



ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

OBYWATELSKI PORADNIK SENIORA

„Wiem, potrafię, korzystam ze swoich praw”
Projekt współfinansowany
przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej
w ramach Rządowego Programu
na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020
Biuro Projektu, ul. J. Markowej 22, 41-709 Ruda Śląska

Ruda Śląska, 2017

Autorzy:

Anna Glodek

Stefania Krawczyk

Maria Nieradzik

Monika Tobiszowska

Ewa Wiśniowska

Redakcja:

Ewa Wiśniowska

Redakcja techniczna:

Ewa Wiśniowska

Projekt okładki:

Ewa Wiśniowska

© Copyright by Stowarzyszenie Rudzkie Konto Pomocy w Rudzie Śląskiej, Ruda Śląska 2017

Stowarzyszenie Rudzkie Konto Pomocy w Rudzie Śląskiej

Ul. Markowej 22, 41-709 Ruda Śląska

Tel. 692 328 733, e-mail: fryna@poczta.fm

Nakład 200 egz.

SPIS TREŚCI

| | | |
|--------|--|----|
| | Wprowadzenie..... | 4 |
| I. | Wolny czas seniora..... | 6 |
| I.1. | Uniwersytety Trzeciego Wieku..... | 6 |
| I.2. | Zajęcia edukacyjne dla Seniorów oferowane przez organizacje pozarządowe..... | 16 |
| I.3. | Cykliczne wydarzenia dla Seniorów..... | 26 |
| II. | Pomoc dla Seniora..... | 31 |
| II.1. | Nieodpłatna pomoc prawna..... | 31 |
| II.2. | Poradnictwo prawne i obywatelskie w punktach prowadzonych przez organizacje pozarządowe.. | 36 |
| II.3. | Dzienne domy pomocy społecznej..... | 44 |
| III. | Aktywny senior - możliwości partycypacji w życiu społecznym..... | 49 |
| III.1. | Rada Seniorów..... | 51 |
| III.2. | Petycje, wnioski i skargi..... | 55 |
| III.3. | Obywatelska inicjatywa ustawodawcza i uchwałodawcza..... | 62 |
| III.4. | Dostęp do informacji publicznej i konsultacje społeczne..... | 63 |
| III.5. | Formy zrzeszania się..... | 68 |
| IV. | Uprawnienia seniorów..... | 72 |
| IV.1. | Świadczenia z ZUS..... | 73 |
| IV.2. | Ośrodki pomocy społecznej..... | 77 |
| IV.3. | Zniżki i uprawnienia dla seniora w ramach NFZ | 82 |

| | | |
|-------|---|----|
| IV.4. | Ulgi i uprawnienia związane z transportem i komunikacją..... | 86 |
| IV.5. | Pozostałe ulgi i zniżki..... | 91 |
| V. | Jak nie dać się oszukać..... | 92 |

WPROWADZENIE

Poradnik został opracowany z myślą o beneficjentach projektu „Wiem, potrafię, korzystam ze swoich praw” współfinansowanego przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.

Jego tematyka obejmuje zagadnienia związane z organizacją czasu wolnego seniorów oraz ich aktywnym włączaniem się w życie lokalnej społeczności. Informacje te uzupełniono o podstawowe dane o uprawnieniach seniorów. Poradnik podzielono na pięć rozdziałów.

W rozdziale pierwszym zamieszczono dane oraz ofertę instytucji i organizacji samorządowych organizujących dla seniorów zajęcia kulturalne, rekreacyjne i inne formy spędzania wolnego czasu. Wskazano także adresy i profile organizacji zrzeszających seniorów. Większa część informacji dotyczy Rudy Śląskiej, zamieszczone są także ciekawe oferty zagospodarowania czasu seniorów w miastach ościennych. Opisano również wydarzenia dla seniorów organizowane w naszym mieście oraz

regionie. W rozdziale drugim opisano formy pomocy dla seniorów, m.in. w formie porad prawnych, obywatelskich, ale też oferty dziennych domów opieki społecznej. Rozdział trzeci prezentuje możliwości partycypacji seniorów w życiu społecznym. Rozdział czwarty zawiera informacje dotyczące uprawnień przysługujących seniorom. Rozdział piąty opisuje natomiast sposoby unikania zagrożeń ze strony oszustów oraz zawiera zagadnienia prawa konsumenckiego.

Aby ułatwić korzystanie z poradnika na jego końcu zamieszczono indeks zagadnień z odnośnikami do numerów stron, co umożliwi szybkie i wygodne znalezienie w tekście fragmentów odnoszących się do interesującego Czytelnika zagadnienia.

Autorki chciałyby podziękować wszystkim osobom, które przyczyniły się do powstania tego poradnika, służyły radą oraz pomocą przy redagowaniu jego treści.

Ruda Śląska, grudzień 2017 r.

ROZDZIAŁ I

WOLNY CZAS SENIORA

Na emeryturze warto być aktywnym. Instytucje państwowe oraz samorządowe, stowarzyszenia i fundacje oferują seniorom w Rudzie Śląskiej oraz miastach ościennych wiele sposobów spędzania wolnego czasu. Są to np. Uniwersytety Trzeciego Wieku, kursy, szkolenia, spotkania czy organizacja wypoczynku.

Poniżej przedstawiamy ciekawe propozycje spędzania wolnego czasu z jakich mogą skorzystać rudzianie i mieszkańcy sąsiadujących z Rudą Śląską miast.

I.1. Uniwersytety Trzeciego Wieku

Uniwersytety Trzeciego Wieku są najpopularniejszą formą edukacji osób starszych. Pozwalają na rozwijanie zainteresowań, pobudzają aktywność i nawiązywanie oraz podtrzymywanie znajomości. Warto się uczyć przez całe życie! Ucząc się seniorzy poprawiają swoje samopoczucie, uczestniczą w życiu społeczności, mają

motywację, aby podtrzymywać kontakty społeczne. Kontakt z innymi, zdobywanie nowej wiedzy i umiejętności daje poczucie bycia potrzebnym.

Uniwersytety Trzeciego Wieku oferują różnorodne zajęcia, m.in. wykłady, seminaria, szkolenia, warsztaty, zajęcia tematyczne, zajęcia ruchowe, imprezy kulturalne, wycieczki, poradnictwo.

Można wyróżnić różne formy Uniwersytetów Trzeciego Wieku: utworzone przez stowarzyszenia prowadzące działalność popularnonaukową, działające pod patronatem uczelni wyższych, działające przy domach kultury, centrach inicjatyw społecznych, bibliotekach, domach dziennego pobytu, czy ośrodkach pomocy społecznej.

Uniwersytety Trzeciego Wieku w naszym regionie oferują bogatą ofertę zajęć.

Rudzki Uniwersytet Trzeciego Wieku



UTW w Rudzie Śląskiej działa w formie stowarzyszenia. Stowarzyszenie Rudzki Uniwersytet Trzeciego Wieku ma siedzibę w budynku Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych nr 4 im. Piotra Łatoski w Rudzie Śląskiej Czarnym Lesie.

Kontakt

Stowarzyszenie Rudzki Uniwersytet Trzeciego Wieku

Ul. Lwa Tołstoja 3, 41-709 Ruda Śląska

Tel./ fax (32) 244 20 80, +48 603 928 105

e-mail: utwrudasl@tlen.pl

www.utwrudasl.tolstoj.eu

Biuro czynne: poniedziałek, wtorek, środa 10:00 – 15:00

W roku akademickim 2017/ 2018 (semestr I) Uniwersytet oferuje następujące rodzaje zajęć:

1. Zajęcia bezpłatne:

- a) wykłady (m.in. dotyczące chorób zwyrodnieniowych, słuchu, chorób serca, prawa konsumentckiego, historii),
- b) seminaria (z cyklu dookoła świata oraz z zakresu psychologii),
- c) koła zainteresowań: koło plastyczne (spotkania w poniedziałki w godz. 17:00 – 19:00 w Gimnazjum nr 6 przy ul. Gwareckiej 2 w Rudzie Śląskiej), koło teatralne (spotkania w czwartki, sale UTW ul. L. Tołstoja 13 w Rudzie Śląskiej, godz. 15:30 – 17:30), chór „Carmina Silesia” (spotkania w środy, sale UTW ul. L. Tołstoja 13 w Rudzie Śląskiej, godz. 15:00 – 17:00).

2. Zajęcia odpłatne:

- a) lektoraty języków obcych: język niemiecki, język rosyjski, język angielski (sale UTW ul. L. Tołstoja 13 w Rudzie Śląskiej),

- b) spotkania integracyjne przy muzyce (Dom Kultury w Bielszowicach, ul. Kokota 170),
- c) gimnastyka izometryczna (Fundacja Unia Bracka w Bielszowicach, ul. Kokota 172),
- d) gimnastyka w wodzie (Basen w Nowym Bytomiu, ul. Pokoju 13),
- e) joga (Studio Energia, ul. Obrońców Westerplatte 36, Ruda Śląska Wirek),
- f) ajurweda (sala UTW, ul. L. Tołstoja 13, Ruda Śląska Czarny Las),
- g) Akademia Filmowa (raz w miesiącu, w kinie Patria w Rudzie Śląskiej Nowym Bytomiu),
- h) Kluby dyskusyjne (Klub Seniora UTW, Klubokawiarenka „Bądźmy razem”).

Aktualną ofertę UTW znaleźć można na stronie internetowej wskazanej w ramce Kontakt.

Bytomski Uniwersytet Trzeciego Wieku



UTW w Bytomiu działa przy Centrum Kształcenia Ustawicznego im. Wojciecha Korfantego w Bytomiu.

Kontakt

Bytomski Uniwersytet Trzeciego Wieku
Centrum Kształcenia Ustawicznego w Bytomiu

Ul. Powstańców Śląskich 10, 41-902 Bytom

Tel. 32 281 11 38, 32 281 60 76, wewn. 46

Fax. 32 282 87 11

e-mail: utw@utw.bytom.pl

<https://utw.bytom.pl/>

Przy Uniwersytecie działają następujące sekcje, kółka zainteresowań i grupy artystyczne:

- sekcja narciarska,
- sekcja tenisa stołowego,
- sekcja brydża,
- sekcja szachów,
- chór „Wrzosa jesieni”,
- grupa teatralna „Trema”,
- zespół muzyczny „CLUB ROMAN-TYCZNYCH SERC”,
- studio piosenki „60-tka”,
- sekcja rękodzieła artystycznego,
- sekcja fotograficzna,
- sekcja strzelecka,
- koło fotograficzne,
- koło turystyczne,
- sekcja Nordic Walking,
- sekcja lekkoatletyczna,
- sekcja DART,
- sekcja malarstwa sztalugowego,
- sekcja plastyczna.

Bytomski UTW organizuje także lektoraty z języków obcych, zajęcia komputerowe, wykłady tematyczne, zajęcia warsztatowe (m.in. warsztaty kulinarne).

Aktualną ofertę UTW znaleźć można na stronie internetowej wskazanej w ramce Kontakt.

Górnośląski Uniwersytet Trzeciego Wieku



Górnośląski Uniwersytet Trzeciego Wieku działa przy Centrum Kształcenia Ustawicznego Ekonomistów w Chorzowie.

Kontakt

Górnośląski Uniwersytet Trzeciego Wieku

Ul. Urbanowicza 2, 41-500 Chorzów

Tel. 32 241-17-37, e-mail: sekretariatckue@gmail.com

<http://www.gutw.pl/>

Uniwersytet oferuje zajęcia w formie:

- lektoratów języków obcych (angielski, niemiecki, rosyjski),
- kursów komputerowych (dla początkujących, średniozaawansowanych, zaawansowanych),
- kółka fotograficznego,
- zajęć gimnastycznych (w tym zajęcia „Aktywny Senior”),
- zajęć na basenie (w tym nauka pływania),
- zajęć z jogi,
- zajęć tanecznych.

Aktualną ofertę UTW znaleźć można na stronie internetowej wskazanej w ramce Kontakt.

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Świętochłowicach



Uniwersytet Trzeciego Wieku w Świętochłowicach
mieści się w budynku OSIR Skałka.

Kontakt

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Świętochłowicach

Ul. Bytomska 40, 41-605 Świętochłowice

Tel. +48 601 066 899

e-mail: utw.swce@wp.pl

<http://www.utw-swietochlowice.pl/>

Godziny otwarcia sekretariatu:

Poniedziałki 16:00 – 18:00

Środy 16:00 – 19:00 (w dni wykładów)

Czwartki 10:00 – 12:00

Uniwersytet oferuje zajęcia w formie wykładów na temat m.in. prawa konsumenckiego, zdrowia, sztuki oraz zajęcia fakultatywne.

W ramach zajęć fakultatywnych (odpłatnych) oferowane są:

- lektoraty z języka angielskiego i niemieckiego,

- zajęcia informatyczne dla początkujących i zaawansowanych,
- zajęcia w ramach kółka teatralnego (zespół OdNowa),
- zajęcia z rękodzieła,
- gimnastyka rehabilitacyjna,
- joga,
- nauka pływania,
- strzelectwo sportowe,
- zajęcia taneczne,
- zajęcia Nordic Walking,
- zajęcia sekcji brydżowej.

Aktualną ofertę UTW znaleźć można na stronie internetowej wskazanej w ramce Kontakt.

I.2. Zajęcia edukacyjne dla Seniorów oferowane przez organizacje pozarządowe

W Rudzie Śląskiej i miastach ościennych prowadzą działalność liczne organizacje pozarządowe mające bogatą ofertę zajęć kulturalnych, sportowych i innych

dla Seniorów. Część z tych zajęć oferowana jest w ramach projektów współfinansowanych, np. w ramach programów gminnych, rządowych i in. Część prowadzona jest jako działalność stała. Warto śledzić aktualności na stronach internetowych organizacji pozarządowych, aby móc uczestniczyć w ciekawych programach i projektach. Seniorom, którzy nie korzystają z Internetu na pewno pomogą młodszy członkowie rodzin. Można też dzwonić lub osobiście pytać w biurach organizacji, których dane podajemy w ramach „Kontakt”.

Oferta Stowarzyszenia Wspierania Ekonomii Etycznej „Pro Ethica” w Rudzie Śląskiej



Biuro Stowarzyszenia mieści się w Centrum Inicjatyw Społecznych w Rudzie Śląskiej Wirku.

Kontakt:

Stowarzyszenie Wspierania Ekonomii Etycznej

„Pro Ethica” (biuro)

Ul. 11 Listopada 15a, 41-705 Ruda Śląska

Tel. 32 707 43 03 wewn. 105

e-mail: biuro@proethica.pl

<http://proethica.pl/>

godz. otwarcia: pn. 9:00 – 19:00

wt. 8:00 – 18:00

śr. 9:00 – 19:00

czw. 8:00 – 18:00

pt. 8:00 – 15:00

Stowarzyszenie prowadzi Centrum Pomocy i Aktywności Osób Starszych. W ramach centrum prowadzone są dla seniorów następujące zajęcia:

- gimnastyka zdrowotna i rehabilitacyjna (poniedziałki); zajęcia są prowadzone w trzech zróżnicowanych pod względem kondycyjnym grupach,

- zajęcia z rękodzieła (wtorki, środy); na zajęciach wytwarzana jest biżuteria, wykonywane są dekoracje decoupage; można podczas nich rozwijać swoją kreatywność,
- zajęcia komputerowe dla osób początkujących (wtorki),
- klub babci dziadka i wnusia (środy),
- klub Perfekcyjna Pani Domu (środy),
- gimnastyka z kijami (środy); zajęcia sportowe w terenie,
- zajęcia ogólnokulturowe (język niemiecki, język rosyjski, język angielski),
- zajęcia z malarstwa i sztuki (czwartki),
- warsztaty doskonalenia pamięci (piątki),
- warsztaty psychologiczne: komunikacja i asertywność (piątki),
- zajęcia ogrodnicze.

Przy stowarzyszeniu działa także grupa wsparcia dla osób zmagających się z nowotworami.

Aktualną ofertę znaleźć można na stronie internetowej wskazanej w ramce Kontakt.

Oferta Fundacji Aktywni Społecznie „As” w Rudzie Śląskiej



Przy Fundacji działa m.in. Senioralny Klub Artystyczny ASY KULTURY oraz Klub Seniora. W ramach działalności klubu artystycznego organizowane są m.in. spotkania i seanse w kawiarence filmowej kina OKO (biblioteka przy ul. Grzegorzka). Organizowane są także okolicznościowe spotkania (Andrzejki, Wigilia) w Klubie Seniora.

Kontakt

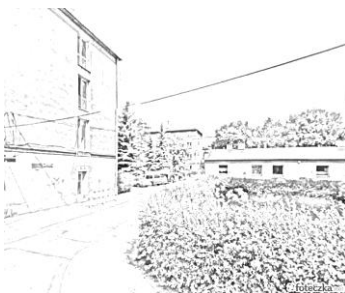
Fundacja Aktywni Społecznie „As”
ul. Brygadzystów 7A/7, 41- 705 Ruda Śląska

Tel. +48 602 359 572

<https://www.facebook.com/aktywnispolecznie.AS/>

Aktualną ofertę znaleźć można na profilu na Facebooku wskazanym w ramce Kontakt.

Oferta Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów



W Rudzie Śląskiej działa 11 Kół Związku (m.in. Ruda, Godula, Orzegów, Bykowina, Halemba, Kochłowice, Nowy Bytom, Wirek, Bielszowice). Zarządy Kół organizują dla swoich członków m.in. wczasy świąteczne i świąteczno-sylwestrowe. Organizowane są także spotkania w klubach, zabawy mikołajkowe i tym podobne imprezy.

Kontakt:

Polski Związek Emerytów Rencistów i Inwalidów

Ul. J. Markowej 22, 41-709 Ruda Śląska

Tel. 32 244 24 13

Koło Nowy Bytom: ul. Markowej 22/5, Tel. 32 244 24 13

Koło Godula: ul. Tiałowskiego 4

Koło Orzegów: ul. Orzegowska 62/1

Koło Wirek: ul. 1-go Maja 255/1

Koło Bykowina: ul. Bujoczka 12/ 1

Koło Bileszowice: ul. Bujoczka 12/1

Koło Kochłowica: ul. Solna 5/1

<http://pzerii.org/>

Między innymi w dniu 27 października 2017 r. Związek we współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych zorganizował obchody Dnia Seniora pod hasłem „Wyjdź z domu”. W ramach Dni Seniora odbyły się ciekawe prelekcje, występy artystyczne zespołów, w których występują seniorzy oraz spotkania z doradcami emerytalnymi.

Informacje o aktualnych wydarzeniach i ofercie Związku można uzyskać w poszczególnych Kołach osobiście lub telefonicznie.

**Oddziały Polskiego Związku Emerytów, Rencistów
i Inwalidów
w miastach ościennych**

Oddział w Bytomiu:

ul. Powstańców Warszawskich 15, 41-902 Bytom,

Tel. 32 281 24 57

aktualna oferta dostępna jest na Facebooku

Oddział w Bytomiu prowadzi Klub Seniora. Jest to miejsce (przy ul. Powstańców Warszawskich 15), w którym seniorzy mogą rozwijać swoje zainteresowania oraz brać udział w inicjatywach kulturalnych i społecznych.

Oddział w Chorzowie:

Plac Dworcowy 1, 41-500 Chorzów, Tel. 32 241 69 91

Oddział w Mikołowie:

Ul. Wyszyńskiego 13, 43-190 Mikołów, Tel. 32 226 22 27

Oddział w Zabrze:

Ul. Wyzwolenia 7, 41-700 Zabrze, Tel. 32 271 55 92

Oferta Koła Emerytów i Rencistów NSZZ „Solidarność” KWK „Halemba”



W ofercie Koła znajdują się przede wszystkim wydarzenia i wycieczki dla emerytów i rencistów.

Kontakt:

**Koło Emerytów i Rencistów NSZZ „Solidarność” KWK
„Halemba”**

ul. Brodzińskiego 17

Telefon (siedziba):

32 718 34 56

Telefon (przewodniczący):

604 730 184

e-mail: prezes@keirsolidhalemba.pl

<http://www.keirsolidhalemba.pl/>

Koło organizuje między innymi spotkania opłatkowe oraz zabawy sylwestrowe. Aktualna oferta Koła znajduje się na stronie internetowej Koła (adres w ramce Kontakt).

Oferta Stowarzyszenia św. Filipa Nereusza



Stowarzyszenie prowadzi Klub Seniora w dzielnicach Halemba i Ruda. W ramach klubu oferowane są zajęcia ruchowe (gimnastyka dla Seniora) oraz komputerowe, organizowane spotkania i wyjazdy oraz zajęcia integracyjne.

Kontakt:

Stowarzyszenie św. Filipa Nereusza

Ul. Leśna 37, Ruda Śląska Halemba

Tel. 32 244 56 29

Tel. Klub Seniora: (32) 771 43 43

e-mail: biuro@nereusz.pl

<http://nereusz.pl/>

Zajęcia w Klubie Seniora na Halembie odbywają się co poniedziałek o godz. 9.00. Zajęcia w klubie seniora w Rudzie odbywają się w każdy wtorek o godzinie 9.00.

Oprócz regularnej działalności Stowarzyszenie pozyskuje także środki w ramach projektów współfinansowanych z różnych źródeł. Aktualną ofertę można znaleźć na stronie internetowej Stowarzyszenia.

I.3. Cykliczne wydarzenia dla Seniorów

Senioralia

Senioralia są cyklem wydarzeń dla osób starszych organizowanym przez Śląski Urząd Marszałkowski.

Cykl ten zakłada promowanie zdrowego, aktywnego stylu życia seniorów. W ramach cyklu organizowane są zajęcia rekreacyjne i sportowe, warsztaty (m.in. artystyczne), porady (m.in. lekarzy) oraz spotkania z ciekawymi ludźmi. W ramach Senioraliów w październiku 2017 r. w Rudzie Śląskiej w Miejskim Centrum Kultury przeprowadzono pokazy udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej, przygotowano wykłady dotyczące osteoporozy. Dużą atrakcją był koncert Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Wydarzenia w ramach Senioraliów zostały także zorganizowane w innych miastach, jak m.in. Gliwice, czy Jaworzno.

Informacji na temat kolejnych edycji Senioraliów można szukać na stronie <http://www.slaskie.pl/>.

Imprezy po nazwą Senioralia organizują także samorządy poszczególnych miast ościennych we współpracy z lokalnymi organizacjami samorządowymi.

W 2017 r. (15-17 listopada) zorganizowano m.in. pierwszą edycję Siemianowickich Senioraliów. W ramach

tego wydarzenia osoby starsze mogły wysłuchać ciekawych wykładów, m.in. o tematyce prozdrowotnej oraz dotyczącej bezpieczeństwa. Odbył się pokaz udzielania pierwszej pomocy. Seniorzy zaprezentowali także swoje wypieki, jak również wzięli udział w Biesiadzie. W ostatnim dniu Senioraliów uczestnicy wzięli udział w korowodzie, wspólnie śpiewali pieśni patriotyczne. Odbyły się także prezentacje organizacji oraz Kubów zrzeszających osoby starsze.

W 2017 roku (27 sierpnia - 1 września) Senioralia zostały także zorganizowane w Radzionkowie. Organizatorem wydarzenia był Urząd Miasta Radzionków oraz Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Radzionkowie oraz Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości z Bytomia. W ramach wydarzenia odbył się koncert letniej trasy koncertowej Radia Piekary, odbyły się warsztaty cukiernicze oraz zajęcia sportowo-rekreacyjne. Została także zorganizowana wycieczka do Krakowa.

Informacji o kolejnych edycjach wydarzenia można szukać na stronie Urzędu Miasta Radzionków: <http://radzionkow.pl/>.

Kongres „Obywatel Senior”

Kongres „Obywatel Senior” organizowany jest corocznie w Parku Śląskim. W 2017 roku odbył się VI kongres. W ramach kongresu zorganizowane zostały warsztaty oraz wykłady dla osób starszych. Poruszono bardzo wiele istotnych dla osób starszych tematów, m.in. na temat modelu wsparcia seniorów w ich miejscu zamieszkania, jakości życia seniorów w poszczególnych gminach woj. śląskiego, motywowania osób starszych do aktywności na emeryturze. Wręczono także nagrody dla gmin przyjaznych seniorom. Informacje na temat Kongresu można znaleźć na stronie internetowej: <http://www.obywatelsenior.pl/>.

Konkurs „Ambasador/Ambasadorka Srebrnego Pokolenia Województwa Śląskiego”

Pierwszą edycję tego konkursu ogłoszono w maju 2017 r. Planowane są następne. Celem konkursu jest wyróżnienie osób starszych, które mogą stanowić godny do naśladowania wzór dla innych seniorów. Konkurs zakłada także kształtowanie pozytywnego wizerunku osób starszych, promuje ich aktywność i zaangażowanie w działalność na rzecz innych osób. Więcej informacji na temat konkursu można znaleźć na stronie: <https://seniorzy.slaskie.pl/>

Wigilie dla osób samotnych

Gminy i niektóre parafie każdego roku przygotowują także m.in. spotkania opłatkowe dla osób samotnych. Spotkania odbywają się w wyznaczonych punktach miast w grudniu każdego roku. W 2017 roku spotkania opłatkowe organizują m.in. Bytom 15 grudnia, godz. 14 (ul. Dworcowa 7), Katowice 23 grudnia, godz. 14

(Międzynarodowe Centrum Kongresowe obok Spodka), Świętochłowice 24 grudnia, godz. 14 (Centrum Kultury Śląskiej, ul. Krauzego 1), Ruda Śląska 24 grudnia, godz. 16 (parafia św. Andrzeja Boboli, ul. Wyzwolenia 75). O aktualne wydarzenia można pytać w urzędach gmin, w parafiach, w MOPS.

ROZDZIAŁ II

POMOC DLA SENIORA

Seniorzy potrzebujący pomocy w załatwieniu swoich spraw mogą skorzystać z bezpłatnej pomocy doradców prawnych i obywatelskich, a także pomocy oferowanej przez instytucje państwowe, samorządowe oraz organizacje pozarządowe. W tym rozdziale przedstawiamy informacje na temat rodzaju pomocy oraz miejsc, w których można ją uzyskać.

II.1. Nieodpłatna pomoc prawna

Seniorzy, którzy ukończyli 65 lat mogą korzystać z bezpłatnych porad prawnych w ramach rządowego

programu nieodpłatnej pomocy prawnej. Mogą z nich korzystać także osoby korzystające ze świadczeń pomocy społecznej, kombatanci i weterani, a także osoby posiadające ważną Kartę Dużej Rodziny, zagrożeni lub poszkodowani katastrofą naturalną, klęską żywiołową lub awarią techniczną oraz kobiety w ciąży.

Uprawnienie to wynika z ustawy z 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej oraz edukacji prawnej (Dz.U. 2015, poz. 1255, z późn. zm.). Nieodpłatna pomoc prawna świadczona jest w wyznaczonych punktach, z których jedną połowę prowadzą adwokaci lub radcy prawni (w wyjątkowych przypadkach może ich zastąpić, na podstawie upoważnienia aplikant adwokacki lub radcowski), a drugą organizacje pozarządowe. W punktach prowadzonych przez organizacje pozarządowe porad prawnych udzielać mogą również prawnicy posiadający co najmniej trzyletnie doświadczenie w świadczeniu pomocy prawnej, a także doradcy podatkowi. System nieodpłatnej pomocy prawnej działa

w Polsce od 2016 roku. W 2017 roku na terenie całego kraju działało 1525 punktów.

Co obejmuje nieodpłatna pomoc prawna?

Porada polega na:

- poinformowaniu osoby uprawnionej o obowiązującym stanie prawnym, przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach;
- wskazaniu osobie uprawnionej sposobu rozwiązania dotyczącego jej problemu prawnego;
- pomocy w sporządzeniu wymagającego wiedzy prawniczej projektu pisma w zakresie niezbędnym do udzielenia pomocy, z wyłączeniem pism procesowych w postępowaniach przygotowawczym lub sądowym i pism w postępowaniu sądowno-administracyjnym;
- sporządzeniu projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub o ustanowienie pełnomocnika z urzędu.

Osoby uprawnione mogą uzyskać informacje w zakresie:

- prawa pracy,

- przygotowania do rozpoczęcia działalności gospodarczej,
- prawa cywilnego, spraw karnych,
- spraw administracyjnych, ubezpieczenia społecznego,
- spraw rodzinnych,
- prawa podatkowego z wyłączeniem spraw podatkowych związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej.

Pomoc nie obejmuje spraw z zakresu prawa celnego, dewizowego, handlowego i działalności gospodarczej, z wyjątkiem przygotowywania do jej rozpoczęcia. W 2018 roku w Rudzie Śląskiej będą działały punkty wymienione w tabeli poniżej.

| LP. | ADRES | GODZINY PRACY |
|-----|---|--|
| 1. | Centrum Inicjatyw Społecznych Orzegów ul. Kardynała Augusta Hlonda 29 PUNKT PROWADZONY PRZEZ ORGANIZACJĘ POZARZĄDOWĄ Rudzkie Konto Pomocy | Poniedziałek: 11.00–15.00 Wtorek: 14.00–18.00 Środa: 11.00–15.00 Czwartek: 14.00–18.00 Piątek: 11.00–15.00 |

| | |
|---|---|
| <p>Powiatowy Urząd Pracy Ruda ul. Ballestremów 16</p> <p>2. PUNKT PROWADZONY PRZEZ ORGANIZACJĘ POZARZĄDOWĄ Rudzkie Konto Pomocy</p> | <p>Poniedziałek: 11.00–15.00 Wtorek: 11.30–15.30 Środa: 11.00–15.00 Czwartek: 13.00–17.00 Piątek: 10.00–14.00</p> |
| <p>Miejska Biblioteka Publiczna w Rudzie Śląskiej Filia nr 15 Kochłowice, ul. Brzozowa 4</p> <p>3. PUNKT PROWADZONY PRZEZ ORGANIZACJĘ POZARZĄDOWĄ Stowarzyszenie na Rzecz Dzieci i Młodzieży „Przystanek”</p> | <p>Poniedziałek: 11.00–15.00 Wtorek: 14.00–18.00 Środa: 14.00–18.00 Czwartek: 14.00–18.00 Piątek: 11.00–15.00</p> |
| <p>Centrum Inicjatyw Społecznych – Bykowina, ul. 11 Listopada</p> <p>4. PUNKT PROWADZONY PRZEZ ADWOKATÓW</p> | <p>Poniedziałek: 11.00–15.00 Wtorek: 14.00–18.00 Środa: 11.00–15.00 Czwartek: 14.00–18.00 Piątek: 11.00–15.00</p> |
| <p>Urząd Miasta Ruda Śląska, budynek B - Nowy Bytom ul. Piotra Niedurnego 46</p> <p>5. PUNKT PROWADZONY PRZEZ ADWOKATÓW I RADCÓW PRAWNYCH</p> | <p>ADWOKACI: Poniedziałek: 8.00–12.00 Środa: 10.00–14.00 Czwartek: 14.00–16.00</p> <p>RADCY PRAWNI Wtorek: 8.00 –12.00 Czwartek: 16.00 –18.00 Piątek: 8.00 –12.00</p> |

| | |
|--|---|
| Miejska Biblioteka Publiczna w Rudzie Śląskiej Filia nr 18 - Halemba | Poniedziałek: 11.00 – 19.00 Wtorek: 14.00 – 18.00 Środa: 11.00 – 15.00 Czwartek: nieczynne Piątek: 11.00 – 15.00 |
| 6. ul. 1-go Maja 32 PUNKT PROWADZONY PRZEZ RADCÓW PRAWNYCH | |

II.2. Poradnictwo prawne i obywatelskie w punktach prowadzonych przez organizacje pozarządowe

Oprócz systemu nieodpłatnej pomocy prawnej finansowanego w ramach programu rządowego w Rudzie Śląskiej, oraz niektórych miastach ościennych funkcjonują także punkty poradnictwa obywatelskiego oraz prawnego współfinansowane z innych środków, m.in. współfinansowane przez samorządy gminne, współfinansowane w ramach projektów unijnych. Poniżej wskazano adresy, zakres porad oraz organizacje prowadzące tego rodzaju punkty poradnicze.

Poradnictwo obywatelskie jest metodą wspierania osób w poszukiwaniu rozwiązań ich problemów poprzez udzielanie porad i informacji o prawach i obowiązkach obywatela oraz pomoc w wyborze optymalnego rozwiązania w oparciu o analizę sytuacji, przedstawienie różnorodnych ścieżek postępowania i zobaczenie ich konsekwencji.

Biuro Porad Obywatelskich prowadzone przez Rudzkie Konto Pomocy w Rudzie Śląskiej

W Rudzie Śląskiej Biuro Porad Obywatelskich (BPO) funkcjonuje od 15 lat, przy stowarzyszeniu Rudzkie Konto Pomocy. Obecnie BPO znajduje się w Rudzie Śląskiej Nowym Bytomiu.

Kontakt:

Biuro Porad Obywatelskich,

Ul. J. Markowej 22, 41-709 Ruda Śląska

Tel: 698 451 777

<http://www.rkp-rudasl.pl/>

Organizacja posiada także konto na portalu Facebook

e-mail: fryna@poczta.fm

godz. otwarcia: 0

Poniedziałki: 15 – 19

Środy: 15 – 19

Piątki: 9 – 13

Rudzkie Konto Pomocy jest członkiem Związku Biur Porad Obywatelskich - organizacji zrzeszającej podmioty prowadzące Biura Porad Obywatelskich. Doradcami nie muszą być osoby z wykształceniem prawniczym, ale wszyscy doradcy posiadają wieloletnie doświadczenie w udzielaniu porad. Wszyscy doradcy odbywają szkolenia, zarówno rozwijające ich umiejętności doradcze, jak i wiedzę z zakresu dziedzin prawa, z których udzielane są porady. W Biurze Porad Obywatelskich udzielane są porady oraz informacje obywatelskie.

Porada obywatelska polega na:

- przedstawieniu klientowi możliwych rozwiązań i ich konsekwencji,

- wsparciu klienta w dokonaniu wyboru sposobu postępowania z poszanowaniem jego samodzielności w podejmowaniu decyzji,
- sporządzeniu wspólnie z klientem planu działania (w razie potrzeby).

Informacja obywatelska polega na:

- wskazaniu specjalisty, instytucji lub organizacji właściwej do załatwienia sprawy,
- wyjaśnieniu obowiązującego trybu postępowania i/lub podstawowych pojęć,
- wskazaniu przepisów prawnych, które mają zastosowanie w sytuacji klienta.

Porady oraz informacje obywatelskie są udzielane zgodnie z **zasadami obowiązującymi w poradnictwie obywatelskim**, takimi jak:

- **bezpłatność** - porady są darmowe, korzystający z nich klient nie ponosi żadnych kosztów;
- **bezstronność** - doradca udzielający porad nie kieruje się własnymi opiniami, przekonaniem i wartościami, nie ocenia działań ani osoby, która przychodzi

po wsparcie, nie angażuje się po żadnej ze stron konfliktu;

- **otwartość** - każda osoba może być klientem biura i będzie przyjęta w sposób uwzględniający jej potrzeby i możliwości;
- **poufność** - zachowanie w tajemnicy faktu, że konkretna osoba korzysta z porady obywatelskiej oraz zachowaniu w tajemnicy wszystkich powierzonych osobie udzielającej porady obywatelskiej informacji (wyjątek stanowią sytuacje typu obowiązek powiadomienia o przestępstwie, wezwanie ze strony organów ścigania karnego i karnoskarbowego);
- **niezależność** - Biura Porad Obywatelskich i inne placówki, które przyjęły standard niezależności w poradnictwie obywatelskim, udzielając porad kierują się wyłącznie dobrem klienta nie zaś interesem kogokolwiek innego (osoby, instytucji);
- **aktualność i rzetelność** - informacje są zgodne z obowiązującymi przepisami oraz z aktualną ofertą instytucji i organizacji działających na rzecz obywateli.

W biurach porad obywatelskich każda porada jest udzielana w oparciu o istniejący w BPO system informacyjny;

- **samodzielność klienta** - doradca nie podejmuje decyzji za klienta; klient sam dokonuje wyboru dalszej drogi postępowania.

Poradnictwo obywatelskie najczęściej dotyczy następujących spraw:

- mieszkaniowych,
- rodzinnych,
- świadczeń socjalnych,
- świadczeń z ubezpieczenia społecznego,
- zatrudnienia i bezrobocia,
- finansowych,
- niepełnosprawności,
- obywatela a instytucji,
- pozbawienia wolności,
- spadkowych,
- konsumenckich,
- stosunków międzyludzkich,

- własności.

Oferta Stowarzyszenia na Rzecz Dzieci i Młodzieży „PRZYSTANEK”

Doradcy Stowarzyszenia udzielają porad obywatelskich oraz prowadzą mediacje. Stowarzyszenie prowadzi także Punkt pomocy Ofiarom Przepępstw i Punkt Konsultacyjny ds. Przemocy w Rodzinie i Ochrony Praw Dziecka.

Kontakt:

Stowarzyszenie na Rzecz Dzieci i Młodzieży „Przystanek”

Ul. Osiedlowa 1/3

41-710 Ruda Śląska

Tel. 698 428 503

<http://www.przystanek.npx.pl/news.php>

PUNKT PORAD OBYWATELSKICH

Środa: 16.00 – 18. 00, Tel. 508 198 548

PUNKT MEDIACJI

Czwartek: 15.00 – 17.00, Tel. 507 400 953, 502 045 75

PUNKT POMOCY OFIAROM PRZESTĘPSTW

Poniedziałek: 16.00 – 18.00, Tel. 667 639 015

**PUNKT KONSULTACYJNY DS. PRZEMOCY W
RODZINIE I OCHRONY PRAW DZIECKA**

Poniedziałek: 16.00 – 18.00, Tel. 502 045 755

Oferta Stowarzyszenia Misericordia w Zabrze

W miastach ościennych Biuro Porad Obywatelskich prowadzone jest przez Stowarzyszenie Misericordia w Zabrze.

Biuro Pora Obywatelskich

Stowarzyszenie Misericordia w Zabrze,

pl. Dworcowy 6, 41-800 Zabrze,

tel. 32 271 7542, 32 376 90 20

e-mail: sekretariat@wszechnica.zabrze.pl

www.wszechnica.zabrze.pl

Godziny otwarcia:

poniedziałek – piątek 11.00-13.00, czwartek do 17.00

II.3. Dienne domy pomocy społecznej

Gdy Senior jest osobą samotną lub z powodu choroby albo z innych przyczyn wymaga pomocy, a jest jej pozbawiony i nie może mu jej zapewnić rodzina, może skorzystać z oferty dziennych domów pomocy społecznej.

Dienne domy opieki społecznej oferują następujące rodzaje pomocy osobom starszym:

- pobyt od poniedziałku do piątku w ciągu dnia (8 godzin),
- wyżywienie (śniadanie oraz obiad),
- posiłki na wynos,
- usługi higieniczne (kąpiel, usługi pralnicze),
- pomoc w podstawowych czynności życiowych,
- pomoc w załatwianiu spraw urzędowych i osobistych,
- podnoszenie sprawności (m.in. poprzez rehabilitację), aktywizacja,
- pomoc w zaspokajaniu potrzeb zdrowotnych (kontakt z placówkami służby zdrowia, pomoc w zakupie leków),
- prowadzenie działań wspomagających (np. pomoc psychologiczna).

Aby móc skorzystać z oferty dziennego domu opieki należy zostać zakwalifikowanym przez miejski ośrodek pomocy społecznej. Kwalifikowana osoba powinna spełniać m.in. jedno z trzech poniżej podanych poniżej kryteriów:

- osiągnięcie wieku emerytalnego,
- orzeczony znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności albo całkowita niezdolność do pracy lub całkowita niezdolność do pracy i samodzielnej egzystencji,
- długotrwała choroba udokumentowana zaświadczeniem lekarskim, w którym określono rodzaj wymaganej opieki i okres w jakim ta opieka jest niezbędna.

Za świadczone usługi pobierane są opłaty zależne od sytuacji finansowej seniora. Wniosek o skierowanie do dziennego domu pomocy społecznej może zostać złożony przez osobę zainteresowaną osobiście, listownie lub telefonicznie. W jej imieniu mogą także wystąpić inne osoby (rodzina, sąsiedzi) lub instytucje.

Przed przyznaniem pomocy wykonywany jest wywiad środowiskowy. Przeprowadzając taki wywiad pracownik socjalny zapoznaje się z sytuacją rodzinną, zdrowotną, mieszkaniową i dochodową osoby kwalifikowanej do tej formy pomocy. Aby udokumentować swoją sytuację rodzinną i życiową można przedstawić m.in. odcinki emerytury lub renty, rachunki, wypisy ze szpitala, orzeczenia o stopniu niepełnosprawności.

Poniżej przedstawiono adresy wybranych Dziennych Domów Opieki w Rudzie Śląskiej i miastach ościennych.

Ruda Śląska

Dzienny Dom Opieki „Senior-WIGOR”

ul. J. Markowej 20a, 41-709 Ruda Śląska

Telefon: 32 244 36 19

e-mail: ddps@poczta.fm

Strona www.ddps-rsl.strona-bip.pl

Godz. otwarcia: Poniedziałek-piątek: 7.30 – 15.30

Bytom

Dzienny Dom Pomocy nr 1

ul. Piłsudskiego 69

tel. 32 348 84 45

godziny otwarcia poniedziałek-piątek: 8.00 - 16.00

e-mail: ddp1bytom@gmail.com

Dzienny Dom Pomocy nr 2

ul. Woźniaka 28

tel. 32 606 71 23

godziny otwarcia: poniedziałek-piątek: 8.00 - 16.00

e-mail: ddp2bytom@gmail.com

Dzienny Dom Pomocy nr 3

ul. Pasteura 4

tel. 32 257 64 73

godziny otwarcia: poniedziałek –piątek: 8.00 - 16.00

e-mail: ddp3bytom@gmail.com

Dzienny Dom Pomocy nr 4

Pl. Szpitalny 1

tel. 32 280 16 99

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek: 8.00 - 16.00

e-mail: bcwbytom@gmail.com

Dzienny Dom „Senior-Wigor”

Ul. Orzegowska 20

tel. 32 307 70 33,

e-mail: dd.seniorwigor.bytom@gmail.com

Chorzów

Chorzów Dzienny Dom Pomocy

ul. Skrajna 2a

tel. 32 247 32 56

godziny otwarcia: poniedziałek-piątek: 8.00 - 16.00

Dzienny Dom Pomocy

ul. Dąbrowskiego 104

tel. 32 247 96 73

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek: 8.00 - 14.00

Mikołów

Dzienny Dom Pomocy

ul. Konstytucji 3 Maja 12

tel. 32 226 00 90

godziny otwarcia: poniedziałek – piątek: 7.00 do 15.00

Świętochłowice

Dzienny Dom Opieki „Senior-Wigor” w Lipinach

Ul. Imieli 12

Godziny otwarcia: poniedziałek – piątek: 7.00 – 15.00

ROZDZIAŁ III

AKTYWNY SENIOR – MOŻLIWOŚCI PARTYCYPACJI W ŻYCIU SPOŁECZNYM

W ostatnich latach nastąpił wzrost liczby seniorów, którzy chcą samodzielnie kształtować swoją przyszłość i decydować o sprawach dotyczących ich najbliższego

otoczenia. Osoby te nie tylko poszukują interesujących zajęć kulturalnych, gimnastycznych itp., ale przede wszystkim chcą aktywnie uczestniczyć w życiu lokalnych społeczności. Warto do nich dołączyć!

Wiele instytucji oraz organizacji pozarządowych oraz stowarzyszeń wspomaga seniorów, którzy chcą aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, dążą do wzrostu roli osób starszych w rozwiązywaniu problemów dotyczących tę grupę społeczną, uczą jak aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, brać udział w konsultacjach społecznych, składać petycje, organizować się w grupy, które mogą zainicjować zmiany.

Poniżej zaprezentowano możliwości aktywnego włączania się w życie społeczne.

Seniorzy w Rudzie Śląskiej i miastach ościennych mogą angażować się w politykę senioralną prowadzoną przez samorzady gminne działając np. w ramach Rady Seniorów.

III.1. Rada Seniorów

Rady Seniorów są ciałami kolegialnymi o charakterze konsultacyjnym, doradczym i inicjatywnym. Wspierają one organy gminy w zakresie realizacji polityki senioralnej.

Rady seniorów opiniują lokalne strategie, programy rozwoju, projekty uchwał, planowane przedsięwzięcia czy inwestycje. W szczególności dotyczy to tych programów, projektów, czy inwestycji, które mogą wpłynąć na jakość życia osób starszych w gminie. Przykładami tego rodzaju projektów i inwestycji mogą być np. Uniwersytety Trzeciego Wieku, projekty tworzenia domów opieki, projekty zniżek dla osób starszych, karty seniora, itp.

Rada seniorów może zgłaszać uwagi i sugestie do działań gminy. Jeżeli zostaną one uznane za zasadne i gmina znajdzie w budżecie środki na ich realizację mogą zostać wprowadzone w życie.

Rada seniorów może także wystąpić z inicjatywą zgłaszając własne pomysły na działania poprawiające sytuację osób starszych w gminie. Działania rady seniorów

zapewniają wsparcie dla władz gminy, które uzyskują wiedzę o realnych potrzebach swoich starszych mieszkańców. Trzeba jednak podkreślić, że ostateczne, wiążące decyzje podejmują zawsze władze gminy, rada seniorów ma realny wpływ na kształt decyzji, ale nie decyduje o ich wdrożeniu.

Zgodnie z ustawą rada seniorów może powstać na wniosek zainteresowanej gminy albo na wniosek zainteresowanych środowisk (a więc środowisk senioralnych). Powołanie rady wymaga nadania statutu, który określa sposób wyboru jej członków. Zwykle rady seniorów liczą od kilku do kilkunastu członków. Mogą to być wyłącznie osoby starsze lub osoby w różnym wieku zajmujące się sprawami osób starszych. Kadencje rad trwają zwykle od 2 do 4 lat.

W Rudzie Śląskiej Rada Seniorów została powołana uchwałą nr PR.0007.184.2014 Rady Miasta Ruda Śląska z dnia 30.10.2014 r. w sprawie utworzenia Rady Seniorów Miasta Ruda Śląska oraz nadania jej statutu. Istnieje również Wojewódzka Rada Seniorów, które ma te same

zadania co Rada na szczeblu gminnym, jednak dotyczą one spraw całego województwa.

W Rudzie Śląskiej przynajmniej 2/3 składu Rady Seniorów tworzą osoby, które ukończyły 60 rok życia, natomiast 1/3 składu mogą stanowić osoby nie spełniające kryterium wieku, o ile są przedstawicielami podmiotów działających na rzecz osób starszych, w szczególności organizacji pozarządowych oraz podmiotów prowadzących uniwersytety trzeciego wieku.

Zgłoszenia kandydatów mogą dokonywać uprawnieni do reprezentacji przedstawiciele organizacji pozarządowych zrzeszających osoby starsze oraz działające na rzecz osób starszych, przedstawiciele innych podmiotów zajmujących się problemami osób starszych, działających na terenie miasta Ruda Śląska, a także przedstawiciele seniorów – osób niezrzeszonych. Zgłoszenia dokonuje się na specjalnym formularzu.

Wyboru członków Rady Seniorów dokonuje Prezydent Miasta spośród zgłoszonych kandydatów. Lista imienna osób wybranych na członków Rady Seniorów Miasta Ruda

Śląska jest zamieszczana na stronie internetowej Urzędu Miasta Ruda Śląska, w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Ruda Śląska oraz na Tablicy Ogłoszeń Urzędu Miasta Ruda Śląska. W Rudzie Śląskiej wybory do rady Seniorów odbyły się w 2015 roku. Rada Seniorów w Rudzie Śląskiej składa się z 20 osób. Tworzą ją: Stanisław Witała, Weronika Copik, Krystyna Pospieszczyk, Krystyna Niestrój, Hubert Żorawik, Jan Krawczyk, Helena Błąkała, Walerian Sochor, Helmut Hilgner, Bazyli Tyszkiewicz, Józef Osmenda, Alfred Gilner, Maria Witek, Jan Koehler, Henryka Skowrońska – Wawok, Stefan Czerny, Franciszek Bukal, Jerzy Kalus, Marian Duda i Weronika Chruszczyk. Pierwsza sesja Rady seniorów odbyła się 14 maja 2015 roku. Dotychczas seniorzy zabrali głos m.in. w sprawie wprowadzenia rudzkiej karty seniora oraz w sprawie złej jakości powietrza w Rudzie Śląskiej apelując o podjęcie odpowiednich działań w celu jego poprawy.

Każdy Senior może się zwrócić do Rady Seniorów i przedstawić swoje propozycje zmian.

W Rudzie Śląskiej dyżury przedstawicieli Rady Seniorów odbywają się w każdy pierwszy poniedziałek miesiąca w godz. 11:00 - 12:00 w sali nr 211 (II piętro) Urzędu Miasta Ruda Śląska przy pl. Jana Pawła II 6.

III.2. Petycje, wnioski i skargi

Petycje są formą bezpośredniego uczestnictwa obywateli w procesie sprawowania władzy. Zgodnie z art. 63 Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej każdy ma prawo składać petycję (może to być zarówno osoba fizyczna (obywatel), jak też osoba prawna (np. stowarzyszenie, fundacja, firma, itp.). Petycja w szczególności może dotyczyć żądania zmiany przepisów prawa, podjęcia rozstrzygnięcia lub innego działania w sprawie dotyczącej podmiotu, który wnosi petycję, życia zbiorowego lub wartości wymagających szczególnej ochrony w imię dobra wspólnego, mieszczących się w zakresie zadań i kompetencji adresata petycji. Tryb rozpatrywania petycji określa ustawa z dnia 11 lipca 2014 r. o petycjach (Dz. U. z 2014 r. poz. 1195, z późn. zm.).

Składanie petycji jest wolne od opłat. O tym, czy pismo jest petycją decyduje jego treść, a nie forma. Petycja może być złożona:

- w formie pisemnej (osobiście, faksem lub pocztą). Jeżeli petycja jest składana w formie pisemnej musi być podpisana przez osobę, która ją składa. Jeżeli petycję wnosi, np. stowarzyszenie lub grupa podmiotów to musi być ona podpisana przez osobę/ osoby je reprezentujące; petycje anonimowe nie są rozpatrywane.
- w formie elektronicznej (mailowo, on-line lub przy użyciu specjalnego oprogramowania). Jeżeli petycja jest składana w formie elektronicznej to może być opatrzona bezpiecznym podpisem elektronicznym weryfikowanym za pomocą ważnego kwalifikowanego certyfikatu. Powinna zawierać adres poczty elektronicznej podmiotu, który wnosi petycję.

Co powinna zawierać petycja?

Każda petycja powinna zawierać pewne obowiązkowe elementy, które zostały wskazane w ustawie:

- oznaczenie podmiotu wnoszącego petycję; jeżeli petycję wnosi grupa podmiotów, w petycji należy każdy z nich oraz osobę go reprezentującą,
- wskazanie miejsca zamieszkania albo siedziby podmiotu, który wnosi petycję oraz adresu do korespondencji (jeżeli jest inny niż adres zamieszkania lub siedziby); jeżeli petycję wnosi grupa podmiotów należy wskazać miejsce zamieszkania lub siedzibę każdego z nich;
- oznaczenie adresata petycji, a więc instytucji lub organu, do którego petycja jest kierowana; jeżeli wyślemy petycję do adresata, który nie jest właściwy do jej rozpatrzenia, ten przesyła ją nie później niż w terminie 30 dni od jej złożenia do właściwego podmiotu i powiadomi o tym podmiot, który wniósł petycję,
- wskazanie przedmiotu petycji, a więc określenie czego petycja dotyczy,
- określenie żądania w odniesieniu do przedmiotu petycji wraz z uzasadnieniem.

Jeżeli składamy petycję nie w swoim interesie, lecz w interesie kogoś innego, to ten podmiot powinien wyrazić zgodę na działanie w jego interesie. Wówczas powinniśmy zawrzeć w niej także informacje o podmiocie, w którego interesie występujemy, a do petycji powinna być dołączona zgoda tego podmiotu.

Petycja powinna być rozpatrzona bez zbędnej zwłoki, jednak nie później niż w terminie 3 miesięcy od dnia jej złożenia. Termin ten może zostać wydłużony o kolejne 3 miesiące.

Po złożeniu petycja, jej treść, data złożenia i dane podmiotu, który petycję złożył publikowane są na stronie internetowej podmiotu, który petycję rozpatruje. Informacje dotyczące przebiegu w sprawie są na bieżąco aktualizowane. Ten podmiot, który rozpatruje petycję powiadamia wnoszącego petycję o sposobie jej załatwienia podając uzasadnienie w formie pisemnej lub przy pomocy środków komunikacji elektronicznej.

Petycja może także dotyczyć kilku spraw. Może się także zdarzyć, że każda z nich podlega rozpatrzeniu

przez różne podmioty. Wówczas adresat petycji rozpatruje ją w zakresie, który należy do jego właściwości i przekazuje niezwłocznie do kolejnego organu. O przekazaniu sprawy informuje podmiot, który złożył petycję.

Podmiot, który rozpatruje petycję może ją pozostawić bez rozpatrzenia jeżeli została złożona w sprawie, w której podmiot ten już petycję rozpatrywał, jeżeli w petycji nie powołano się na nowe fakty lub dowody, które nie były znane podmiotowi, który petycję rozpatrywał.

Sposób załatwienia petycji nie może być przedmiotem skargi. Podmiot, który złożył petycję może jednak złożyć skargę na bezczynność rozpatrującego ją organu lub na przewlekłość postępowania.

Za pomocą **skarg i wniosków** można także skutecznie wpływać na działania administracji. Podobnie, jak w przypadku petycji skargę lub wniosek można złożyć we własnym imieniu lub, za ich zgodą, w imieniu osób trzecich. Skargę lub wniosek można wnieść pisemnie lub przy pomocy środków komunikacji elektronicznej.

Przedmiotem skargi może być zaniedbanie albo nienależyte wykonywanie zadań przez organy administracji lub ich pracowników, naruszenie praworządności, naruszenie interesów skarżących, a także bezzasadne przeciąganie załatwienia sprawy. Skargę składa się zawsze do organu nadrzędnego względem tego, którego działania lub zaniechania są naszym zdaniem nieodpowiednie. Przykładowo na prezydenta miasta skargę składa się do rady gminy. W Rudzie Śląskiej w celu rozpatrzenia złożonej skargi na zadania nie należące do zadań zleconych z zakresu administracji rządowej, na działalność Prezydenta miasta oraz kierowników miejskich jednostek organizacyjnych Przewodniczący Rady przekazuje sprawę do Komisji rewizyjnej lub właściwej komisji Rady, w zależności od tego, czego dotyczy skarga. Rada do rozpatrzenia skargi może także powołać komisję doraźną. Komisja, do której została skierowana sprawa przeprowadza w tej sprawie postępowanie zgodnie z przepisami kodeksu postępowania administracyjnego i przepisami wykonawczymi (tj. rozporządzeniami).

Czynności w sprawie podejmuje niezwłocznie, tj. po przekazaniu jej skargi przez Przewodniczącego Rady. Po rozpoznaniu skargi Komisja przedkłada Radzie stosowne materiały oraz wnioski. Na ich podstawie Rada podejmuje uchwałę o zasadności lub bezzasadności skargi. O sposobie załatwienia skargi powiadamia się skarżącego oraz podmiot, który skargę skierował do Rady celem jej rozpatrzenia.

Na działalność rady gminy skargę należy złożyć do wojewody. Organ, do którego wpłynęła skarga powinien ją rozpatrzyć w terminie 1 miesiąca.

W odróżnieniu od skargi wniosek dotyczy np. usprawnienia pracy organów, wzmocnienia praworządności, itp. Składa się go do organu, który jest właściwy ze względu na to czego wniosek dotyczy. Organ powinien go rozpatrzyć w terminie do 1 miesiąca od złożenia. Jeżeli zdaniem podmiotu, który wniosek złożył jest niezadowolony ze sposobu jego załatwienia może wnieść skargę.

III.3. Obywatelska inicjatywa ustawodawcza i uchwałodawcza

Zgodnie z prawem obywatele mogą złożyć projekt ustawy lub uchwały. Projekt ustawy złożyć może grupa obywateli (min. 15 osobowy komitet inicjatywy ustawodawczej), która zbierze 100 tysięcy podpisów popierających projekt. Inicjatywa ustawodawcza obywateli nie może dotyczyć projektu ustawy budżetowej (w jej przypadku inicjatywa ustawodawcza przysługuje wyłącznie Radzie Ministrów), ani też projektu zmiany Konstytucji (w tym przypadku inicjatywa ustawodawcza przysługuje grupie posłów o liczebności min. 1/5 ustawowej liczby posłów, Senatowi oraz Prezydentowi RP). Wniesienie obywatelskiego projektu ustawy jest dość trudne ze względu na dużą liczbę podpisów, które należy zebrać.

Inicjatywa uchwałodawcza umożliwia wniesienie projektu uchwały. Samorządy same regulują zasady wnoszenia tego typu projektów wskazując m.in., czy taki sposób wnoszenia projektów jest dopuszczalny oraz liczbę podpisów, które trzeba zebrać, aby wnieść projekt uchwały.

W Rudzie Śląskiej inicjatywa uchwałodawcza przysługuje prezydentowi miasta, komisjom, klubom radnych oraz grupie co najmniej 2 radnych. Nie przewidziano możliwości wnoszenia projektów uchwał przez obywateli. Aby projekt taki złożyć powinni oni np. zwrócić się do reprezentujących ich radnych, którzy zrobią to w ich imieniu.

Możliwość bezpośredniego zgłaszania projektów uchwał mają natomiast np. mieszkańcy Bytomia

Na poziomie województwa od 2017 roku inicjatywa ustawodawcza przysługuje grupie 10 tys. obywateli. Grupa, która zbierze tyle podpisów może złożyć projekt uchwały pod obrady Sejmiku Województwa. To drugie takie rozwiązanie w Polsce. Jako pierwsi taką możliwość uzyskali mieszkańcy województwa lubuskiego.

III.4. Dostęp do informacji publicznej i konsultacje społeczne

Seniorom, a także innym obywatelom przysługuje **prawo do uzyskania informacji publicznej**. Ustawowa

definicja informacji publicznej jest bardzo szeroka, jest to „każda informacja o sprawach publicznych”. Może to być np. dokument, korespondencja urzędowa, czy opłacona ze środków publicznych faktura.

Prawo dostępu do informacji publicznej ma każdy obywatel. Nie musi on reprezentować żadnej organizacji pozarządowej, nie musi wykazać, że ma tzw. interes prawny w jej uzyskaniu (a więc nie musi wskazywać do czego potrzebna jest mu informacja, o której uzyskanie wystąpił). Żeby uzyskać dostęp do informacji publicznej nie trzeba ponosić żadnych kosztów. Wniosku takiego nie trzeba składać na oficjalnym druku. Jeżeli informacja, której szukamy jest dostępna od ręki prośba o jej udostępnienie może być nawet złożona ustnie. Wnioski o udzielenie informacji publicznej można też składać w formie elektronicznej (np. przez formularze dostępne na stronach internetowych poszczególnych instytucji lub za pośrednictwem Elektronicznej Platformy Usług Administracji Publicznej (ePUAP)).

Można także wysłać e-mail lub złożyć wniosek bezpośrednio w instytucji, z której chcemy uzyskać informację.

Organ może odmówić udostępnienia informacji tylko wówczas, gdy jest ona chroniona na mocy innej ustawy, np. ustawą o ochronie danych osobowych. Jeżeli brak jest podstaw do odmowy udzielenia informacji urząd lub instytucja, do której zwróciliśmy się o udostępnienie informacji powinien nam udzielić odpowiedzi w ciągu maksymalnie 14 dni. Jeżeli informacja jest dostępna „od ręki” powinna zostać udzielona pytającemu na miejscu. W wyjątkowych przypadkach 14-dniowy termin może zostać przedłużony, ale nie dłużej niż do 2 miesięcy.

Obywatel ma prawo do uzyskania informacji, o którą pyta, może przeglądać dokumenty urzędowe, ma prawo wstępu na posiedzenia organów kolegialnych. Każdy obywatel może więc np. brać udział w posiedzeniu komisji sejmowej.

Dostęp do informacji publicznej zapewnia obywatelom także tzw. Biuletyn Informacji Publicznej (BIP).

Obowiązek prowadzenia strony BIP na swoich stronach internetowych mają wszystkie urzędy i instytucje publiczne. Na stronach tych publikują najważniejsze informacje o prowadzonej przez siebie działalności, np. informacje o konkursach dotyczących zatrudnienia, ogłaszanych konkursach na realizację określonych zadań, teksty miejscowych aktów prawa (np. uchwał), informacje o rejestrach itp. Przykładowo Urząd Miasta Ruda Śląska prowadzi stronę BIP pod adresem internetowym: <http://www.rudaslaska.bip.info.pl/>.

Konsultacje społeczne pozwalają na uzyskanie przez organy administracji opinii czy też stanowiska instytucji oraz osób, których mogą dotknąć (zarówno bezpośrednio, jak i pośrednio) skutki działań administracji. Rząd i samorzady mogą przeprowadzić konsultacje społeczne w wypadkach przewidzianych ustawą (wtedy często są one obowiązkowe) oraz w innych sprawach ważnych dla wspólnot samorządowych.

W ten sposób organy administracji mogą np. konsultować zmiany aktów prawa miejscowego

czy lokalizację nowych inwestycji, które mogą mieć wpływ na jakość życia mieszkańców. Przykładem takiej inwestycji są szczególnie te mogące znacząco oddziaływać na środowisko, jak np. spalarnia odpadów. Konsultacje społeczne służą więc opiniowaniu planów. Organ powinien rozważyć wszystkie zgłoszone opinie i uwagi, ale nie ma obowiązku ich uwzględnienia przy podejmowaniu decyzji.

Konsultacje społeczne mogą też służyć wypracowywaniu propozycji rozwiązania jakiegoś problemu lub diagnozowaniu potrzeb, np. potrzeb osób starszych w gminie.

Do najczęściej przeprowadzanych konsultacji społecznych o charakterze obowiązkowym można zaliczyć:

- dotyczące planowania i zagospodarowania przestrzennego,
- w sprawie projektów strategii rozwoju jednostek samorządu terytorialnego,
- konsultacje w sprawie inwestycji mogących oddziaływać na środowisko.

Zasady oraz tryb przeprowadzania konsultacji społecznych określają uchwały rad odpowiednich jednostek samorządu terytorialnego (gmin, miast, powiatów, województw). Konsultacje, które prowadzone są na szczeblu centralnym przez organy władzy wykonawczej i ustawodawczej regulowane są odrębnymi przepisami.

III.5. Formy zrzeszania się

Obywatele, w tym osoby starsze mogą, w celu reprezentowania swoich interesów, a także np. załatwienia określonych spraw, zrzeszać się, np. w stowarzyszeniu. Wiele problemów można także rozwiązać bez zakładania organizacji, np. poprzez udział w inicjatywach nieformalnych. Poniżej opisano krótko przykładowe formy zrzeszania się, z których korzystać mogą także osoby starsze, które chciałyby aktywnie działać w swoim środowisku.

Inicjatywy nieformalne

Przykładem inicjatywy nieformalnej, umożliwiającej obywatelom zaspokajanie różnych potrzeb są tzw. **banki czasu**. W tego rodzaju inicjatywach uczestnicy wymieniają się czasem. Świadczą np. na rzecz innych uczestników określone usługi, coś, co potrafią zrobić, np. osoba starsza może zrobić dla kogoś szalik na drutach. W ten sposób „zarabia” godziny, które potem może „wydać” na „kupienie” sobie od kogoś tego, czego sam nie potrafi, lub nie może wykonać. Przykładowo w zamian, ktoś wyprowadzi na spacer jej psa.

Przykładem podobnej inicjatywy jest **Wymiennik** (<http://wymiennik.org/>). Wymiennik umożliwia np. samopomoc sąsiedzka, wymaga jednak posługiwania się Internetem. Uczestnikiem systemu może zostać każda osoba, bez ponoszenia żadnych opłat. Osoba taka deklaruje przekazanie rzeczy czy usług, samodzielnie je wyceniając w wymiennikowej walucie zwanej „alterkami”. Jeśli znajdzie się chętny na jej ofertę, to na koncie oferującego pojawia się odpowiadająca ustalonej

przez niego cenie liczba „alterków”, za które potem sama może kupować u innych uczestników systemu.

Formą współdziałania bez formalnego zrzeszania się są także **kooperatywy**. Są to inicjatywy, w których uczestnicy wspólnie zaspokajają swoje potrzeby, jakie zdecydowanie trudniej byłoby zaspokoić działając pojedynczo. Przykładem takiego działania może być np. wspólne zamawianie jakichś produktów, np. u lokalnych rolników, dzięki czemu obniża się koszt transportu i w ten sposób można kupić dobry produkt w niższej cenie i odebrać go na miejscu, w swoim mieście.

Komitet społeczny

Jest to forma pośrednia między inicjatywami nieformalnymi, a działaniem w formie sformalizowanej czyli np. w organizacji. Komitet społeczny powołuje się w celu realizacji jakiegoś przedsięwzięcia, a pozwala on na korzystanie z uprawnień przewidzianych prawem, np. mogą prowadzić publiczną zbiórkę środków na określony cel (zasady prowadzenia zbiórki na cel publiczny przez

Komitet społeczny określa ustawa o zasadach prowadzenia zbiorów publicznych). Komitet społeczny może także prowadzić inne działania, np. rzecznictwo interesów.

Stowarzyszenie zwykłe

Stowarzyszenie zwykłe jest najprostszą formą organizacji. Tego rodzaju stowarzyszenie nie posiada osobowości prawnej i nie podlega rejestracji w Krajowym Rejestrze Sądowym. Do jego założenia wystarczą trzy osoby, muszą być to osoby fizyczne, nie mogą być to firmy, czy spółki, a więc osoby prawne. Założyciele wybierają swojego przedstawiciela albo zarząd, który będzie uprawniony do reprezentowania ich wobec urzędów.

Stowarzyszenie zwykłe nie musi mieć statutu, wystarczy opracowanie regulaminu. W regulaminie zawarte są informacje na temat nazwy i celów działalności stowarzyszenia, określona jest jego siedziba i teren jego działania, wskazane zasady nabywania i utraty członkostwa, sposoby dokonywania zmian w regulaminie

i zasady rozwiązania się stowarzyszenia. Po jego uchwaleniu założyciele stowarzyszenia zwykłego pisemnie informują o tym fakcie właściwego dla siedziby stowarzyszenia starostę, który wpisuje stowarzyszenie do ewidencji stowarzyszeń zwykłych. Złożenie wniosku o wpis do ewidencji stowarzyszeń zwykłych oraz sam wpis są bezpłatne. Na swoją działalność stowarzyszenie zwykłe może pozyskiwać środki ze składek członkowskich, może też przeprowadzić np. zbiórkę publiczną, ale w tym celu jego członkowie muszą powołać komitet społeczny. Tego rodzaju stowarzyszenie nie może prowadzić działalności gospodarczej, ani innej działalności odpłatnej.

ROZDZIAŁ IV

UPRAWNIENIA SENIORÓW

Osoby, które ukończyły 60 lat, mają prawo do różnego rodzaju pomocy ze strony państwa. Poniżej przedstawiamy katalog świadczeń, ulg i zniżek, z których mogą korzystać seniorzy.

IV.1. Świadczenia z ZUS

Od 1.09.2017 roku osoby, które ukończyły 60 lat, nabywają prawo do emerytury, pod warunkiem że spełniają pozostałe kryteria do jej otrzymania, a jednym z nich jest posiadanie wymaganych ustawą okresów składkowych i nieskładkowych. Sama renta czy emerytura to jednak nie wszystko na co emeryci i renciści mogą liczyć w ramach świadczeń otrzymywanych z ZUS, bowiem przepisy przewidują także możliwość otrzymania:

- **dodatku pielęgnacyjnego w kwocie 209,59 zł miesięcznie.** Przysługuje on seniorom, którzy ukończyli 75 lat i jest przyznawany przez ZUS **bez konieczności składania w tym celu wniosku.** Emeryci i renciści, którzy nie osiągnęli wymaganego wieku, ale zostali uznani za całkowicie niezdolnych do pracy i samodzielnej egzystencji, otrzymają dodatek po złożeniu do ZUS wniosku wraz zaświadczeniem o całkowitej niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji;

- **dotatku kombatanckiego** w wysokości **209,59 zł** miesięcznie. Przysługuje kombatantom oraz ofiarom represji wojennych oraz okresu powojennego. Świadczenie przyznawane jest na podstawie wniosku zgłoszonego do ZUS wraz z zaświadczeniem wydanym przez Urząd do spraw Kombatantów;
- **ryczałtu energetycznego** w kwocie **166,05 zł** miesięcznie. Przysługuje kombatantom, a także ofiarom represji wojennych i okresu powojennego oraz wdowom i wdowcom po kombatantach, na podstawie zaświadczenia o uprawnieniach kombatanckich;
- **dotatku kompensacyjnego** w kwocie **31,44 zł** miesięcznie. Przysługuje kombatantom oraz wdowom i wdowcom po kombatantach;
- **dotatku za tajne nauczanie** w kwocie **209,59 zł** miesięcznie. Przyznawany jest nauczycielom, którzy w okresie okupacji prowadzili tajne nauczanie albo przed 1 września 1939 roku nauczali w języku polskim w szkołach polskich na terenie III Rzeszy Niemieckiej.

Uprawnienia w świadczenia z ZUS zmiany w przepisach emerytalnych obowiązujące od 1.10.2017

Emeryci którzy osiągnęli wiek emerytalny 60 lat kobiety i 65 lat mężczyźni, mogą dorobić do swoich świadczeń emerytalnych **bez żadnych ograniczeń.**

Uprawnienie to nie dotyczy osób które pobierają **wcześniejsze emerytury czy renty.** W zależności jaki będą uzyskiwały dochód, ich świadczenie może być zmniejszone lub zawieszane. Od 1.09.2017 do 30.11.2017 emeryci i renciści mogą dorobić do swoich emerytur i rent miesięcznie do kwoty 2954,50 zł brutto bez zmniejszenia świadczenia. Od 2954,50 zł brutto do kwoty 5486,90 zł brutto świadczenie zostanie zmniejszone o sumę przekroczenia 70 % przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia.

Powyżej 5486,90 zł brutto - ZUS wstrzyma wypłatę emerytury lub renty.

Strona internetowa Zakładu Ubezpieczeń Społecznych

<http://www.zus.pl>

Kontakt:

ZUS Biuro terenowe w Rudzie Śląskiej

Ul. Niedurnego 44, 41-709 Ruda Śląska

Tel. 32 344 79 80, fax. 32 244 38 90

Godziny przyjęć klientów:

poniedziałek 8.00 – 17.00,

wtorek – piątek 8.00 – 15.00.

Biuro terenowe podlega pod Oddział ZUS w Chorzowie:

Ul. Dąbrowskiego 45, 41-500 Chorzów

Tel. 32 349 05 00

Godziny przyjęć klientów:

poniedziałek 8.00 – 17.00,

wtorek – piątek 8.00 – 15.00

IV.2. Ośrodki pomocy społecznej

ZASIŁKI

A) zasiłek okresowy

W przypadku długiej choroby, niepełnosprawności lub w okresie oczekiwania na przyznanie świadczeń z ZUS, senior ma prawo do zasiłku okresowego. Uprawnienie do zasiłku i jego wysokość uzależniona jest od dochodu.

W przypadku osoby samotnej kryterium dochodowe uprawniające do otrzymania zasiłku okresowego to kwota 634,00 zł miesięcznie netto, lub w przypadku rodziny 514,00 zł miesięcznie na osobę w rodzinie. Zasiłek przysługuje w wysokości 50% różnicy między kryterium dochodowym a dochodem osoby samotnej lub w rodzinie.

B) zasiłek celowy

Ma na celu zaspokojenie niezbędnych potrzeb życiowych. Zasiłek przyznawany jest po to, aby zaspokoić niezbędne potrzeby życiowe i umożliwić potrzebującym zakup lekarstw, żywności czy opału na zimę. Wysokość

takiego zasiłku jest uznaniowa i uzależniona od możliwości finansowych gminy. W szczególnie uzasadnionych przypadkach może zostać seniorowi przyznany **specjalny zasiłek celowy**, mimo że kryterium uprawniające do uzyskania zasiłku zostało przekroczone.

C) zasiłek pielęgnacyjny

Seniorom chorym i niepełnosprawnym przysługuje uprawnienie do zasiłku pielęgnacyjnego. Zasiłek pielęgnacyjny wypłacany w kwocie 153 zł miesięcznie i ma na celu częściowe pokrycie wydatków związanych z koniecznością zapewnienia opieki i pomocy innej osoby. Prawo do zasiłku pielęgnacyjnego nabywa się na podstawie orzeczenia o znacznym stopniu niepełnosprawności i braku możliwości samodzielnej egzystencji wydanego przez Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności. Ponadto prawo do zasiłku pielęgnacyjnego nabywa osoba, która ukończyła 75 lat o ile nie otrzymuje dodatku pielęgnacyjnego.

USŁUGI OPIEKUŃCZE

Wniosek o udzielenie pomocy w ramach usług opiekuńczych składa się w Ośrodku Pomocy Społecznej w miejscu zamieszkania wraz z zaświadczeniem lekarskim potwierdzającym konieczność korzystania z tego typu usług.

Podstawowe usługi opiekuńcze

Usługi opiekuńcze świadczone w miejscu zamieszkania przysługują osobom samotnym, a także seniorom, którym rodzina nie jest w stanie zapewnić opieki.

Senior może liczyć na usługi w zakresie:

- pomocy w codziennym robieniu zakupów, gotowaniu, sprzątanii czy praniu, a także załatwianiu spraw urzędowych;
- opieki higieniczno-sanitarnej, takiej jak pomoc przy myciu, ubieraniu, załatwianiu potrzeb fizjologicznych, przyjmowaniu lekarstw;
- pielęgnacji zalecanej przez lekarza prowadzącego;

- pomocy w podtrzymywaniu psychofizycznej kondycji podopiecznego, tj. organizowanie spacerów czy podtrzymywanie zainteresowań podopiecznego.

UWAGA! Korzystanie z usług opiekuńczych jest odpłatne.

Ciepły posiłek dostarczany do domu

Seniorzy, którzy korzystają z usług opiekuńczych, a nie mają możliwości samodzielnego przygotowania sobie jedzenia, mogą złożyć wniosek do Ośrodka Pomocy Społecznej o udzielenie pomocy w zapewnieniu gorącego posiłku dostarczonego do domu. W tym celu osoba ubiegająca się o taką pomoc musi złożyć wniosek o udzielenie pomocy w formie gorącego posiłku, przedłożyć do wglądu:

- dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość;
- dokumenty potwierdzające sytuację finansową.

Warunkiem uzyskania tego typu pomocy jest dochód, który nie może przekraczać 150% ustawowego kryterium dochodowego, czyli łącznie 951,00 zł miesięcznie

w przypadku osoby samotnej oraz 771,00 zł miesięcznie dla osoby w rodzinie. Jeżeli dochód seniora będzie przekraczał kryterium dochodowe uprawniające do korzystania z tych usług, wówczas będzie on musiał pokryć część kosztów posiłku.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Rudzie Śląskiej

41-709, Ruda Śląska, ul. Markowej 20

tel. 32 344 03 23; 32 344 03 00, fax 32 344 03 02

Informacja Działu Opieki nad Osobami Starszymi i
Niepełnosprawnymi (sprawy dot. PFRON):

Ruda Śląska ul. Markowej 20, parter, pokój nr 4a

tel. 32 344 03 23, wew. 304

Pracownicy socjalni Działu Opieki nad Osobami Starszymi
i Niepełnosprawnymi (sprawy dot. DPS):

Ruda Śląska ul. Markowej 20,

parter, pokój nr 9 tel. 32 344 03 23, wew. 335

GODZINY PRZYJĘĆ:

Poniedziałek 14-17,

Wtorek, Środa, Piątek 8-10, Czwartek 14-15:30

Kierownik Działu Opieki nad Osobami Starszymi i

Niepełnosprawnymi: tel. (032) 344 – 03 – 10 wew. 306

IV.3. Zniżki i uprawnienia dla seniora w ramach NFZ

Refundacje

W ramach Narodowego Funduszu Zdrowia seniorzy otrzymają:

- A) refundację przedmiotów ortopedycznych takich, jak:
 - protezy,
 - kule,
 - gorsety,
 - kołnierze ortopedyczne,
 - aparaty słuchowe,
- B) refundację środków pomocniczych takich, jak:
 - pieluchomajtki,
 - pieluchy anatomiczne,
 - podkłady,

wszystko to jednak do wysokości limitu określonego w rozporządzeniu Ministra Zdrowia. Jeżeli cena produktu będzie wyższa od limitu, wówczas senior będzie musiał dopłacić brakującą różnicę. Aby skorzystać z refundacji

należy uzyskać zlecenie od lekarza specjalisty na konkretny produkt (np. proteza piersi od onkologa lub chirurga), w przypadku zaś środków pomocniczych zlecenie wystawia lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, neurolog, chirurg lub onkolog.

Prawo do opieki zdrowotnej poza kolejnością

Do opieki lekarskiej poza kolejnością mają:

- seniorzy kombatanci oraz
- inwalidzi wojenni i wojskowi.

Uprawnienie to obowiązuje w zwykłych poradniach rodzinnych i gabinetach specjalistycznych oraz w przypadku leczenia szpitalnego. Należy jednak mieć na uwadze, iż uprawnienie nie dotyczy kosztownych badań czy rehabilitacji. Co ważne – wymienione osoby mają prawo do wizyty u lekarza specjalisty bez skierowania.

Uprawnienia przewlekle chorych seniorów

Osoba przewlekle chora, która nie wymaga hospitalizacji, ale wymaga systematycznej opieki, ma prawo do **pielęgniarskiej opieki długoterminowej**. Opiekę taką otrzyma senior na podstawie skierowania otrzymanego od lekarza prowadzącego. Po uzyskaniu prawa do takiej opieki pielęgniarka będzie odwiedzała pacjenta w domu co najmniej cztery razy w tygodniu. Obowiązkiem pielęgniarki jest robienie zastrzyków, karmienie przez przetokę czy oklepywanie chorego.

Opieka hospicyjna

W terminalnym okresie choroby senior, ze względu na złe warunki mieszkaniowe, czy samotność, może znaleźć pomoc w hospicjum stacjonarnym na terenie miasta Chorzowa lub Katowic. Mieszkańcy Rudzie Śląskiej znajdują pomoc w **hospicjum domowym im. bł. Jana Pawła II**, które tworzy domowe zespoły opieki hospicyjnej zapewniające leczenie oraz długoterminową opiekę pielęgnacyjną świadczoną w domu pacjenta.

Wyjazd do sanatorium

Aby wyjechać do sanatorium z NFZ należy uzyskać skierowanie od lekarza. Przed wydaniem skierowania lekarz ocenia stan zdrowia pacjenta. Stan zdrowia stanowi podstawę do skierowania na leczenie w sanatorium. Do skierowania dołącza się wyniki badań. Wystawione przez lekarza skierowanie należy potwierdzić w oddziale wojewódzkim NFZ właściwym ze względu na miejsce zamieszkania osoby kierowanej na leczenie sanatoryjne. Powinno ono zostać rozpatrzone w ciągu 30 dni od daty wpłynięcia do NFZ. Z przyczyn proceduralnych termin ten może zostać przedłużony, jednakże nie więcej niż o 14 dni. Po rozpatrzeniu sprawy Wojewódzki Oddział NFZ wysyła do osoby, która złożyła wniosek pismo, w którym informuje ją o przyznaniu lub odmowie przyznania leczenia sanatoryjnego. W przypadku odmowy podaje jej przyczyny. W przypadku decyzji pozytywnej sytuacja osoby zakwalifikowanej może być dwojaka. Jeżeli jest dostępne miejsce w sanatorium wyjeżdża na leczenie. Jeżeli aktualnie brak jest miejsc, zostaje wpisana na listę

osób oczekujących i oczekuje na wolne miejsce (zwykle nawet do 12 - 18 miesięcy).

IV.4. Ulgi i uprawnienia związane z transportem i komunikacją

Karta parkingowa

Karta parkingowa przysługuje seniorowi ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, który ma ponadto ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się spowodowane:

- chorobą narządu wzroku,
- upośledzeniem narządu ruchu,
- chorobą neurologiczną.

Kartę parkingową otrzymuje się na podstawie orzeczenia lekarskiego potwierdzającego stan zdrowia. Uprawnienie do korzystania z karty parkingowej pozwala m.in.:

- nie stosować się do niektórych znaków drogowych dotyczących zakazu ruchu lub postoju;
- ustawa prawo o ruchu drogowym zwalnia taką osobę

min. z zakazu parkowania na tzw. „kopercie” oraz z zakazu postoju czy ruchu w obu kierunkach.

Zniżki w komunikacji miejskiej i międzymiastowej dla seniorów

W większości miast osoby **powyżej 70 roku życia** mają prawo jeździć autobusami komunikacji miejskiej **za darmo** na podstawie dokumentu umożliwiającego ustalenie tożsamości ze zdjęciem i datą urodzenia. Dla seniorów z kartą seniora również przysługują zniżki i ulgi.

PKS nie stosuje ustawowych ulg dla seniorów, ale przewoźnicy stosują zniżki dla osób powyżej 60 roku życia. Dla przykładu PKS Polonus stosuje 20% zniżki, zaś Sindbad, Eurolines Mądeltrans - 10 % zniżki.

Zniżki w PKP

PKP przygotowały dla seniorów, którzy ukończyli 60 lat bilety **z 30 % zniżką**, które obowiązują na wszystkie przejazdy w komunikacji krajowej pociągami PKP Intercity

wszystkich kategoriach w 1 i 2 klasie. Ponadto emeryci i renciści uprawnieni są w ciągu roku do 2 przejazdów drugą klasą ze zniżką 37 % (przejazd tam i z powrotem liczony jest jako dwa przejazdy).

UWAGA! Prawo do zniżek przysługuje na podstawie zaświadczenia wydawanego przez terenowe jednostki Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów, które należy okazać wraz z dowodem osobistym lub innym dokumentem potwierdzającym tożsamość.

Przewozy Regionalne również przygotowały ulgi dla seniorów 60 Plus.

Bezpłatny transport dla seniorów i osób niepełnosprawnych na terenie Rudy Śląskiej „Dzwonię i jadę”

Seniorzy oraz osoby niepełnosprawne mogą skorzystać z **bezpłatnego przejazdu** na terenie miasta dzwoniąc pod nr tel. **661-217-74**. Senior ustala wówczas, kiedy i na jakiej trasie, potrzebny jest przewóz np. do przychodni na rehabilitację, do urzędu czy do kina. Zgodnie

z ustaleniami we wskazanym dniu po zgłaszającego podjedzie bus oznaczony specjalnym logo. Z przewozu mogą skorzystać zarówno osoby indywidualne, jak i zorganizowane grupy, aby wybrać się np. na koncert, festyn czy na zakupy. Kierowcy są do dyspozycji seniorów 4 razy w tygodniu po 3 godziny dziennie.

Zniżki samolotowe

Większość przewoźników lotniczych proponuje 10-20 % zniżki na przeloty dla pasażerów powyżej 60. roku życia.

Oferty biur podróży i zniżki dla seniorów

Wiele biur podróży oferuje od wielu lat seniorom zniżki poza sezonem na wycieczki np. do Hiszpanii, na Rodos lub do Bułgarii. Specjalne oferty obejmują zarówno domy wczasowe, pensjonaty, jak i hotele. Ich ofertę można znaleźć m.in. na stronach internetowych czy w biurach podróży. Warto też spytać znajomych.

Rudzka Karta Seniora 60 +

Rudzka Karta Seniora umożliwia skorzystanie z rabatów na usługi w gabinetach :

- kosmetycznych,
- fryzjerskich,
- stomatologicznych,
- optycznych,

a także w restauracjach, a nawet w uzdrowiskach.

Lokale i obiekty partnerów, w których seniorzy mogą skorzystać z rabatów, są oznakowane specjalną naklejką promocyjną, informującą o honorowaniu „Karty seniora”. Karta wydawana jest przez Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Rudzie Śląskiej przy placu Jana Pawła II 6. Karta zostanie wydana w dniu złożenia wniosku po weryfikacji z dokumentem tożsamości. Karta uprawnia do zniżek i specjalnych usług w obszarze ochrony zdrowia, kultury, rekreacji i edukacji. Seniorzy mają ustawową zniżkę na wejściówki do wszystkich państwowych muzeów.

IV.5. Pozostałe ulgi i zniżki

Ulgi w abonamencie RTV dla seniorów

Z abonamentu RTV **zwolnieni** są seniorzy, którzy ukończyli **75 lat**. Abonamentu nie muszą płacić również emeryci, którzy ukończyli 60 lat, a ich świadczenie nie przekracza połowy przeciętnego wynagrodzenia, tj. 2110,35zł. W tym celu najlepiej udać się osobiście do urzędu pocztowego i zgłosić swoje uprawnienie do skorzystania ze zwolnienia z opłat abonamentowych.

Zwolnienia seniorów z opłat za posiadanie psa

Seniorzy, którzy ukończyli 65 lat i prowadzą samodzielne gospodarstwo domowe, zwolnieni są z opłaty za posiadanie psa.

ROZDZIAŁ V

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ

Seniorzy często padają ofiarą różnego rodzaju oszustów, którzy np. namawiają ich na kupno naczyń czy pościeli po zawyżonych cenach, albo usiłują wyłudzić pieniądze metodą „na wnuczka”. Poniżej opisujemy najczęściej spotykane sposoby tego rodzaju wyłudzeń, aby ostrzec seniorów przed zagrożeniem.

Kradzież metodą „na wnuczka”

W tej metodzie do osoby starszej dzwoni obca osoba, zwykle podająca się za znajomą jakiegoś członka rodziny, np. wnuka, syna, czy córki lub też sugerując, że sama jest członkiem rodziny, np. wnukiem. Przestępca zwykle prowadzi rozmowę w taki sposób, że osoba starsza sama „zgaduje, że rozmawia z kimś z rodziny – wnuczkiem czy siostrzenicą. Przestępcy działają zazwyczaj w zorganizowanych grupach. Na swoje ofiary wybierają osoby starsze, mieszkające samotnie. Posługują się między

innymi danymi z książek telefonicznych, np. wyszukując osoby o imionach rzadko występujących wspólnie.

Dzwonią do osoby starszej starając się ją przekonać, że są jej krewnymi lub znajomymi, lub też znajomymi krewnych. Proszą o bardzo pilną pożyczkę na różnego rodzaju cel. Oszuści, np. sugerują, że miał miejsce wypadek i są potrzebne pieniądze na opłacenie kosztów transportu do szpitala. Często też mówią np. o okazjonalnym zakupie samochodu lub innych rzeczy w korzystnej cenie. Oszuści prowadzą rozmowę w specyficzny sposób, tak aby potencjalna ofiara sama „zgodła” z kim rozmawia. Jeżeli osoba starsza zgadza się udzielić pomocy, to oszust ustala miejsce odebrania pieniędzy, zwykle mówiąc, że krewny nie może odebrać ich osobiście, ale przyśle kogoś znajomego, jakąś zaufaną osobę, której starsza osoba może przekazać pieniądze. Czasami zdarza się, że oszust podaje numer konta bankowego, na które starsza osoba może przelać pieniądze.

Aby ustrzec się przed tego typu oszustwem, osoby starsze powinny jak najszybciej skontaktować się z osobą

(krotnym, znajomym), do której mają trafić pieniądze, aby upewnić się, że to faktycznie ta osoba dzwoniła. Jeżeli jest to niemożliwe powinny zadzwonić do innego krotnego, albo poprosić o pomoc np. zaufanego sąsiada. Nie powinno się także przekazywać środków obcym osobom, a w razie podejrzeń o próbie wyłudzenia należy zawiadomić Policję.

Kradzież metodą „na policjanta”

Kradzież tą metodą podobna jest do opisanej powyżej metody kradzieży „na wnuczka”. Różnica polega na tym, że do osoby starszej dzwoni oszust podając się za policjanta lub przedstawiciela służb specjalnych. Oznajmia osobie starszej, że na jej koncie są wykonywane nielegalne operacje finansowe, w które zamieszani są np. pracownicy banku. Prosi osobę starszą o pomoc w ujęciu przestępców. W tym celu powinna ona wypłacić z banku dużą kwotę pieniędzy, a następnie wręczyć ją rzekomemu agentowi CBS lub rzekomemu pracownikowi innych służb specjalnych. Całą operacją, ze względu na dobro śledztwa

odbywa się w ścisłej tajemnicy. Osoba starsza jest ostrzegana, aby nie kontaktować się z nikim z rodziny ze względu na dobro prowadzonej akcji i konieczność zachowania ścisłej tajemnicy.

Aby ustrzec się utraty pieniędzy w ten sposób osoby starsze powinny pamiętać, że ani Policja, ani służby specjalne nigdy nie zwracają się do obywateli o przekazywanie pieniędzy. Zawsze warto zadzwonić do zaufanej osoby, która pomoże ustrzec się przed oszustwem. O podejrzanym telefonie należy też powiadomić Policję, gdyż im więcej takich zgłoszeń, tym większe prawdopodobieństwo, że sprawca zostanie ujęty.

Kradzież „na montera lub pracownika administracji”

W tej metodzie oszuści pukają do drzwi i przedstawiają się jako pracownicy administracji, gazownik czy hydraulik. Informują o awarii, o nadpłaconym rachunku, konieczności dokonania pomiarów np. okien w związku z planowaną wymianą. Oszuści działają zwykle w parach. Jeden z nich

zajmuje osobę starszą. Prosi np. o pokazanie odcinka renty lub emerytury, odkręcenie wody, wskazanie zaworu gazu. Druga szuka w tym czasie pieniędzy i kosztowności. Zwykle szuka ich w miejscach, gdzie osoby starsze często trzymają tego rodzaju rzeczy, a więc, np. puszkach po kawie, szkatułkach, na półkach w szafie czy kredensie.

Aby ustrzec się tego rodzaju oszustw pamiętajmy, że w przypadku, gdy nie dochodzi do awarii, wizyta hydraulików i innych pracowników administracji zwykle jest zapowiedziana wcześniej. Na klatkach schodowych wywieszane są informacje o odczytach gazomierzy, wodomierzy, itp. Spytajmy osobę podającą się za hydraulika o imię i nazwisko i zadzwońmy do administracji, żeby potwierdzić, że taka osoba rzeczywiście tam pracuje. Poprośmy o pomoc zaufanego sąsiada lub zadzwońmy do osoby krewnej i poprośmy osobę z administracji, aby przyszła np. za pół godziny, gdy w mieszkaniu będzie także inny domownik.

Kradzież „na szklankę wody”

W tej metodzie do drzwi mieszkania dzwoni najczęściej kobieta lub osoba z dzieckiem. Mówi po co przyszła do bloku czy kamienicy. Np. twierdzi, że jest znajomą sąsiadki, Przyszła ją odwiedzić, ale jej nie zastała. Mówi starszej osobie, że źle się poczuła i prosi o szklankę wody. Gdy starsza osoba idzie do kuchni po wodę oszustka (lub jej wspólnicy) okradają mieszkanie.

Aby ustrzec się tego rodzaju oszustwa, pamiętajmy, aby idąc po wodę nie wpuszczać obcej osoby do własnego mieszkania. Zamknijmy drzwi i otworzymy je dopiero podając wodę. Poprośmy o pomoc zaufanego sąsiada.

SMS Premium

Czasami dostajemy różnego rodzaju smsy z wiadomościami. Osoby starsze powszechnie przecież posługują się obecnie telefonami komórkowymi. Najczęściej w treści smsa znajduje się np. informacja o wygranej w konkursie. Aby ją odebrać trzeba wysłać smsa o określonej treści na podany numer. Za ten sms

trzeba jednak bardzo dużo zapłacić. Koszt smsa wskazany jest w taki sposób, że osoba starsza orientuje się, że została oszukana dopiero po otrzymaniu rachunku za telefon. Na podobnej zasadzie działają smsy z informacją, że dana osoba została np. abonentem jakiejś usługi. Treść smsa sugeruje, że jeżeli dana osoba nie chce z niej korzystać, to powinna wysłać sms o treści „NIE” na podany numer. Wysłanie takiej wiadomości powoduje naliczenie wysokiej opłaty.

Na podobnej zasadzie działają niektóre połączenia telefoniczne. Osoba starsza na wyświetlaczu widzi nieodebrane połączenie z nieznanego jej numeru. Oddzwania. Okazuje się, że minuta połączenia to koszt np. 10 zł.

Aby ustrzec się przed tego rodzaju oszustwami należy uważnie czytać treść smsów z ofertami, które otrzymujemy. W razie wątpliwości można się poradzić zaufanych osób, np. sąsiadów, rodziny, znajomych. Z ostrożności nie oddzwaniajmy także na nieznanne numery telefonów.

Zakup niechcianego towaru lub usługi

Nie zawsze działania mające na celu oszukanie osób starszych przyjmują postać kradzieży, czy wyłudzenia. Osobom starszym często są także oferowane różnego rodzaju towary i usługi, np. zestawy naczyń lub kołdry w cenach znacznie wyższych niż rynkowe. Towary te są oferowane jako szczególne okazje na różnego rodzaju pokazach i spotkaniach. Po powrocie ze spotkania okazuje się, że naczynia, kołdra, czy inny towar nie mają wcale „cudownych” właściwości, o których mówiono podczas spotkania, a senior zostaje z koniecznością spłaty wysokich rat za niechciany i bezużyteczny towar.

Oprócz towarów osobom starszym oferowany jest także, np. zakup usług telefonicznych, czy telewizji cyfrowej, albo zmiana dostawcy prądu elektrycznego. Osoby starsze wykupując dodatkowy abonament lub zmieniając operatora narażają się często na dodatkowe koszty. O fakcie tym dowiadują się dopiero, gdy przychodzi pierwszy rachunek z nowej firmy.

Wówczas chcą zerwać umowę, ale okazuje się, że grożą za to wysokie kary umowne.

Pamiętajmy, że konsument, który zawarł umowę na odległość (lub poza lokalem przedsiębiorstwa) **może w terminie 14 dni odstąpić od niej bez podawania przyczyny**. Informację o prawie odstąpienia od umowy, jak również wzór odpowiedniego oświadczenia o odstąpieniu konsument powinien otrzymać od sprzedawcy. Jeśli sprzedawca nie dopełnił tego obowiązku, to na odstąpienie od umowy konsument będzie miał 14 dni od momentu dowiedzenia się o powyższym uprawnieniu.

Termin ten liczy się:

- dla umowy, w wykonaniu której przedsiębiorca wydaje rzecz, będąc zobowiązany do przeniesienia jej własności – od objęcia rzeczy w posiadanie przez konsumenta lub wskazaną przez niego osobę trzecią (np. 1 grudnia konsument zamówił na pokazie kołdrę, którą przesłano mu 8 grudnia; termin na odstąpienie upływa 22 grudnia); pamiętajmy że jeżeli zakup został dokonany na raty,

czyli kupując kołdrę na pokazie równocześnie zawarliśmy umowę kredytu (tzw. kredyt wiązany) na jej zakup, to odstąpienie od umowy zakupu kołdry jest skuteczne także wobec umowy o kredyt wiązany. Innymi słowy – wystarczy tylko jedno pismo o odstąpieniu skierowane do sprzedawcy, nie trzeba dodatkowo rozwiązywać umowy o kredyt.

- dla umowy, która obejmuje wiele rzeczy, które są dostarczane osobno, partiami lub w częściach – od objęcia w posiadanie ostatniej rzeczy, partii lub części,
- dla umowy, która polega na regularnym dostarczaniu rzeczy przez czas oznaczony – od objęcia w posiadanie pierwszej z rzeczy (np. gdy konsument zamówił prenumeratę gazety i pierwszy egzemplarz otrzymał 1 grudnia, termin na odstąpienie od umowy upływa 15 grudnia).

Konsument może odstąpić od umowy, składając przedsiębiorcy oświadczenie o odstąpieniu od umowy.

Może je złożyć na formularzu albo w innej formie pisemnej. Najlepiej jest wysłać odstąpienie od umowy listem poleconym za potwierdzeniem odbioru; można też złożyć je osobiście w lokalu przedsiębiorcy, za potwierdzeniem dostarczenia. W przypadku skutecznego odstąpienia od umowy zawartej na odległość (lub poza lokalem przedsiębiorstwa) umowę uważa się za niezawartą. Jeżeli konsument złożył oświadczenie o odstąpieniu od umowy zanim przedsiębiorca przyjął jego ofertę, oferta przestaje wiązać.

Zarówno przedsiębiorca, jak i konsument mają w tej sytuacji obowiązek rozliczenia się. Przedsiębiorca w tym celu musi nie później niż w terminie 14 dni od dnia otrzymania oświadczenia konsumenta o odstąpieniu od umowy, zwrócić konsumentowi wszystkie dokonane przez niego płatności, w tym koszty dostarczenia rzeczy. Konsument natomiast oprócz złożenia wypowiedzenia powinien zwrócić przedsiębiorcy zakupiony towar. Konsument ponosi odpowiedzialność za zmniejszenie wartości rzeczy będące wynikiem korzystania z niej

w sposób wykraczający poza konieczny do stwierdzenia charakteru, cech i jej funkcjonowania.

Jeżeli zawarliśmy niekorzystną umowę poprośmy o pomoc kogoś z rodziny, znajomego, zwróćmy się o pomoc np. do Biura Porad Obywatelskich czy punktu nieodpłatnych porad prawnych.

INDEKS ALFABETYCZNY

A

| | |
|---------------|----|
| Abonament RTV | 91 |
|---------------|----|

B

| | |
|---|----|
| Bank czasu | 69 |
| Biuletyn Informacji Publicznej | 65 |
| Biuro Porad Obywatelskich w Rudzie Śląskiej | 37 |
| Bytomski Uniwersytet Trzeciego Wieku | 11 |

C

| | |
|----------------|----|
| Ciepły posiłek | 80 |
|----------------|----|

D

| | |
|--------------------------------|----|
| Dodatek kombatancki | 74 |
| Dodatek kompensacyjny | 74 |
| Dodatek pielęgnacyjny | 73 |
| Dodatek za tajne nauczanie | 75 |
| Dorabianie do emerytury | 75 |
| Dzienne domy pomocy społecznej | 44 |
| „Dzwonie i jadę” | 88 |

G

| | |
|---|----|
| Górnośląski Uniwersytet Trzeciego Wieku | 13 |
|---|----|

H

| | |
|-----------|----|
| Hospicjum | 84 |
|-----------|----|

I

| | |
|------------------------|----|
| Informator obywatelska | 39 |
|------------------------|----|

K

| | |
|---|----|
| Karta parkingowa | 86 |
| Komitet społeczny | 70 |
| Kongres „Obywatel Senior” | 29 |
| Konkurs „Ambasador/ambasadorka srebrnego pokolenia województwa śląskiego” | 30 |
| Kooperatywa | 70 |
| Kradzież metoda ‘na montera” | 95 |
| Kradzież metodą „na policjanta” | 94 |
| Kradzież metodą „na pracownika administracji” | 95 |
| Kradzież ‘na szklanekę wody” | 97 |
| Kradzież metodą „na wnuczka” | 92 |

N

| | |
|--------------------------|----|
| Nieodpłatna pomoc prawna | 31 |
|--------------------------|----|

O

| | |
|---|----|
| Obywatelska inicjatywa ustawodawcza | 62 |
| Obywatelska inicjatywa uchwałodawcza | 63 |
| Odstąpienie od umowy zawartej na odległość | 98 |
| Odstąpienie od umowy zawartej poza lokalem przedsiębiorcy | 99 |
| Opieka lekarska poza kolejnością | 83 |
| Opłata za posiadanie psa | 91 |

P

| | |
|--|----|
| Petycja | 55 |
| Pielęgniarska opieka długoterminowa | 84 |
| Polskie Związki Emerytów i Rencistów | 21 |
| Porada obywatelska | 38 |
| Prawo do uzyskania informacji publicznej | 63 |

R

| | |
|------------------------------------|----|
| Rada Seniorów | 51 |
| Refundacje NFZ | 82 |
| Rudzka Karta Seniora | 90 |
| Rudzki Uniwersytet Trzeciego Wieku | 8 |
| Ryczałt energetyczny | 74 |

S

| | |
|-----------------------|----|
| Sanatorium | 85 |
| Senioralia | 26 |
| Skargi i wnioski | 59 |
| SMS Premium | 97 |
| Stowarzyszenie zwykłe | 71 |

U

| | |
|--|----|
| Uniwersytet Trzeciego Wieku | 6 |
| Uniwersytet Trzeciego Wieku w Świętochłowicach | 14 |
| Usługi opiekuńcze | 79 |

W

| | |
|----------------------------|----|
| Wigilia dla osób samotnych | 30 |
| Wymiennik | 69 |

Z

| | |
|---|----|
| Zajęcia edukacyjne oferowane przez organizacje pozarządowe | 16 |
| Zasiłek okresowy | 77 |
| Zasiłek celowy | 77 |
| Zasiłek pielęgnacyjny | 78 |
| Zniżki w komunikacji | 87 |
| Zniżki PKP | 87 |
| Zniżki samolotowe | 89 |