



NIEODPŁATNE USŁUGI

-POMOC PRAWNA
-PORADY OBYWATELSKIE
-MEDIACJA

PRAWA I PRZYWILEJE SENIORÓW



Publikacja bezpłatna nieprzeznaczona do sprzedaży.
Zawiera stan prawny na wrzesień 2024 r.

E-WYDANIE



Ministerstwo
Sprawiedliwości



POWIAT
DĘBICKI

sursuŋ
corda
STOWARZYSZENIE
w dobre serca

Zadanie publiczne z zakresu administracji rządowej, finansowane ze środków przekazanych
przez Powiat Dębicki.

Zakres Nieodpłatnej Pomocy



NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

- informacja o stanie prawnym lub obowiązkach i uprawnieniach • wskazanie sposobów rozwiązania problemu prawnego • sporządzenie projektu pisma (z wyłączeniem spraw w toczących się już postępowaniach), w tym o zwolnienie z kosztów sądowych lub o ustanowienie pełnomocnika
- poinformowanie o kosztach i ryzyku finansowym skierowania sprawy do sądu
- nieodpłatna mediacja • informacja o możliwościach innej, darmowej pomocy



NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

- rozpoznanie problemu i udzielenie porady dostosowanej do indywidualnej sytuacji, zwłaszcza w sprawach zadłużenia, mieszkaniowych oraz zabezpieczenia społecznego • poinformowanie o przysługujących uprawnieniach lub ciążących obowiązkach • wsparcie w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, np. poprzez sporządzenie planu wyjścia z trudnej sytuacji oraz udzielenie pomocy w jego realizacji • skierowanie do odpowiednich instytucji lub placówek nieodpłatnej pomocy • nieodpłatna mediacja



NIEODPŁATNA MEDIACJA

- poinformowanie o możliwościach i korzyściach polubownych metod rozwiązywania sporów • przygotowanie projektu umowy o mediację lub wniosku o przeprowadzenie mediacji • przygotowanie projektu wniosku o przeprowadzenie mediacji w sprawie karnej • przeprowadzenie mediacji
- udzielenie pomocy w sporządzeniu do sądu wniosku o zatwierdzenie ugody zawartej przed mediatorem

MEDIACJA jest dobrowolna, nieformalna i poufna, a mediator jest osobą bezstronną.

Prawa i przywileje seniorów

- według stanu prawnego na dzień 30.09.2024 r. -

Opracowanie: Anna Ślusarczyk

Ukończenie 60 roku życia to taki etap w życiu człowieka, który powinien być zasłużonym okresem wypoczynku i spełniania marzeń. Jednak, aby móc tym czasem cieszyć się w pełni, warto poznać sposoby na ograniczenie kosztów życia i opłat. Dobrze jest także znać przywileje, zniżki i udogodnienia dostępne dla seniorów, mające na celu uniknięcia nadmiernego nadwyrężania i tak z reguły skromnego budżetu starszych ludzi. Istnieje również szereg dodatków do emerytury, które mogą być pomocne w podreperowaniu budżetu seniora. Wiele z nich, nie tylko emerytury, 1 marca każdego roku podlega waloryzacji.

Z niniejszej broszury krok po kroku dowiesz się z jakich świadczeń, dodatków i ulg mogą korzystać teraz i w 2025 roku seniorzy, czyli osoby po 60 roku życia.

Pamiętaj, że instytucjami, które mają obowiązek udzielić Ci jako seniorowi wszystkich szczegółowych informacji w kwestiach związanych z przywilejami i uprawnieniami są właściwe ze względu na Twoje miejsce zamieszkania:

- **Urząd Miasta lub Gminy**
- **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej/Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**
- **Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) – w zakresie emerytury, renty, zasiłków**

Zgodnie z definicją Ustawy o osobach starszych, osoba starsza to osoba, która ukończyła 60 lat. Osoby te (seniorzy) są podmiotem polityki senioralnej. Ustawa określa zakres monitorowania i przedstawiania informacji o sytuacji osób starszych, podmioty uczestniczące w realizacji tego zadania oraz źródła jego finansowania. W wyniku realizacji tych zadań podejmowane są działania skierowane do seniorów, w tym np. Program Wieloletni „Senior+”.

Polityka senioralna to ogół działań organów administracji publicznej oraz innych organizacji i instytucji, które realizują zadania i inicjatywy kształtujące warunki godnego i zdrowego starzenia się. Wszelkie działania skierowane do seniorów finansowane lub dofinansowane są z budżetu państwa. Za politykę senioralną aktualnie odpowiada Minister ds. Polityki Senioralnej.

Działania skierowane do seniorów i ich monitoring związane są z takimi obszarami, jak:

- sytuacja demograficzna społeczeństwa i struktura demograficzna według wieku populacji osób starszych, prognozy na kolejne lata oraz implikacje zmian demograficznych dla polityki państwa;
- sytuacja dochodowa, warunki bytu, w tym warunki mieszkaniowe;
- aktywność zawodowa;
- sytuacja rodzinna i struktura gospodarstw domowych;
- stan zdrowia i jego uwarunkowania oraz jakość życia związana ze zdrowiem, w tym dostępność do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych;
- dostępność i poziom usług socjalnych, w tym opiekuńczych;
- sytuacja osób niepełnosprawnych i ich opiekunów;
- aktywność społeczna i obywatelska;
- aktywność edukacyjna i kulturalna;
- aktywność sportowa i rekreacyjna;
- równe traktowanie i przeciwdziałanie dyskryminacji ze względu na wiek;

Istotnym aspektem polityki senioralnej, znacznie wpływającym na jakość życia seniorów w Polsce, jest szereg przywilejów, z których z racji wieku mogą skorzystać osoby, które ukończą 60 lat.

Waloryzacja emerytur: 1 marca każdego roku

Celem waloryzacji jest ochrona emerytur i rent przed utratą ich realnej wartości spowodowanej inflacją. Zasada jest prosta: im wyższa inflacja, tym wyższa waloryzacja. Proces waloryzacji, czyli podwyższenia świadczeń odbywa się zawsze 1 marca i jest zagwarantowany ustawowo. Jeśli okaże się, że waloryzacja rzeczywiście wyniesie niecałe 6,78%, będzie to oznaczało, że minimalna emerytura będzie od 2025 roku wynosić 1.901,7 zł brutto, a nie 1.780,96 zł, jak jest aktualnie. Oznacza to wzrost zaledwie o 120,74 zł.

13. emerytura

Trzynasta emerytura to roczny dodatek zagwarantowany ustawą, który otrzymują wszyscy emeryci i renciści niezależnie od wysokości ich podstawowego świadczenia. Dodatek wypłacany jest w kwietniu każdego roku. ZUS oraz pozostałe organy emerytalne wypłacają go automatycznie wszystkim uprawnionym bez konieczności składania wniosku. Kwota trzynastej emerytury wynosi tyle, ile najniższa emerytura obowiązująca od 1 marca danego roku.

Zgodnie z prognozą rządu, najbliższa waloryzacja, która zaplanowana jest na 1 marca 2025 roku, wyniesie 6,78 %.

Wraz z waloryzacją, wzrośnie również kwota dodatku w postaci trzynastej emerytury. Świadczenie to wynosi tyle, ile wynosi emerytura minimalna w danym roku, czyli, jeśli powyższe założenia się potwierdzą, w 2025 roku będzie to 1901,7 zł.

Trzynasta emerytura nie obejmuje jednak wszystkich emerytów i rencistów w tym samym zakresie. W przypadku, gdy emerytura przekracza z trzynastką 2500 złotych, wówczas należy odliczyć od tej kwoty składkę zdrowotną oraz zaliczkę na podatek dochodowy.

14. emerytura

Czternasta emerytura to roczny dodatek do emerytury przeznaczony dla seniorów o niskich świadczeniach. Nie wszyscy emeryci otrzymują tzw. czternastkę, a niektórzy dostają ją w obniżonej kwocie. Wysokość czternastej emerytury jest równa najniższej emeryturze obowiązującej w danym roku z możliwością podwyższenia świadczenia. Nie ma potrzeby składania wniosku o wypłatę 14. emerytury. Emeryci i renciści, których emerytury wynoszą do 2900 zł brutto, otrzymują pełną kwotę czternastej emerytury po odjęciu składki zdrowotnej i podatku dochodowego. Osoby, których podstawowe świadczenie przekracza próg 2900 zł brutto, dostaną czternastą emeryturę pomniejszoną według zasady „złotówka za złotówkę”. Minimalna kwota czternastej emerytury to 50 zł brutto. Termin wypłaty czternastki jest elastyczny i określany co roku przez właściwego ministra.



Dodatki do emerytury

Każdy senior powinien sprawdzić, czy nie należy mu się dodatek do emerytury przyznawany na wniosek. Takich dodatków jest całkiem sporo, a ich wysokość to kwota nawet 330 złotych miesięcznie do emerytury. Warto więc sprawdzić zasady i złożyć w ZUS lub KRUS odpowiedni wniosek, jeśli spełnia się dane warunki.

Dodatki do emerytury to:

- Dodatek do emerytury dla sołtysów
- Dodatek pielęgnacyjny do emerytury
- Dodatek kombatancki oraz dodatek kompensacyjny do emerytury
- Dodatek do emerytury za tajne nauczanie
- Dodatek do emerytury dla weterana poszkodowanego
- Świadczenie pieniężne dla byłych żołnierzy przymusowo zatrudnianych
- Świadczenia pieniężne dla osób deportowanych
- Świadczenia pieniężne dla osób będących cywilnymi niewidomymi ofiarami działań wojennych
- Ryczałt energetyczny



Renta wdowia

Renta wdowia to nowe reguły zbiegu prawa do renty rodzinnej nabytej z tytułu bycia wdową lub wdowcem z uprawnieniami do innych, wskazanych w ustawie świadczeń emerytalno-rentowych. Renta wdowia zacznie obowiązywać już w 2025 roku. Emeryci będą mogli pobierać część świadczenia po zmarłym współmałżonku. Wnioski będzie można składać od 1 stycznia 2025 r., a wypłaty rozpoczną się w lipcu 2025 r. Rentę wdowią otrzymają osoby, których zmarły współmałżonek był uprawniony do świadczenia emerytalnego. Do renty wdowiej będą także uprawnione osoby, które owdowiały nie wcześniej niż 5 lat przed osiągnięciem powszechnego wieku emerytalnego. Oznacza to, że na rentę wdowią mogą liczyć:

- kobiety owdowiałe w wieku 55 lat (lub więcej);
- mężczyźni owdowiali w wieku 60 lat (lub więcej).

Warunkiem ubiegania się o rentę wdowią jest pozostawanie we wspólności małżeńskiej do dnia śmierci małżonka - renta ta nie przysługuje po ustanowieniu rozdzielności majątkowej oraz po rozwodzie.



- W pierwszym roku obowiązywania ustawy, tj. w roku 2025, renta wdowia będzie wynosiła 15 % świadczenia po zmarłym małżonku. W przypadku emerytury w wysokości 2.000 zł będzie to 300 zł.
- Od 2026 roku wysokość renty wdowiej wyniesie 25 proc. świadczenia po zmarłym małżonku. W przypadku emerytury w wysokości 2.000 zł będzie to 500 zł.
- Limit sumy obu świadczeń ustalono na trzykrotność minimalnej emerytury. Minimalna emerytura w 2025 roku wyniesie 1901,71 zł. Oznacza to, że emeryt będzie mógł pobierać świadczenia do wysokości 5.705,13 zł.

Bon senioralny

Aktualnie nadal w przygotowaniu znajduje się ustawa o bonie senioralnym (UA3). Ustawa zakłada wsparcie seniorów w wieku 75+ i ich pracujących członków rodzin. Projektowane rozwiązanie jest nakierowane na osoby aktywne zawodowo, które w związku z wykonywaną pracą nie mogą zapewnić wsparcia bliskiej osobie starszej w zakresie podstawowych czynności dnia codziennego.

Zgodnie z projektem ustawy osobą uprawnioną do korzystania z usług świadczonych w ramach bonu senioralnego będzie osoba, która ukończyła 75. rok życia w przypadku, której jest możliwe zidentyfikowanie określonych potrzeb w zakresie podstawowych czynności dnia codziennego, które to potrzeby nie mogą zostać zaspokojone przez rodzinę tej osoby.

Osobą uprawnioną do pozyskania usług w ramach bonu senioralnego na rzecz osoby starszej będzie jej zstępny, czyli osoba na której ciąży obowiązek alimentacyjny (czyli najczęściej dzieci lub wnuki) i która uzyskuje dochody z pracy (umowa o pracę, umowa cywilnoprawna, własna działalność gospodarcza, dochody z pracy w rolnictwie).

Usługi świadczone w ramach bonu senioralnego będą przyznawane w zakresie podstawowych czynności dnia codziennego w ramach 4 obszarów, które będą obejmować:

- podstawowe zaspokojenie codziennych potrzeb życiowych lub
- pomoc w uzyskaniu dostępu do świadczeń zdrowotnych, lub
- podstawową opiekę higieniczno-pielęgniacyjną, lub
- zapewnienie kontaktów z otoczeniem.

Bon senioralny będzie realizować gmina lub zleci jego realizację różnym typom podmiotów. Miesięczna wartość bonu senioralnego może wynosić maksymalnie 2150,00 zł, co odpowiada 50% wynagrodzenia minimalnego

w II połowie 2024 r. Bon senioralny to prawo do skorzystania ze wsparcia w ramach usług o charakterze opiekuńczym w określonej liczbie godzin i zakresie podstawowych czynności dnia codziennego przez gminę. Wartość bonu odpowiadać będzie liczbie godzin przemnożoną przez stawkę za jedną godzinę usług. Wartość bonu senioralnego, która nie zostanie wykorzystana w danym miesiącu, nie jest dodawana do wartości bonu senioralnego ustalanej na kolejny miesiąc. Bon senioralny nie podlega wymianie na gotówkę czy też inne prawne środki płatnicze lub inne środki wymiany.

Przyjęcie ustawy o bonie senioralnym planowane było na III kwartał 2024 r., jednak jej procedowanie przedłuża się.



Emerytura bez podatku

Obecnie, kwota wolna od podatku wynosi 30 tysięcy złotych. To oznacza, że emerytura, która nie podlega opodatkowaniu, wynosi do 2.500,00 zł brutto, czyli 2.275,00 zł netto miesięcznie.

PIT-0 - ulga dla pracujących seniorów

PIT-0 dla seniora to ulga dla osób, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny – odpowiednio 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn i zdecydowały się kontynuować pracę zawodową. Ulga polega na zwolnieniu od podatku dochodowego przychodów, maksymalnie do kwoty 85.528,00 zł, osiągniętych z tytułu:

- pracy na etacie (umowa o pracę, stosunek służbowy, praca nakładcza, spółdzielczy stosunek pracy);
- umowy zlecenie;
- prowadzenia działalności gospodarczej (formy opodatkowania: skala podatkowa, podatek liniowy, ryczałt).

Warunkiem koniecznym do uzyskania zwolnienia jest kontynuowanie pracy zawodowej i podleganie ubezpieczeniom społecznym w rozumieniu ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych oraz rezygnacja z pobierania emerytury pomimo nabycia uprawnień.



MAMA 4+ emerytura za wychowanie czwórki dzieci

Mama 4+ to rodzicielskie świadczenie uzupełniające przyznawane z tytułu wychowania czwórki lub większej ilości dzieci i rezygnację z pracy lub jej niepodjęcie. Warto zaznaczyć, że to świadczenie nie jest przeznaczone wyłącznie dla matek – mogą o nie ubiegać się również ojcowie. Dodatek Mama 4+ jest przyznawany na wniosek, a jego maksymalna kwota jest równa najniższej emeryturze. Wysokość świadczenia w ramach programu Mama 4+ odpowiada kwocie minimalnej emerytury. Od marca 2024 roku wynosi ono zatem 1780,96 zł brutto.

Darmowe leki 65+

Od 1 września 2023 r. także osoby 65+ niezmiennie mogą korzystać z programu zapewniającego darmowe leki dla seniorów. Dotąd program ten obejmował wyłącznie seniorów z przedziału 75+. Tak jak dotychczas, nie wszystkie leki znajdują się na liście leków darmowych, jednak to rozwiązanie i tak pozwala podreperować budżet seniora. Aby otrzymać bezpłatny lek, należy od lekarza uzyskać receptę „S” i spełnić kilka dodatkowych warunków, m.in. kryteria refundacji. Od kwietnia 2024 roku lista bezpłatnych leków dla seniorów zawiera 3752 pozycje.



500+ dla seniora

Świadczenie uzupełniające, zwane „500+ dla seniora”, to dodatek nie tylko dla osób starszych. Z dodatku mogą skorzystać osoby niepełnosprawne, niezdolne do samodzielnej egzystencji, powyżej 75 roku życia i pobierające zasiłek pielęgnacyjny.

Aby uzyskać to świadczenie 500+ dla seniora, należy spełnić pewne warunki. Świadczenie 500+ dla seniora przysługuje osobom, które:

- ukończyły 75 lat – dodatek ten jest przeznaczony wyłącznie dla seniorów powyżej 75. roku życia. Jeśli osoba osiągnie ten wiek w trakcie roku kalendarzowego, może ubiegać się o świadczenie od miesiąca następującego po miesiącu, w którym ukończyła 75 lat;
- pobierają emeryturę lub rentę – 500 plus dla emerytów i rencistów jest skierowane głównie do osób pobierających emeryturę lub rentę z ZUS lub innych instytucji emerytalnych;
- są zameldowane w Polsce – warunkiem otrzymania dodatku jest stałe miejsce zamieszkania na terenie Polski. Dotyczy to również osób przebywających czasowo za granicą, ale posiadających stałe zameldowanie w Polsce;
- złożyły odpowiedni wniosek – aby uzyskać świadczenie, konieczne jest złożenie wniosku o 500 plus dla seniora w ZUS. Jest to krok niezbędny do otrzymania wsparcia.

Kryterium dochodowe podlega waloryzacji i zmienia się co roku, a od 1 marca 2024 wynosi 2419,33 zł brutto. W przypadku przekroczenia progu dochodowego 500+ jest pomniejszane według zasady „złotówka za złotówkę”.

Dodatek pielęgnacyjny dla seniorów 75+

Dodatek pielęgnacyjny to świadczenie przysługujące seniorom w dwóch sytuacjach: gdy są całkowicie niezdolni do pracy lub po ukończeniu 75 roku życia. Osoby, które osiągnęły ten wiek, nie muszą składać wniosku, ponieważ ZUS automatycznie rozpocznie jego wypłacanie. Natomiast osoby całkowicie niezdolne do pracy i samodzielnego życia otrzymują ten dodatek na podstawie orzeczenia lekarza orzecznika ZUS. Świadczenie jest corocznie waloryzowane. Od 1 marca 2024 roku wzrosło do 330,07 zł.

Należy jednak pamiętać, że dodatek ten nie jest wypłacany przebywającym w zakładzie opiekuńczo-leczniczym lub w zakładzie pielęgnacyjno-opiekuńczym powyżej 2 tygodni w miesiącu. Warto również zaznaczyć, że dodatek pielęgnacyjny dla seniorów jest wypłacany przez ZUS, natomiast zasiłek pielęgnacyjny przysługujący w innym przypadku jest wypłacany przez gminę.

Młodszy seniorzy też mogą otrzymać ten dodatek na swój wniosek, jeśli lekarz orzecznik ZUS (komisja lekarska ZUS) w orzeczeniu stwierdzi, że wnioskodawca jest całkowicie niezdolny do pracy oraz do samodzielnej egzystencji. Zaświadczenie o stanie zdrowia składa się na druku OL-9, który można znaleźć na stronie ZUS lub w oddziale. Musi wypełnić je lekarz prowadzący nie później niż na miesiąc przed dniem, w którym emeryt złoży wniosek o dodatek.



Zasiłek pielęgnacyjny 75+

Zasiłek pielęgnacyjny to świadczenie przyznawane między innymi osobom, które osiągnęły 75 lat. Jest to forma wsparcia mająca na celu częściowe pokrycie kosztów związanych z zapewnieniem opieki osobie, która nie jest w stanie samodzielnie funkcjonować. Kwota zasiłku od 2019 roku wynosi 215,84 zł miesięcznie. Co 3 lata wysokość tego zasiłku jest weryfikowana. W roku 2024 nie została ona podniesiona, a najbliższa weryfikacja będzie miała miejsce dopiero w roku 2027. O zmianie kwoty decyduje Rada Ministrów w drodze rozporządzenia. Świadczenie to jest wypłacane przez gminę.

Zasiłek pogrzebowy

Zasiłek pogrzebowy to jednorazowe świadczenie przyznawane m.in. emerytom lub rencistom w celu pokrycia kosztów związanych z pogrzebem bliskiej osoby. Aktualnie zasiłek ten wynosi niezmiennie 4000 zł i przysługuje m.in. członkom rodziny, którzy ponieśli koszty związane z ceremonią pogrzebową. Aby otrzymać zasiłek, konieczne jest złożenie wniosku w ZUS i dołączenie rachunków oraz faktur dotyczących pochówku. Pomimo planów podniesienia tego świadczenia od 1 lipca 2025 r., zasiłek ten nie został podwyższony. Nic nie wskazuje na to, żeby miało się to zmienić w roku 2025.



DOKUMENTY UPRAWNIAJĄCE DO ZNIŻEK

Legitymacja emeryta/rencisty

Legitymacja emeryta/rencisty – to karta wydawana przez ZUS, która jest formą poświadczenia przez seniora do danej ulgi. Taką legitymację można wyrobić na wniosek w każdym lokalnym oddziale ZUS-u.

Od 1 stycznia 2023 r. każda osoba, która nabędzie prawo do emerytury lub renty legitymację emeryta/rencisty otrzymuje w wersji elektronicznej – jest to tzw. mLegitymacja dostępna w aplikacji mobilnej na smartfon „mObywatel”.

Aplikację „mObywatel” należy pobrać ze sklepów

Google Play / App Store

i zainstalować ją na swoim smartfonie,
a następnie „dodać dokument” i wybrać
legitymację emeryta-rencisty.



mObywatel



Google Play



App Store

Jeśli jednak dany senior lub rencista nie chce posługiwać się elektroniczną wersją legitymacji, ma możliwość złożenia wniosku o wydanie tradycyjnej plastikowej karty. W tym celu należy złożyć w ZUS-ie wniosek o symbolu ERL.

Posiadając legitymację emeryta senior zyskuje dostęp do wielu zniżek na produkty czy usługi, których udzielają także przedsiębiorcy, organizatorzy wydarzeń kulturalnych oraz instytucje oferujące zabiegi zdrowotne czy zajęcia sportowe.

Zniżki na Ogólnopolską Kartę Seniora 2024

Osoby 60+ mogą wyrobić Ogólnopolską Kartę Seniora, która jest wydawana w ramach programu Stowarzyszenia MANKO. Jest to dokument, który upoważnia do zniżek na terenie całej Polski. Aktualnie Ogólnopolską Kartę Seniora honoruje 3500 punktów. Zniżka dla seniora jest najczęściej udzielana w: sanatoriach, uzdrowiskach, przychodniach oraz instytucjach kultury.



Dębicka Karta Seniora

Coraz więcej miast wprowadza lokalne Karty Seniora, uprawniające do wielu zniżek w instytucjach kultury, sztuki, rekreacji, a także w wybranych sklepach i firmach usługowych. Nie inaczej jest w Dębicy. Dębicka Karta Seniora uprawnia mieszkańców Dębicy, którzy ukończyli 60. r.ż. do korzystania z różnego rodzaju zniżek i ulg przy zakupie towarów lub usług, w tym także usług kulturalnych, sportowych i rekreacyjnych świadczonych przez jednostki organizacyjne Miasta Dębica. Program ma charakter otwarty i mogą do niego przystąpić zainteresowane podmioty, które zaoferują zniżki i preferencje na zawarte w swej ofercie dobra i usługi, z którymi zostanie podpisane porozumienie.

Dębicka Karta Seniora wydawana jest bezpłatnie, każdej osobie zgłoszonej we wniosku, która ukończyła 65 rok życia. Wniosek od wnioskodawcy ubiegającego się o przyznanie Dębickiej Karty Seniora znajduje się na stronie

<http://www.mops-debica.pl/p,126,uprawnieni-do-otrzymania-debickiej-karty-seniora>

Uzupełniony wniosek należy złożyć w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Dębicy:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębicy
ul. Akademicka 12, 39-200 Dębica

Dodatkowe informacje na temat Dębickiej Karty Seniora można uzyskać pod numerem telefonu: +48 14 670 50 06 wew 120.

Lista podmiotów, w których dębickcy seniorzy mogą skorzystać z tańszych usług (uzdrowiskowych, fitness i basen) oraz zakupić taniej produkty, w tym okulary czy sprzęt rehabilitacyjny, znajduje się na stronie: <https://debica.pl/zasilki-i-pomoc-socjalna/debicka-karta-seniora/>

ZNIŻKI DLA SENIORÓW

Tańsza komunikacja dla seniorów

- Seniorzy uprawnieni są również do korzystania ze zniżek na opłaty za komunikację miejską oraz transport publiczny. W zdecydowanej większości przypadków okazanie legitymacji emeryta lub karty seniora upoważni starszą osobę do przejazdu na podstawie biletu ulgowego. Czasami samo udokumentowanie osiągnięcia określonego wieku w zależności od miasta może upoważniać do bezpłatnego podróżowania komunikacją zbiorową (z reguły jest tak na przykład w dużych aglomeracjach miejskich).
- Warto pamiętać, że każde miasto czy gmina samodzielnie ustanawia zniżki w postaci prawa do nabycia biletów ulgowych przez emerytów/ rencistów lub prawo bezpłatnego korzystania z komunikacji miejskiej w danej miejscowości. Dlatego ważne jest, aby zawsze sprawdzać aktualne ceny biletów i ulgi. Można to zrobić na stronach internetowych Miejskich Zakładów Komunikacji danego miasta czy ich aplikacjach, w punktach MZK zlokalizowanych na terenie miasta lub na tablicach informacyjnych znajdujących się na przystankach lub autobusach/ tramwajach.

Ulgi na bilety PKP dla seniorów

- PKP Intercity w swojej stałej ofercie ma "Bilet dla seniora" – ulga ta skierowana jest dla wszystkich, którzy ukończyli 60 lat i wynosi 30%. Zniżka ta obowiązuje na przejazdy w komunikacji krajowej pociągami wszystkich kategorii spółki PKP IC w pierwszej i drugiej klasie. Aby potwierdzić uprawnienie do skorzystania z tej zniżki, wystarczy okazać konduktorowi dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i wiek (może to być np. dowód osobisty).
- Dodatkowo 2 razy w roku osoby 60+ mają prawo do przejazdów w drugiej klasie pociągami osobowymi, ekspresowymi i pośpiesznymi z ulgą 37%.

Aby skorzystać z tej zniżki obok legitymacji emeryta-rencisty należy okazać również zaświadczenie wystawione przez uprawnioną do tego instytucję, tj. m.in. Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Dokument ważny jest przez trzy lata. Koszt jego wydania to ok. 10 zł.



- Warto sprawdzać na stronach PKP informacje o innych ulgach i zniżkach okresowych, w tym dla osób z niepełnosprawnością czy też dla ich współmałżonków.
- Koleje regionalne mogą stosować nieco odmienne zasady, zatem podróżując takimi pociągami warto zasięgnąć lokalnej informacji.

Abonament RTV

Kolejna zniżka, z której mogą korzystać seniorzy, dotyczy opłat za abonament RTV. Zwolnieni z jego opłacania ci seniorzy, którzy ukończyli 75 rok życia. Ten sam przywilej obowiązuje emerytów, którzy są po sześćdziesiątce, a ich świadczenie emerytalne nie przekracza 50% przeciętnego wynagrodzenia. Aby dopełnić formalności związanych z uzyskaniem zniżki lub ze zwolnieniem z opłat za abonament RTV, należy wybrać się na pocztę.

Rozrywka – teatry, muzea, kina i inne instytucje kultury

Emeryci są traktowani preferencyjnie w takich instytucjach jak: teatry, muzea oraz kina. W zależności od placówki kulturalnej mogą oni liczyć na ok. 30–50 % zniżki. Ulgowe bilety wstępu dla seniorów oferuje także większość galerii sztuki oraz ogrodów botanicznych, zoologicznych czy skansenów. Część placówek prowadzących działalność kulturalno-rozrywkową oferuje tańsze bilety w określone dni lub w określonym czasie – każda instytucja ma inną politykę rabatową, więc planując czas wolny warto sprawdzić cenniki i oferty pod kątem oferty dla seniorów.

Wydarzenia sportowe

Ulgowe bilety przysługują emerytom chcącym uczestniczyć w imprezach sportowych, czyli meczach, turniejach, wyścigach, etc. Na takie wybrane imprezy masowe seniorzy są wpuszczani za symboliczną opłatą lub nawet za darmo – za każdym razem wybierając się na takie wydarzenie i planując zakup biletu wstępu, warto dopytać o ofertę dla seniorów.

Paszport

Emeryci oraz ich małżonkowie pozostający na ich wyłącznym utrzymaniu, a także osoby przebywające w domach pomocy społecznej lub w zakładach opiekuńczych mają prawo do 50% ulgi w opłacie za wydanie paszportu. Z kolei osoby po ukończeniu 70 r.ż. są całkowicie zwolnione z tych opłat.

Wypoczynek i rekreacja

W niektórych pensjonatach czy hotelach seniorzy otrzymują upusty dla wczasowiczów na emeryturze. Na największe upusty emeryci mogą liczyć szczególnie przed lub po sezonie urlopowym, kiedy właściciele pensjonatów kuszą seniorów atrakcyjnymi cenami. Również coraz więcej obiektów oferujących usługi rekreacyjne typu basen, siłownia, kręgielnia, zachęca osoby 60+ do korzystania z nich, w obniżonych cenach i/lub oferując zajęcia dedykowane właśnie tym osobom (niektóre obiekty zniżki dają już osobom 50+), często w porach mniej obleganych przez klubowiczów, np. w godzinach popołudniowych.



DZIENNE DOMY SENIOR+ I KLUBY SENIOR+

Program wieloletni "Senior+" na lata 2021-2025 jest kontynuacją programu wieloletniego „Senior+” na lata 2015–2020. Program ten zakłada wspieranie finansowe jednostek samorządu terytorialnego, w zakresie realizacji zadań własnych, polegających na prowadzeniu i zapewnieniu miejsc w ośrodkach wsparcia „Senior+”.

Celem Programu jest zwiększenie aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu społecznym, poprzez dofinansowanie rozbudowy infrastruktury ośrodków wsparcia w środowisku lokalnym oraz zwiększenie miejsc w ośrodkach wsparcia „Senior+”, tj. wsparcie działań jednostek samorządu w rozwoju na ich terenie sieci Dziennych Domów „Senior+” i Klubów „Senior+”.

W ramach Programu udostępniana jest seniorom infrastruktura pozwalająca na aktywne spędzanie wolnego czasu, a także zaktywizowanie i zaangażowanie seniorów w działania samopomocowe i na rzecz środowiska lokalnego.

Program wspiera seniorów - tj. osoby nieaktywne zawodowo w wieku 60 lat i więcej – poprzez umożliwienie im korzystania z:

- oferty na rzecz społecznej aktywności
- usług w zakresie aktywności ruchowej lub kinezyterapii
- zajęć edukacyjnych
- oferty kulturalnej
- rekreacyjnej
- opiekuńczej.

Takie dzienne domy i kluby dla seniorów działają także w samej Dębicy i na terenie gminy.

Dom Dziennego Pobytu "Senior+" pn. "Dom Seniora" w Dębicy oraz Dzienny Dom "Senior+" w Dębicy

W Dębicy znajdują się dwie placówki, które swoją ofertę kierują do seniorów (osób powyżej 60 r.ż.), będących mieszkańcami Miasta Dębica:

W Dębicy znajdują się dwie placówki, które swoją ofertę kierują do seniorów (osób powyżej 60 r.ż.), będących mieszkańcami Miasta Dębica:

Dom Dziennego Pobytu "Senior+" pod nazwą "Dom Seniora" w Dębicy:

ul. Rzeszowska 15, 39-200 Dębica

tel.: + 48 14 670 50 06 wew. 160 lub 14 670 20 51

czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30

<https://mops-debica.pl/strona/dom-dziennego-pobytu-dom-seniora>

Dzienny Dom "Senior+" w Dębicy:

ul. Mościckiego 26, 39-200 Dębica

tel.: + 48 14 670 50 06 wew. 160 lub 14 670 20 51

czynny od poniedziałku do piątku w godz. 7:30 – 15:30

<https://mops-debica.pl/strona/dzienny-dom-senior>



Nadzór nad tymi placówkami pełni Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębicy, w którym również można uzyskać wszelkie informacje dotyczące korzystania z ich oferty:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Dębicy

ul. Akademicka 12, 39-200 Dębica

Numery telefonów:

+48 14 67 05 006

+48 14 68 13 590

+48 14 68 13 591

+48 14 68 19 093

biuro@mops-debica.pl

<https://mops-debica.pl/>

Oferta obu domów seniora skierowana jest do mieszkańców miasta Dębica - osób powyżej 60 roku życia, pragnących aktywnie przeżyć swój czas wolny, rozwijać pasje, nabywać nowe umiejętności.

Placówki usytuowane są w miejscach dostępnym dla seniorów o różnym stopniu sprawności, pozbawionych barier architektonicznych, wyposażonych w sprzęt niezbędny do wygodnego spędzania czasu przez uczestników.

Uczestnikami zajęć mogą być osoby które:

- ukończyły 60 roku życia i są nieaktywne zawodowo,
- zamieszkałe są na terenie miasta Dębica,

Korzystanie ze świadczeń obu placówek jest odpłatne. Zasady odpłatności ustalane są uchwałami Rady Miejskiej w Dębicy.

Aktualny cennik korzystania z oferty dla seniorów uzyskać można w danym domu seniora.

Podstawowy zakres usług świadczonych przez obie placówki to między innymi usługi:

- socjalne (w tym posiłek),
- edukacyjne,
- kulturalno-oświatowe,
- aktywności ruchowej/kinezyterapii,
- sportowo-rekreacyjne,
- aktywizujące społecznie (w tym wolontariat międzypokoleniowy),
- terapii zajęciowej itp.

Na co dzień program oferty realizowany jest przez pracowników stanowiących kadrę Ośrodków Wsparcia "Senior+", oraz specjalistów współpracujących z Ośrodkami w ramach różnego rodzaju programów i projektów m.in. prowadzone są zajęcia z fizjoterapeutą, zajęcia rękodzielnicze, warsztaty kulinarne, warsztaty fotograficzne, warsztaty wizażu, zajęcia krawieckie, poradnictwo dietetyczne czy zajęcia ceramiczne.

Obie placówki dysponują bardzo dobrze wyposażoną salą do ćwiczeń ruchowych oraz gabinetem terapii indywidualnej, gdzie pod okiem fizjoterapeuty prowadzone są zajęcia dostosowane do specyficznych potrzeb uczestników. W celu przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu osób starszych, prowadzone są zajęcia komputerowe, a do dyspozycji Seniorów pozostaje w pełni wyposażona sala komputerowa z dostępem do Internetu. W Ośrodku uczestnicy mogą liczyć także na wsparcie psychologiczne, prawne oraz w formie pracy socjalnej.

Kluby Seniora na terenie gminy Dębica

Obecnie na terenie Gminy Dębica funkcjonuje 14 Klubów Seniora. Ich celem jest integracja i wspieranie aktywność osób starszych, ale przede wszystkim zapewnienie im aktywności, w pobliżu miejsc zamieszkania. Osoby zrzeszone w gminnych klubach seniora rozwijają zainteresowania z zakresu następujących dziedzin: sztuka, rękodzieło, poezja, edukacja, rozwój sprawności intelektualnej i pamięci oraz umiejętności komputerowych, a także mają dostęp do zajęć prozdrowotnych i rehabilitacyjnych.

Kluby funkcjonujące na terenie gminy Dębica, działają w następujących miejscowościach:

- Pustynia i Kędzierz,
- Stasiówka,
- Gumniska i Braciejowa,
- Głobikowa,
- Latoszyn,
- Pustków,
- Stobierna,
- Brzeźnica i Brzeźnica Wola,
- Paszczyna,
- Podgrodzie,
- Zawada,
- Nagawczyna,
- Pustków Osiedle i Kochanówka,
- Kozłów.



Podmiotem, który zawiaduje klubami z terenu gminy Dębica jest:

Centrum Kultury i Bibliotek Gminy Dębica zs. w Pustkowie-Osiedlu,
Pustków-Osiedle 26A, 39-206 Pustków-Osiedle

tel.: +48 14 681 10 06

email: ckib@ckib.pl

<https://ckib.pl/>



Podstawa prawna:

1. Ustawa o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych z dnia 17 grudnia 1998 r. (Dz.U. Nr 162, poz. 1118 z późn. zm.);
2. Ustawa o świadczeniach rodzinnych z dnia 28 listopada 2003 r. (Dz.U. Nr 228, poz. 2255 z późn. zm.);
3. Ustawa o osobach starszych z dnia 11 września 2015 r. (Dz.U. z 2015 r. poz. 1705 z późn. zm.);
4. Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r. (Dz.U. Nr 64, poz. 593 z późn. zm.);
5. Uchwała nr 191 Rady Ministrów z dnia 21 grudnia 2020 r. w sprawie ustanowienia programu wieloletniego "Senior+" na lata 2021-2025 M.P. 2021 poz. 10.

Ponad połowa punktów nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego w Polsce jest prowadzona przez organizacje pozarządowe, jako zadanie publiczne powierzane przez starostów lub prezydentów, w efekcie corocznego, otwartego konkursu ofert.

SURSUM CORDA oznacza „w górę serca!”.

W tym zawołaniu zawiera się cała nasza misja – **pomagać w trudnej sytuacji** i dawać nadzieję na to, że może być lepiej. Dla tych, którzy chcą się angażować i wspierać projekty dobroczynne - tworzymy warunki do skutecznego działania, w klimacie zaufania i czytelnych zasad.

Jedną z form naszej aktywności jest prowadzenie od 2016r. sieci punktów **nieodpłatnej pomocy prawnej, poradnictwa obywatelskiego i mediacji** oraz urozmaicona edukacja prawna.

Stowarzyszenie Sursum Corda powstało w 2000 roku z inicjatywy grupy przyjaciół i profesjonalistów, którzy wcześniej – przez 6 lat – angażowali się społecznie jako wolontariusze. Jako organizacja pozarządowa jesteśmy apolityczni działamy na zasadzie „non profit”, czyli nie dla zysku.

Posiadamy status **organizacji pożytku publicznego**, co oznacza, że możesz przekazać nam 1,5% podatku, który codziennie inwestujemy w mądre pomaganie.

Będzie nam miło, jeśli dołączysz do naszej załogi!



wolontariat



wypłaczalnia
SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO I MEDYCZNEGO

NIEODPŁATNA
pomoc prawna
poradnictwo
obywatelskie

OŚRODEK POMOCY **prst**
penitencjarnej

wypoczynek
na plus+

szkolenia>>>

POMOC
ukrainie



KRS 00000 20382

KRS na SMS

Wyślij SMS o treści KRS
na nr **4628**, odeślemy Ci
za darmo nasz nr KRS!

Rozlicz
swój
PIT
za darmo!

www.sc.org.pl



System Nieodpłatnej Pomocy



Odwiedź
naszą stronę!



Potrzebujesz wsparcia?

Prawnika • Doradcy • Mediatora

Jesteś w trudnej sytuacji życiowej?

Skorzystaj z naszego systemu!



**Nieodpłatna
Pomoc Prawna**



**Nieodpłatne
Poradnictwo
Obywatelskie**



**Nieodpłatna
Mediacja**

 /NieodplatnaPomoc

**Numer telefonu
do zapisów:**

690 901 136