe zasady przyznawania kart parkingowych.

Kartę parkingową może otrzymać osoba:

- ◆ zaliczona do znacznego stopnia niepełnosprawności, mająca znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się;
- ◆ zaliczona do umiarkowanego stopnia niepełnosprawności, mająca znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się oraz przyczynę niepełnosprawności oznaczoną symbolem 04-O (choroby narządu wzroku), 05-R (upośledzenie narządu ruchu) lub 10-N (choroba neurologiczna);
- ◆ niepełnosprawna, która nie ukończyła 16 roku życia (na podstawie wydanego od dnia 1 lipca 2014 r. orzeczenia o niepełnosprawności) mająca znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się.

Orzeczenie musi zostać wydane przez Miejski Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności.

Kartę wydaje starosta. Z orzeczeniem o niepełnosprawności, zdjęciem i dowodem wpłaty (21 zł) należy udać się do Starostwa Powiatowego. Mieszkańcy Warszawy dokumenty te składają w Stołecznym Centrum Osób Niepełnosprawnych przy ul. Andersa 5 w Warszawie.

Karta parkingowa powinna być umieszczona za przednią szybą pojazdu samochodowego w sposób umożliwiający odczytanie jej numeru i daty ważności.

Osoby spełniające powyższe warunki i posiadające już kartę parkingową powinny zgłosić się do Miejskiego Zespołu do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności



(w Warszawie mieszczącego się przy ul. Andersa 5), aby uruchomić procedurę wymiany dokumentów.

Karta parkingowa jest wystawiana na osobę niepełnosprawną.

Posiadacz karty parkingowej (a także osoba przewożąca posiadacza karty) może nie stosować się do następujących znaków pod warunkiem zachowania szczególnej ostrożności:

- ◆ „zakaz ruchu w obu kierunkach” (B-1),
- ◆ „zakaz wjazdu pojazdów silnikowych, z wyjątkiem motocykli jednośladowych” (B-3),
- ◆ „zakaz wjazdu autobusów” (B-3a),
- ◆ „zakaz wjazdu motocykli” (B-4),
- ◆ „zakaz wjazdu motorowerów” (B-10),
- ◆ „zakaz postoju” (B-35),
- ◆ „zakaz postoju w dni nieparzyste” (B-37),
- ◆ „zakaz postoju w dni parzyste” (B-38),
- ◆ „strefa ograniczonego postoju” (B-39).

Kartę parkingową wykładamy w przedniej części samochodu, stroną z numerem oraz datą ważności (a nie stroną ze zdjęciem).

Obowiązuje na terenie naszego kraju, oraz w krajach Unii Europejskiej. Kierowca pojazdu oznakowanego tą kartą może parkować pojazd na miejscach parkingowych oznakowanych znakiem drogowym: na niebieskim tle wózek inwalidzki i tzw. koperta. Dodatkowo w Warszawie parkowanie na miejscach oznakowanych w wyżej wspomniany sposób jest bezpłatne.

### 4.2.3.2. Karta N+

Karta N+ wydawana jest:

- ◆ osobom niepełnosprawnym o znacznym stopniu niepełnosprawności,
- ◆ osobom, których niepełnosprawność spowodowana jest upośledzeniem narządu ruchu, powodującym trudności w poruszaniu, potwierdzonym w orzeczeniu o niepełnosprawności,
- ◆ rodzicom i opiekunom prawnym osób niepełnosprawnych wymienionych powyżej.

Osoba, której ma być wydana karta, musi być **właścicielem lub współwłaścicielem samochodu**. Karta przysługuje na jeden konkretny pojazd (jego dane wpisane są w karcie N+).

Do wydania karty N+ niezbędne jest **okazanie karty parkingowej**.

Kartę parkingową N + można wyrobić w następujących miejscach:

- ◆ Urząd Dzielnicy Śródmieście, ul. Nowogrodzka 43, tel. 22 699 83 80,
- ◆ Zarząd Dróg Miejskich w Warszawie, ul. Chmielna 120, tel. 22 558 92 83.

Przy składaniu wniosku o wydanie Karty N+ należy przedstawić do wglądu:

1. dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość składającego wniosek,
2. prawo jazdy,
3. jeden z poniższych dokumentów potwierdzających niepełnosprawność:

- orzeczenie komisji lekarskiej zespołu orzekającego o niepełnosprawności lub lekarza orzecznika ZUS zakwalifikowania do znacznego stopnia niepełnosprawności/niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji,
  - przy innym niż znacznym stopniu niepełnosprawności wymagane jest dodatkowo zaświadczenie od lekarza specjalisty potwierdzające istotne trudności w poruszaniu się,
4. kartę parkingową,
  5. dowód rejestracyjny pojazdu, na który wystawiona będzie Karta N+,
  6. akt ślubu gdy współwłaścicielem samochodu jest małżonek (np. mąż będzie kierowcą niepełnosprawnej żony).

Karta N+ w przypadku zatrzymania pojazdu poza miejscem uprzywilejowanym, zwalnia użytkownika pojazdu z opłat, dając możliwość zatrzymania się w dowolnym miejscu strefy płatnego parkowania w Warszawie.

Jeśli osoba niepełnosprawna posiada kartę parkingową, ale nie posiada karty N+ i parkuje na miejscu nie przeznaczonym dla niepełnosprawnych, musi ponieść opłatę.

### **4.3. POZOSTAŁE UPRAWNIENIA I ULGI**

Osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności mają prawo być obsługiwane poza kolejnością w instytucjach i urzędach publicznych oraz w sklepach.

### 4.3.1. Ulgi w PKS i PKP

*Podstawa prawna: Dz. U. z 2002 r., Nr 175, poz. 1440 z późn. zm., Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15 listopada 2007 r. w sprawie turnusów rehabilitacyjnych.*

**Osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności** (lub z orzeczeniem równoważnym) mają prawo do:

- ◆ 49% ulgi w pociągach osobowych i autobusach PKS komunikacji zwykłej na podstawie biletów jednorazowych,
- ◆ 37% ulgi w pozostałych pociągach PKP i autobusach PKS, również na podstawie biletów jednorazowych.

**Opiekun osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności ma prawo do:**

- ◆ 95% ulgi w pociągach PKP i autobusach PKS. Opiekun musi być pełnoletni.

**Emeryci i renciści mają prawo do dwóch jednorazowych przejazdów** w ciągu roku kalendarzowego z ulgą 37% w 2 klasie pociągów osobowych, pospiesznych i ekspresowych.

### 4.3.2. Ulgi telekomunikacyjne

*Podstawa prawna: Dz. U. z 2000 r., Nr 73, poz. 852.*

Operatorzy świadczący usługi telekomunikacyjne o charakterze powszechnym mają obowiązek zapewnienia osobom niepełnosprawnym dostępu do świadczonych przez siebie usług poprzez: zakładanie aparatów publicznych przystosowanych do używania przez osoby

niepełnosprawne oraz oferowanie osobom niepełnosprawnym aparatów telefonicznych przystosowanych do używania przez te osoby, a także ulg w opłatach. Firmy telekomunikacyjne mogą podejmować decyzje dotyczące udzielenia rabatów osobom niepełnosprawnym w drodze wewnętrznych uchwał.

**Telekomunikacja Polska S.A. udziela w abonamencie telefonicznym rabat** w wysokości 50% opłaty podstawowej planu TP standardowego, planu sekundowego TP lub planu socjalnego, wynikającej z obowiązującego Cennika Krajowych Usług Telekomunikacyjnych. Uprawnione do rabatów grupy osób niepełnosprawnych to osoby:

- ◆ z chorobą narządu wzroku posiadające orzeczenie znacznego stopnia niepełnosprawności z symbolem niepełnosprawności 04-O,
- ◆ z zaburzeniami głosu, mowy i słuchu z orzeczeniem znacznego stopnia niepełnosprawności z symbolem niepełnosprawności 03-L.

### 4.3.3. Abonament za radio i telewizję

*Podstawa prawna: Dz. U. z 1996 r., Nr 82, poz. 383 z późn. zm.*

Abonamentu nie płacą osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności (na podstawie orzeczenia równoważnego lub legitymacji wydanej przez Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności). Aby uzyskać zwolnienie należy przedstawić wymagane dokumenty w urzędzie pocztowym w miejscu stałego pobytu.

Jednak jeśli osoby te mieszkają we wspólnym gospodarstwie domowym z co najmniej dwiema osobami, które ukończyły 26 rok życia, wtedy nie przysługuje im zwolnienie z abonamentu.

#### **4.3.4. Ulgowe bilety do muzeów**

*Podstawa prawna: Dz. U. z 1997r., Nr 130, poz. 854.*

Od 8 listopada 1997r. wprowadzenie ulg dla osób niepełnosprawnych jest obowiązkiem muzeów państwowych. Ulgowe bilety do muzeów państwowych mogą kupować osoby niepełnosprawne i ich opiekunowie oraz renciści, emeryci, osoby powyżej 65 roku życia, nauczyciele, studenci, uczniowie.

#### **4.3.5. Ulgi pocztowe**

*Podstawa prawna: Dz. U. z 2003 r., Nr 130, poz. 1188 z późn. zm.*

Osobie korzystającej z wózka inwalidzkiego lub osobie z I grupą inwalidzką przysługuje bezpłatna usługa doręczenia listów, paczek i przekazów bezpośrednio do domu. Listonosz powinien przyjąć zwykły opłacony list i wrzucić go do skrzynki.

Zapotrzebowanie na tę usługę zgłasza się w urzędzie pocztowym właściwym dla miejsca zamieszkania lub u listonosza obsługującego nasz rejon.

### 4.3.6. Zwolnienie od podatków lokalnych

*Podstawa prawna: Ustawa z dnia 12 stycznia 1991 roku o podatkach lokalnych (Dz. U. z 2002 r., Nr 9, poz. 84 z późn. zm.).*

Osoby niepełnosprawne są zwolnione z płacenia podatku od posiadania psów (będących pomocą dla tych osób) na podstawie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności (lub orzeczenia równoważnego).

### 4.3.7. Ulgi podatkowe

*Podstawa prawna: Ustawa z dnia 26 lipca 1991 roku o podatku dochodowym od osób fizycznych (tekst jednolity Dz. U. z 2000 r. Nr 14, poz. 176 z późn. zm. w art. 21 ust. 1).*

Osobom niepełnosprawnym przysługują dodatkowe ulgi podatkowe, m.in. ulga rehabilitacyjna.

Szczegółowe informacje na temat aktualnych ulg podatkowych można uzyskać w Urzędach Skarbowych oraz w internecie (m.in. na takich stronach jak: [www.pomocspoleczna.ngo.pl](http://www.pomocspoleczna.ngo.pl), [www.niepelnosprawni.pl](http://www.niepelnosprawni.pl), [www.scon.waw.pl](http://www.scon.waw.pl), [www.mpips.gov.pl](http://www.mpips.gov.pl) czy [www.ptsr.waw.pl](http://www.ptsr.waw.pl)).



# ROZDZIAŁ V

## MY I ZAKUPY, PRAWA KONSUMENTÓW

*Podstawa prawna: Ustawa z dnia 2 marca 2000 roku o o ochronie niektórych praw konsumentów oraz o odpowiedzialności za szkodę wyrządzoną przez produkt niebezpieczny (Dz. U. z 2012r., poz. 1225).*

### 5.1. ZAKUPY NA POKAZACH

Często jesteśmy zapraszani telefonicznie lub listownie na pokazy towarów połączone z ich sprzedażą. Odbywają się one w hotelach, restauracjach, sanatoriach lub podczas wycieczek. Już po dokonaniu zakupu okazuje się, że:

- ◆ cena jest stanowczo za wysoka,
- ◆ produkt nie jest nam potrzebny,
- ◆ produkt nie posiada obiecanych właściwości,
- ◆ decyzja o zakupie była pochopna.

Co zrobić aby wycofać się z dokonanego zakupu?



**Jeśli zawarłeś umowę i nie minęło 10 dni od zakupu można ją rozwiązać.** Trzeba jednak spełnić wszystkie trzy niżej wymienione warunki:

1. Złóż sprzedawcy pismo, w którym odstępujesz od umowy - musisz to zrobić najpóźniej 10 dnia od daty zawarcia umowy.
2. Poinformuj kredytodawcę, iż zrezygnowałeś z zakupu. Odstąpienie od umowy oznacza także rozwiązanie umowy kredytowej.
3. Zwróć kupiony towar - masz na to 14 dni od wystawienia oświadczenia o odstąpieniu od umowy. Należy zwrócić wszystko, także prezenty.

**Uwaga!!! Już sam zakup towaru traktowany jest jako umowa.**

**WAŻNE!!! Do odstąpienia od umowy nie wystarczy:**

- ◆ telefoniczne zawiadomienie sprzedawcy o rezygnacji,
- ◆ odstąpienie jedynie od umowy kredytowej bez poinformowania na piśmie sprzedawcy,
- ◆ samo zwrócenie towaru.

Od umowy możesz odstąpić nawet wtedy, gdy oryginalne opakowanie zostało zniszczone, sprawdziłeś działanie, usunięte zostały zabezpieczenia produktu (plomb). Jeśli upłynęło więcej niż 10 dni od zakupu, to rozwiązanie umowy możliwe jest tylko wyjątkowo.

## **Wzór oświadczenia o odstąpieniu od umowy sprzedaży lub świadczenia usług zawartej na pokazie lub w domu klienta:**

imię i nazwisko  
adres konsumenta

miejsceowość, dnia

nazwa i adres przedsiębiorcy

Oświadczam, że zgodnie z art. 2 ust. 1 ustawy z dnia 2 marca 2000 r. o ochronie niektórych praw konsumentów oraz o odpowiedzialności za szkodę wyrządzoną przez produkt niebezpieczny (t.j. Dz. U. z 2012 r., nr 0, poz. 1225) odstępuję od umowy ..... nr ..... zawartej dnia ..... w .....

*jeżeli zapłaciłeś za towar lub wpłaciłeś zaliczkę:*

Proszę o zwrot kwoty .... zł (słownie ..... złotych) przekazem pocztowym na adres .... /przelewem na rachunek bankowy nr .....

własnoręczny podpis

## **Jeśli planujesz zakup na raty, to zanim podpiszesz umowę o kredyt:**

- ◆ Zastanów się, czy na pewno musisz i chcesz korzystać z kredytu.

- ◆ Nie podpisuj umowy kredytowej od razu.
- ◆ Przeczytaj uważnie warunki umowy.
- ◆ Patrz nie tylko na wysokość miesięcznej raty ale i na całkowity koszt.
- ◆ Zanim podpiszesz, sprawdź i zażądaj kopii każdego podpisanego przez siebie dokumentu.
- ◆ Pamiętaj, że od umowy kredytu możesz odstąpić bez podania przyczyny w terminie do 14 dni od jej zawarcia.
- ◆ Tak jak wspomnieliśmy wyżej, sama rezygnacja z kredytu nie jest równoznaczna z rozwiązaniem umowy sprzedaży.

### **Wzór oświadczenia o odstąpieniu od umowy o kredyt konsumencki:**

	miejsowość, dnia
imię i nazwisko	
adres konsumenta	
	nazwa i adres kredytodawcy/ pożyczkodawcy

Oświadczam, że odstępuję od umowy kredytu/pożyczki numer ..... zawartej w dniu ..... Umowa została zawarta na zakup .....od firmy.....

własnoręczny podpis

## 5.2. WIZYTA AKWIZYTORA

Zdarza się, że do naszych drzwi pukają akwizytorzy proponując usługi lub w skrzynce na listy znajdujemy informacje treści typu:

- ◆ działamy na zlecenie administracji, w przyszłym tygodniu wymieniamy drzwi,
- ◆ wymieniamy okna,
- ◆ zakładamy filtry do wody,
- ◆ zakładamy detektory gazu - chcielibyśmy ustalić, w którym miejscu je założymy,
- ◆ Zakład Usług Gazowych przeprowadza zapisy na wymianę piecyków gazowych i kuchni gazowych,
- ◆ proponujemy zmianę sprzedawcy energii elektrycznej,
- ◆ proponujemy innego operatora telekomunikacji.

Może Ci się wydawać, że o swoich działaniach informuje Cię administracja budynku albo gazownia. **Na ogół tak nie jest.**

Zanim zdecydujesz się na skorzystanie z proponowanej usługi, pamiętaj, że:

- ◆ Administracja na ogół nie wymienia okien, drzwi. Zanim cokolwiek podpiszesz albo zgodzisz się na rozpoczęcie prac, zadzwoń do administracji i dowiedz się, czy to prawda.
- ◆ Przedsiębiorstwo zajmujące się dostarczaniem gazu nie wymienia urządzeń u klientów. Jeżeli ktoś sugeruje, że tak jest, poproś o okazanie legitymacji lub upoważnienia.
- ◆ Możesz nie być zainteresowany ofertą – nie musisz

się usprawiedliwiać.

- ◆ Masz prawo nie wpuścić przedstawiciela firmy do mieszkania.

**Zanim zdecydujesz się skorzystać z zaproponowanej Ci oferty** dokładnie przeanalizuj wszystkie jej warunki i zastanów się, czy zmiana rzeczywiście będzie dla Ciebie korzystna. Jeśli nie jesteś pewien, masz wątpliwości – nie podpisuj.

**Jeżeli jesteś zainteresowany ofertą** to zapoznaj się z nią, ale nie podpisuj umowy pochopnie - daj sobie czas na przemyślenie. Oferta, która „sama przychodzi” do klienta może być niekorzystna. Poproś przedstawiciela firmy, aby zostawił Ci warunki umowy i wrócił za kilka dni. W tym czasie porównaj warunki oferty z innymi dostępnymi na rynku i dowiedz się jak najwięcej o właściwościach proponowanych Ci towarów lub usług. Ustal, jaką firmę reprezentuje przedstawiciel handlowy - ważne, aby podał Ci nazwę i adres, a najlepiej także numer REGON i NIP. Sprawdź tożsamość przedstawiciela (masz prawo prosić o okazanie identyfikatora lub pisemnego upoważnienia).

**Zanim podpiszesz, przeczytaj uważnie całą umowę.** Twój podpis będzie oznaczał, że zapoznałeś się i rozumiesz jej warunki. Nie podpisuj umowy, która jest dla Ciebie niezrozumiała lub zbyt skomplikowana. Masz prawo nie rozumieć warunków umowy. Zaznacz niejasne postanowienia, a potem skontaktuj się z przedsiębiorcą i poproś o wyjaśnienie wątpliwości.

Rozmawiając z przedstawicielem firmy, stosuj zasadę ograniczonego zaufania.

Pamiętaj, że wiążące są postanowienia umowy na piśmie, nie zaś ustne zapewnienia pracownika firmy. Poproś więc, aby wskazał Ci te fragmenty umowy, które potwierdzają jego zapewnienia.

Jeśli akwizytor proponuje Ci umowę z dodatkowymi usługami za które będziesz musiał zapłacić zapytaj, czy możesz podpisać umowę bez nich.

Jeśli dodatkowe usługi są konieczne zastanów się, czy oferta jest korzystna. Zwróć uwagę na warunki wypowiedzenia umowy. W przypadku umów o świadczenie usługi pamiętaj, że zgadzając się na rozpoczęcie świadczenia usługi przed upływem 10 dni od dnia zawarcia umowy pozbawiasz się prawa do odstąpienia od umowy. Nie musisz się na to zgodzić.

### **Zawarłeś umowę, ale chcesz się z niej wycofać...**

Jeśli od zawarcia umowy nie minęło 10 dni zawsze ją rozwiążesz stosunkowo łatwo - bez względu na powód tej decyzji. Wystarczy złożyć sprzedawcy pismo, w którym odstępujesz od umowy. Pismo możesz dostarczyć osobiście (na kopii pracownik firmy musi potwierdzić fakt otrzymania pisma) lub listem poleconym (najlepiej za zwrotnym potwierdzeniem odbioru).

Jeśli od zawarcia umowy minęło więcej niż 10 dni, rozwiązanie jej będzie możliwe tylko wyjątkowo.

Do odstąpienia od umowy nie wystarczy telefoniczne zawiadomienie przedsiębiorcy o rezygnacji. Od umowy nie możesz odstąpić, jeśli przedsiębiorca za Twoją zgodą rozpoczął już świadczenie usługi.

### 5.3. UMOWY PRZEZ TELEFON

Większość umów nie wymaga dla swojej ważności żadnej szczególnej formy. Coraz częściej konsumenci są kuszeni nowymi ofertami przez telefon.

**Podczas rozmowy telefonicznej może dojść do zawarcia lub zmiany umowy.** Taka forma jest łatwa i szybka. Niestety, w praktyce rodzi sporo nieporozumień. Przez telefon można otrzymać ofertę zakupu towarów (może to być także prenumerata czasopisma). Najczęściej jednak oferta dotyczy zawarcia lub zmiany umowy o świadczenie usług telekomunikacyjnych.

#### **Kiedy umowa przez telefon jest zawarta?**

Jeśli konsultant przedstawił istotne warunki umowy i uzyskał potwierdzenie, że warunki te akceptujesz – **zawarłeś umowę**.

Natomiast do zawarcia umowy przez telefon **nie dojdzie**, jeśli poinformowałeś, że oczekujesz przesłania warunków umowy na piśmie i wyraźnie zastrzegłeś, że decyzję podejmiesz później.

#### **Kilka zasad dotyczących usług telekomunikacyjnych:**

- ◆ Zawierając przez telefon nową umowę o świadczenie usług telekomunikacyjnych pamiętaj, że zgadzając się na rozpoczęcie świadczenia usługi przed upływem 10 dni od dnia zawarcia umowy pozbawiasz się prawa do odstąpienia od niej. Nie musisz się na to godzić – czasem lepiej poczekać 10 dni na uruchomienie usługi, zachowując dzięki temu prawo do namysłu i zmiany zdania.

- ◆ Jeżeli otrzymałeś przez telefon propozycję zmiany istniejącej już umowy pamiętaj, że nie wszystkie postanowienia można zmienić przez telefon. Zmiany mogą dotyczyć: rodzaju i zakresu świadczonych usług, pakietu taryfowego, okresu ważności umowy (np. przedłużenia jej obowiązywania). Telefonicznie nie można natomiast zmienić rozliczeniowego, trybu i warunków dokonywania zmian umowy oraz warunków jej przedłużenia i rozwiązania.
- ◆ Każda rozmowa dotycząca zmiany warunków umowy jest nagrywana i przedsiębiorca telekomunikacyjny powinien przechowywać jej zapis do końca obowiązywania umowy na zmienionych warunkach i udostępniać jego treść abonentowi na jego żądanie, zgłoszone w szczególności w trakcie postępowania reklamacyjnego.
- ◆ Operator ma obowiązek przesłać potwierdzenie zmiany warunków umowy nie później niż w ciągu miesiąca od dnia zlecenia zmiany (czyli od daty rozmowy telefonicznej). Dokument ten dla swojej ważności nie wymaga już złożenia podpisu i odesłania do operatora. Ma on tylko potwierdzić nowe warunki umowy.



## Wzór oświadczenia o odstąpieniu od umowy zawartej przez telefon

imię i nazwisko  
adres konsumenta

miejsceowość, dnia

nazwa i adres przedsiębiorcy

Oświadczam, że zgodnie z art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 2 marca 2000 r. o ochronie niektórych praw konsumentów oraz o odpowiedzialności za szkodę wyrządzoną przez produkt niebezpieczny (t.j. Dz. U. z 2012 r., nr 0, poz. 1225) odstępuję od umowy ..... zawartej dnia..... w..... przez telefon.

własnoręczny podpis

### 5.4. ZAKUPY PRZEZ INTERNET

Uwagi dotyczące wymienionych w punktach 5.1, 5.2. i 5.3. sposobów kupowania i zamawiania usług, dotyczą także zakupów i usług zamawianych przez internet (przemyślana decyzja, przestrzeganie terminu odstąpienia od umowy), przy czym:

- ◆ W przypadku wizyty kuriera należy dokładnie zapoznać się z treścią proponowanej umowy, w tym również załączników (tj. regulaminów oraz cenników).

Złożenie na umowie podpisu oznacza akceptację postanowień umowy, regulaminu i cennika.

- ◆ Zamówienie złożone poprzez sklep internetowy albo u konsultanta nie musi być równoznaczne z zawarciem umowy. W sytuacji złożenia zamówienia, konsument nie jest zobowiązany do podpisania dokumentów i odbioru sprzętu podczas wizyty kuriera i może zrezygnować z zawarcia umowy (zakupu).
- ◆ Jeżeli konsument potrzebuje więcej czasu na zapoznanie się z doręczonym przez kuriera projektem umowy, regulaminem i cennikiem powinien o tym poinformować kuriera/przedsiębiorcę. Niedopuszczalne jest wywieranie nacisku na konsumenta w celu jak najszybszego podpisania umowy, motywowanego pośpiechem związanym z koniecznością realizacji kolejnych zamówień.
- ◆ Odbierając od kuriera przesyłkę, jeszcze przed podpisaniem umowy należy dokładnie sprawdzić w obecności kuriera, czy otrzymany towar jest kompletny, czy nie jest uszkodzony oraz czy załączono całą wymaganą dokumentację (np. instrukcję obsługi w języku polskim). W przypadku jakichkolwiek braków lub uszkodzeń konsument może odmówić przyjęcia towaru oraz zrezygnować z zawarcia umowy.
- ◆ W przypadku dokonania transakcji na odległość, o ile strony nie umówią się inaczej, prawo odstąpienia od umowy nie przysługuje konsumentowi m.in. w wypadkach dotyczących nagrań audialnych i wizualnych oraz zapisanych na nośnikach programów komputerów po usunięciu przez konsumenta ich oryginalnego opakowania w sposób, który bę-

dzie uniemożliwił powrót tych towarów do obrotu, a także świadczeń o właściwościach określonych przez konsumenta w złożonym przez niego zamówieniu lub ściśle związanych z jego osobą.

- ◆ Zwracany towar musi być kompletny, a w przypadku wszelkich braków konsument musi liczyć się z wezwaniem przedsiębiorcy do ich uzupełnienia. W przypadku, gdy konsument uszkodzi zwracany towar, musi liczyć się z możliwością poniesienia odpowiedzialności odszkodowawczej względem przedsiębiorcy. Wysyłając towar należy – stosownie do jego właściwości – zapakować go w sposób zabezpieczający przed ewentualnymi uszkodzeniami w transporcie.

**Jeżeli chcesz dowiedzieć się więcej, jakie masz prawa, jako konsument przyjdź, zadzwoń, napisz!**

- △ **Miejski Rzecznik Konsumentów w Warszawie**  
*ul. Senatorska 27, 00-099 Warszawa*  
*tel. 22 44 33 444*  
*fax 22 44 33 470*  
*www.konsument.um.warszawa.pl*  
*konsument@um.warszawa.pl*  
*www.uokik.gov.pl*

Miejski Rzecznik Konsumentów bezpłatnie oceni Twoje racje, udzieli porady prawnej, wskaże możliwe rozwiązania.



## **ROZDZIAŁ VI**

# **KSIĄŻKA MÓWIONA**

Wielu spośród nas ma poważne problemy z czytaniem - spowodowane m.in. zaburzeniami wzroku czy niesprawnymi rękoma. W tej sytuacji znakomitym wyjściem jest „Książka Mówiona”.

Co prawda można zakupić lub ściągnąć z internetu audiobooki ale znacznie wygodniejszym wyjściem jest zapisanie się do Działu Zbiorów dla Niewidomych (DZdN). Tam oprócz publikacji drukowanych pismem Braille'a jest ogromny księgozbiór książek mówionych.

### **6.1. KTO MOŻE BYĆ CZYTELNIKIEM**

Jeśli jesteś osobą niepełnosprawną, nie mogącą czytać zwykłego druku i zamieszkujesz na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej, możesz zapisać się do Działu Zbiorów dla Niewidomych Głównej Biblioteki Pracy i Zabezpieczenia Społecznego i w pełni korzystać ze wszystkich zasobów.

Jeśli nie jesteś osobą niepełnosprawną i zamieszkujesz na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej, również możesz się zapisać do DZdN, jednak nie ze wszystkich zbiorów możesz korzystać. Dla Ciebie dostępne są wyłącznie

książki nagrane na płytach (CD-Audio i MP3) oraz płyty z nagraniami muzycznymi.

## 6.2. JAK SIĘ ZAPISAĆ

Koniecznienie przeczytaj Regulamin Wypożyczeń Działu Zbiorów dla Niewidomych Głównej Biblioteki Pracy i Zabezpieczenia Społecznego. Znajdziesz go na stronie internetowej [www.dzdn.pl](http://www.dzdn.pl) w zakładce Regulamin Wypożyczeń DZdN GBPiZS.

**Jeśli chcesz zapisać się osobiście**, weź ze sobą dowód osobisty oraz orzeczenie o stopniu niepełnosprawności lub orzeczenie równoważne. Na miejscu otrzymasz do wypełnienia Kartę Ewidencyjną Czytelnika wraz z formularzami oświadczeń. Jeśli w Karcie chcesz wskazać osobę upoważnioną do odbierania wypożyczanych na Twoje konto książek, to do zapisu niezbędna jest również podpisana zgoda na przetwarzanie danych osobowych osoby upoważnionej. W przypadku osoby nieletniej wymagana jest podpisana zgoda na przetwarzanie danych osobowych opiekuna osoby niepełnoletniej.

**Możesz również zapisać się za pośrednictwem poczty.** Należy wówczas przesłać wypełnioną Kartę Ewidencyjną Czytelnika, wypełnione oświadczenia, kopię orzeczenia o stopniu niepełnosprawności i kopię dowodu osobistego na adres:

*Dział Zbiorów dla Niewidomych GBPiZS  
ul. Konwiktorska 7, 00-216 Warszawa.*

Jeśli w Karcie Ewidencyjnej Czytelnika została wskazana osoba upoważniona, to należy dołączyć podpisaną zgodę na przetwarzanie danych osobowych tej osoby. W przypadku osoby nieletniej wymagane jest dołączenie podpisanej zgody na przetwarzanie danych osobowych jej opiekuna.

*\*Dokumenty, takie jak: Karta Ewidencyjna Czytelnika, oświadczenie Czytelnika, zgoda na przetwarzanie danych osobowych osoby upoważnionej, zgoda na przetwarzanie danych osobowych opiekuna osoby niepełnoletniej, znajdują się na stronie internetowej [www.dzdn.pl](http://www.dzdn.pl) w zakładce Regulamin Wypożyczeń DZdN GBPiZS na samym końcu strony.*

## **Czytelnicy niepełnosprawni, zapisani do Działu Zbiorów dla Niewidomych, mogą również korzystać z Wypożyczalni On-Line.**

Jeśli chcesz korzystać z tej formy udostępniania zbiorów zapisując się do Wypożyczalni On-line, należy najpierw wysłać potrzebne dokumenty, jak to zostało opisane wyżej, odczekać około 7 dni roboczych, a następnie zarejestrować się samodzielnie w Serwisie Wypożyczeń on-line na stronie internetowej: [wypozycz.dzdn.pl](http://wypozycz.dzdn.pl) w zakładce: aktywuj swoje konto. Aktywacja konta w Wypożyczalni On-Line może trwać maksymalnie 7 dni roboczych, zostanie ona potwierdzona drogą e-mailową.

### **Więcej informacji znajdziesz tu:**

- ◇ ***Dział Zbiorów dla Niewidomych GBPiZS***  
*ul. Konwiktorska 7,00-216 Warszawa*  
*tel. 22 831 22 71 wew. 298*  
*książki mówione tel. 22 831 22 71 wew. 242 lub 296*  
*[www.dzdn.pl](http://www.dzdn.pl), e-mail: [dw@dzdn.pl](mailto:dw@dzdn.pl)*

# ROZDZIAŁ VII

## WAŻNE TELEFONY I ADRESY



### 7.1. PORADNIE SPECJALISTYCZNE I NEUROLOGICZNE DLA OSÓB CHORYCH NA STWARDNIENIE ROZSIANE

- △ ***Szpital Bielański***  
*ul. Cegłowska 80*  
*tel. 22 569 02 39 (oddział neurologii),*  
*569 04 70 (rejestracja)*
  
- △ ***Instytut Psychiatrii i Neurologii***  
*ul. Sobieskiego 9*  
*tel. 22 458 28 26 (poradnia neurologiczna)*
  
- △ ***Wojskowy Instytut Medyczny***  
*ul. Szaserów 128*  
*tel. 261 818 409 (poradnia neurologiczna)*
  
- △ ***Samodzielny Publiczny Centralny Szpital Kliniczny***  
*ul. Banacha 1a, tel. 22 599 10 00*
  
- △ ***Wojewódzki Szpital Bródnowski***  
*ul. Kondratowicza 8, tel. 22 326 54 64*

- ⊞ ***Szpital im. prof. Orłowskiego***  
*ul. Czerniakowska 231, tel. 22 584 12 90*

## **7.2. INNE PRZYCHODNIE/PORADNIE O KTÓRYCH WARTO WIEDZIEĆ**

### **Poradnie leczenia bólu w Warszawie:**

- ⊞ *ul. Banacha 1a, tel. 22 599 23 48, 599 10 00 (informacja)*
- ⊞ *ul. Czerniakowska 231, tel. 22 584 12 06*
- ⊞ *ul. Dąbrowszczaków 5A, tel. 22 619 28 40*
- ⊞ *ul. Fieldorfa 40, tel. 22 430 87 00/02/03*
- ⊞ *ul. Grenadierów 51/59, tel. 22 871 11 03*
- ⊞ *ul. Kondratowicza 8, tel. 22 326 57 91*
- ⊞ *ul. Ostrołęcka 4, tel. 22 810 33 73*
- ⊞ *ul. Bohaterów Września 10, tel. 22 823 40 78*

### **Osoby mające problemy urologiczne**

- ⊞ *CONTI-MEDICA Klinika Urologiczno-Ginekologiczna*  
*ul. Goszczyńskiego 1*  
*tel. 22 54 20 960*
  
- ⊞ *Gabinet MOCONTI*  
*ul. Mokotowska 46A lok. 21*  
*tel. 22 622-23-35*
  
- ⊞ *Poradnia Urologiczna - Piastun*  
*ul. M. Reja 1*  
*tel. 22 723 11 47*



- ⊠ *Medikus Przychodnia Urologiczno-Ginekologiczna*  
*ul. Dembowskiego 2*  
*tel. 22 643 67 25*

### 7.3. OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ (OPS) W WARSZAWIE

**Ośrodek Pomocy Społecznej** (w miastach często też **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej** lub **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**) jest miejscem pierwszego kontaktu osób poszukujących pomocy społecznej. Zgodnie z prawem działa w każdej gminie. Ośrodki kierują osoby potrzebujące do Domów Pomocy Społecznej, kwalifikują do wypłaty zasiłku, świadczą wsparcie (pielęgnacyjne, opiekuńcze, specjalistyczne i inne). Przede wszystkim prowadzą szeroko zakrojoną pracę socjalną z ludźmi dotkniętymi patologią, marginalizacją, wykluczeniem lub niedostosowaniem społecznym.

<b>Dzielnica</b>	<b>Adres</b>	<b>Telefon</b>	<b>www</b>
Bemowo	Rozłogi 10 01-310 Warszawa	22 487 13 00	<a href="http://www.opsbemowo.waw.pl">www.opsbemowo.waw.pl</a>
Bielany	Przybyszewskiego 80/82 01-824 Warszawa	22 568 91 00	<a href="http://www.opsbielany.waw.pl">www.opsbielany.waw.pl</a>

Mokotów	Fałęcka 10 02-554 Warszawa	22 849 44 66	www.opsmo- kotow.pl
	Filia nr 1: Iwicka 19 02-753 Warszawa	22 841 83 61	
	Filia nr 2: Bałuckiego 5 02-557 Warszawa	22 844 74 43	
	Mini Filia w/w ul. Malczewskiego 52 Warszawa	22 646 90 23	
Ochota	Przemyska 11 02-361 Warszawa	22 822 29 62, 822 23 36	www.opso- chota.waw.pl
Praga Południe	Wiatraczna 11 04-366 Warszawa	22 277 33 16	www.ops-pra- gapoludnie.pl
	Filia nr 1: Wiatraczna 11 04-366 Warszawa	22 277 33 11	
	Filia nr 2: Walecznych 59 03-926 Warszawa	22 277 33 40	
Praga Północ	Szymanowskiego 6/61 03-477 Warszawa	22 511 24 00	www.opspraga- polnoc.waw.pl
	Filia nr 1 Groszkowskiego 5 03-475 Warszawa	22 518 59 00	
	Filia nr 2: B. Brechta 15/31 03-473 Warszawa	22 518 91 20	
Rembertów	Plutonowych 10 04-404 Warszawa	22 673 54 12	www.opsrem- bertow.waw.pl

Centrum Pomocy Społecznej Dzielnicy Śródmieście	Konwiktorska 3/5 00-217 Warszawa	22 628 07 12	www.opssrod- miescie.waw.pl
Targówek	Św. Wincentego 87 03-291 Warszawa	22 277 02 00	www. opstar- gowek.waw.pl
	Filia nr 1: Św. Wincentego 87 03-291 Warszawa (dla mieszk. Bródna)	22 277 02 00	
	Filia nr 2: Stojanowska12/14, 03-558 Warszawa (dla mieszk. Targówka i Zacisza)	22 679 51 57	
Ursus	Pl. Czerwca 1976r. 1 02-495 Warszawa	22 478 41 11	www.ops- -ursus.pl
Ursynów	Cybisa 7 02-784 Warszawa	22 544 12 00	www.ops-ur- synow.pl
Wawer	Korkowa 119/123 04-519 Warszawa	22 613 38 42/44	www.opswa- wer.waw.pl
Wesoła	1 Praskiego Pułku 21a 05-075 Warszawa Wesoła	22 773 44 12, 773 94 40	www.opswes- sola.waw.pl
Wilanów	ul. Przyczółkowa 27a 02-968 Warszawa	22 648 22 26	www.opswi- lanow.pl
Włochy	Czereśniowa 35 02-457 Warszawa	22 863 91 75	www.opswlo- chy.waw.pl
Wola	Gen. J. Bema 91 01-233 Warszawa	22 571 50 00	www.ops-wo- la.waw.pl
Żoliborz	Dembińskiego 3 01-644 Warszawa	22 569 28 00	www.ops-zoli- borz.waw.pl

## 7.4. INNE JEDNOSTKI POMOCY SPOŁECZNEJ

- Caritas Archidiecezji Warszawskiej**  
 ul. Krakowskie Przedmieście 62, 00-322 Warszawa  
 tel./fax 22 828 18 15  
 e-mail: warszawa@caritas.pl  
 www.warszawa.caritas.pl
  
- Centrum Charytatywne Res Sacra Miser**  
 Zespół Niepublicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej  
 Caritas A.W.  
 ul. Krakowskie Przedmieście 62, 00-322 Warszawa  
 tel. 22 826 56 04, 826 02 29  
 e-mail: znoz@caritas.pl  
 www.ressacramiser.caritas.pl
  
- Polski Czerwony Krzyż Zarząd Główny**  
 ul. Mokotowska 14, 00-950 Warszawa  
 tel. 22 326 12 86, 326 12 00  
 e-mail: info@pck.org.pl  
 www.pck.org.pl

## 7.5. POWIATOWE CENTRA POMOCY RODZINIE W WARSZAWIE I OKOLICACH

Powiat	Adres	Telefon
WCPR	ul. Lipińska 2 01-833 Warszawa	22 599 71 00
Legionowski	Sikorskiego 11 05-119 Legionowo	22 784 83 33

Otwocki	Karczewska 37 05-400 Otwock	22 719 48 10, 22 719 48 12
Piaseczyński	Chyliczkowska 14 05-500 Piaseczno	22 756 62 40
Pruszkowski	Drzymały 30 05-800 Pruszków	22 738 15 01
Wołomiński	Legionów 78 05-200 Wołomin	22 776 44 96

## 7.6. PRZYDATNE ADRESY I TELEFONY

- ⊠ **Asystent Osoby Niepełnosprawnej poza PTSR OW**  
 Centrum Usług Socjalnych i Szkolenia Kadr Pomocy Społecznej  
 „Ośrodek Nowolipie”  
 ul. Sokołowska 10  
 tel. 22 887 33 20  
 e-mail: [asystent@osrodeknowolipie.pl](mailto:asystent@osrodeknowolipie.pl)  
[www.asystent.warszawa.pl](http://www.asystent.warszawa.pl)
- ⊠ **Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego – Rada Główna**  
 ul Nowolipki 2a, 00-160 Warszawa  
 tel. 22 241 39 86  
 e-mail: [rg@ptsr.org.pl](mailto:rg@ptsr.org.pl)
- ⊠ **Centrum Informacyjne SM**  
 ul Nowolipki 2a, 00-160 Warszawa  
 e-mail: [cism@ptsr.org.pl](mailto:cism@ptsr.org.pl)  
 Infolinia o SM 801 313 333, 22 127 48 50

- ⊞ **Miasto Stołeczne Warszawa - serwis internetowy**  
*www.um.warszawa.pl*
  
- ⊞ **Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej – serwis internetowy**  
*www.mpips.gov.pl*
  
- ⊞ **Stołeczne Centrum Osób Niepełnosprawnych**  
*ul. Gen. Andersa 5, 00-147 Warszawa*  
*tel. 22 509 71 47*  
*www.scon.waw.pl, www.scon.wcpr.pl*
  
- ⊞ **Miejski Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności w Warszawie**  
*w ramach struktury SCON*  
*ul. Gen. Andersa 5, 00-147 Warszawa*  
*tel. 22 509 71 47*  
*www.wcpr.pl*
  
- ⊞ **Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych PFRON**  
*ul. Jana Pawła II 13, 00-828 Warszawa*  
*tel. 22 505 55 00*  
*infolinia 801 108 600, 22 50 55 670*  
*www.pfron.org.pl*
  
- ⊞ **Oddział Mazowiecki PFRON**  
*ul Grójecka 19/25, 02-021 Warszawa*  
*tel. 22 311 83 00, fax 822 32 77*  
*e-mail: warszawa@pfron.org.pl*

- ⊞ **Centrala NFZ**  
ul. Grójecka 186, 02-390 Warszawa  
tel. 22 572 60 00  
infolinia 800 392 976, 22 572 60 42  
[www.nfz.gov.pl](http://www.nfz.gov.pl)
  
- ⊞ **NFZ Mazowiecki Oddział Wojewódzki**  
ul. Chałubińskiego 8, 00-613 Warszawa  
tel. 22 572 60 00 (centrala), 582 80 07 (naczelnik)  
e-mail: [oddzial@nfz-warszawa.pl](mailto:oddzial@nfz-warszawa.pl)  
[www.nfz-warszawa.pl](http://www.nfz-warszawa.pl)
  
- ⊞ **Biuro Praw Pacjenta przy Ministrze Zdrowia**  
Bezpłatna infolinia: 800 190 590  
pn. - pt. w godz. 9.00 - 21.00
  
- ⊞ **Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych**  
ul. Nowogrodzka 11, 00-513 Warszawa  
tel. 22 529 06 00/01, [www.niepelnosprawni.gov.pl](http://www.niepelnosprawni.gov.pl)  
Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych  
przyjmuje interesantów w każdy drugi wtorek miesiąca  
w godzinach 14.00 - 16.00 Zapisy telefoniczne przyjmowane są pod numerami telefonów: 22 529 06 10/09/49
  
- ⊞ **Rzecznik Praw Obywatelskich**  
Aleja Solidarności 77, 00-090 Warszawa  
bezpłatna infolinia 800 676 676  
e-mail: [rzecznik@rpo.gov.pl](mailto:rzecznik@rpo.gov.pl)  
[www.rpo.gov.pl](http://www.rpo.gov.pl)

- ⊞ **Biuro Porad Obywatelskich**  
*ul. Gałczyńskiego 3, 00-362 Warszawa*  
*tel. 22 828 12 95*  
*e-mail: bpo@free.ngo.pl*  
*warszawa.bpo.engo.pl*
  
- ⊞ **Centrum Szpitalna**  
*ul. Szpitalna 5 lok. 5, 00-031 Warszawa*  
*tel. 22 828 91 28*  
*e-mail: klon@klon.org.pl*  
*www.klon.org.pl*
  
- ⊞ **Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji**  
*ul. Andersa 13, 00-162 Warszawa*  
*tel. 22 530 65 70*  
*e-mail: integracja@integracja.org*  
*www.integracja.org, www.niepelnosprawni.pl*
  
- ⊞ **Centrum Integracja Warszawa**  
*ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa*  
*tel. 22 831 85 82, fax wew. 13*  
*e-mail: warszawa@integracja.org*
  
- ⊞ **Centrum Wolontariatu w Warszawie**  
*ul. Nowolipki 9b, 00-151 Warszawa*  
*tel. 22 635 27 73*  
*www.wolontariat.org.pl*

**19115 całodobowy telefon Urzędu m.st. Warszawy.**



## Miejsca, w których osoby niepełnosprawne mogą szukać informacji na temat PRACA

- ⊞ **FUNDACJA AKTYWIZACJA**  
**Centrum Edukacji i Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych - Oddział Fundacji Aktywizacja w Warszawie**

*ul. Narbutta 49/51*

*02-529 Warszawa*

*tel. 22 565 48 79*

*fax 22 848 98 91*

*e-mail: warszawa@idn.org.pl*

- ⊞ **Centrum Edukacji i Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych - Oddział Fundacji Aktywizacja w Warszawie**

*ul. Chałubińskiego 9 lok. 9A*

*02-004 Warszawa*

*tel. 22 654 75 51*

*e-mail: chalubinskiego.waw@idn.org.pl*

- ⊞ **POPON**

*ul. Szpitalna 6/18-19*

*tel. 22 620 32 02*

*www.popon.pl, biuro@popon.pl*

- ⊞ **Urząd Pracy**

*ul. Ciołka 10a*

*22 836 31 97, 877 73 81*

*Infolinia 19524*

[www.up.warszawa.pl](http://www.up.warszawa.pl), [wawa1@praca.gov.pl](mailto:wawa1@praca.gov.pl)  
obsługuje osoby z dzielnic: Bemowo, Bielany, Mokotów,  
Ochota, Śródmieście, Ursus, Ursynów, Wilanów,  
Włochy, Wola, Żoliborz oraz osoby niepełnosprawne  
z wszystkich dzielnic

△ **Urząd Pracy m. st. Warszawy**

ul. Grochowska 171B, 04-111 Warszawa  
telefon-centrala: 22 391 13 00  
fax: 22 813-20-32

e-mail: [sekretariat.grochowska@up.warszawa.pl](mailto:sekretariat.grochowska@up.warszawa.pl)  
obsługuje osoby z dzielnic: Białołęka, Praga Płd., Pra-  
ga Płn., Rembertów, Targówek, Wawer oraz Wesoła

△ **Centrum Integracja w Warszawie**

ul. Dzielna 1  
00-162 Warszawa  
tel.: 22 831 85 82, 505 602 517, 505 603 016  
e-mail: [warszawa@integracja.org](mailto:warszawa@integracja.org)  
[www.niepelnosprawni.pl](http://www.niepelnosprawni.pl)

△ **Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych**

ul. Jana Pawła II 13  
0 800 533 335, 22 505 55 00  
[www.pfron.org.pl](http://www.pfron.org.pl),  
[rzecznik@pfron.org.pl](mailto:rzecznik@pfron.org.pl) [interwencje@pfron.org.pl](mailto:interwencje@pfron.org.pl)

△ **Fundacja Avalon**

Al. Witosa 31 lok. 108, I p  
22 266 82 36, 801 011 823 (infolinia)  
[www.fundacjaavalon.pl](http://www.fundacjaavalon.pl)

**Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego Oddział Warszawski również w miarę możliwości realizuje programy z zakresu aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych, w szczególności chorych na SM. Zapraszamy do kontaktu z biurem celem uzyskania aktualnych informacji na ten temat.**

**Dodatkowe informacje na temat tekstów ustaw, zarządzeń, wymaganych dokumentów uzyskasz w Biurze Oddziału Warszawskiego PTSR, [biuro@ptsr.waw.pl](mailto:biuro@ptsr.waw.pl), tel. 22 831 00 76/77.**

**Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego**  
**Oddział Warszawski jest**  
**ORGANIZACJĄ POŻYTKU PUBLICZNEGO**  
**nasz KRS 0000110888**

Możesz przekazać 1% swojego podatku  
na naszą działalność!