

**Słowarzyszenie**

**TECZA**



**TECZOWA GAZETKA  
nr 1/2016 – STYCZEŃ**

Szanowni Państwo.

Po długiej przerwie serdecznie zapraszam do lektury noworocznego numeru Tęczowej Gazetki Mam nadzieję, że artykuły, które w niej zamieściłam zainteresują Państwa. Szczególnie polecam artykuły dotyczące zmian w przepisach dotyczących zasiłków. Zachęcam też do zapoznania się z działem ciekawostki, myślę, że zainteresują Państwa artykuły które tam zamieściłam.

Korzystając z okazji w Nowym Roku chciałabym złożyć najserdeczniejsze życzenia szczęścia I wszelkiej pomyślności naszym Rodzicom, Podopiecznym I Przyjaciołom.

Poniższe materiały zostały opracowane korzystając z następujących źródeł:  
- e-informator portalu „niepełnosprawni.pl” - aktów prawnych Kancelarii Sejmu oraz urzędów państwowych, - stron internetowych SCON, PFRON, TVN24 I innych .

**Hanna Waksberg**

**Spis treści**

<b>Nowy Rok czas na podsumowanie i postanowienia.....</b>	<b>2</b>
Cel policzalny .....	3
<b>Cel atrakcyjny .....</b>	<b>4</b>
Cel realny .....	4
<b>Najczęstsze błędy .....</b>	<b>4</b>

<i>Więcej nie znaczy lepiej.....</i>	<i>4</i>
<i>Chwilowe zaprzestanie dążenia do celu nie oznacza porażki .....</i>	<i>5</i>
<i>Brak systemu oceny.....</i>	<i>5</i>
<i>Rozmyślanie o rzeczach, na które nie masz wpływu .....</i>	<i>5</i>
<i>Porównywanie się do innych.....</i>	<i>5</i>
<b>Informacje prawne .....</b>	<b>5</b>
<b>Wyższe świadczenie pielęgnacyjne .....</b>	<b>5</b>
<b>Złotówka za złotówkę .....</b>	<b>6</b>
<b>Wnioski można składać też przez Internet.....</b>	<b>6</b>
<b>Walka z wykluczeniem społecznym.....</b>	<b>6</b>
<b>Wyeliminować problem.....</b>	<b>7</b>
<b>Dwie strony medalu.....</b>	<b>7</b>
<b>Obowiązek zatrudnienia nauczyciela wspomagającego .....</b>	<b>9</b>
<b>Ozusowanie umów zleceń.....</b>	<b>9</b>
<b>Umowa na czas nieokreślony po 33 miesiącach .....</b>	<b>10</b>
<b>Bezpłatna pomoc prawna .....</b>	<b>10</b>
<b>7 punktów za nielegalne parkowanie na „kopercie” .....</b>	<b>10</b>
<b>Dodatek do najniższych rent i emerytur .....</b>	<b>11</b>
<b>500 zł miesięcznie na dziecko .....</b>	<b>11</b>
<b>Fizjoterapeuta na nowo .....</b>	<b>11</b>
<b>Nowe zasady wystawiania legitymacji osoby z niepełnosprawnością .....</b>	<b>11</b>
<b>Zmiana kwot zasiłku rodzinnego .....</b>	<b>12</b>
<b>Skarga Rzecznika Praw Obywatelskich .....</b>	<b>12</b>
<b>Ciekawostki .....</b>	<b>13</b>
<b>Jaki to banknot .....</b>	<b>13</b>
<b>Posłuchaj zanim zażyjesz - Alicja Nyziak .....</b>	<b>14</b>
<b>Jak się pozbyć nieświeżego zapachu? .....</b>	<b>15</b>
<b>Ciężko mieć 100 lat .....</b>	<b>15</b>

## **Nowy Rok czas na podsumowanie i postanowienia**

Nowy Rok to idealny czas, kiedy mamy okazję zastanowić się nad swoim dotychczasowym życiem oraz dokonać pewnych podsumowań. To właśnie w tym okresie bardzo często podejmujemy decyzje o porzuceniu złych nawyków i wyrobieniu w sobie lepszych. Sama nazwa „nowy” kojarzy nam się ze zmianą, dlatego właśnie w tym czasie podejmujemy próbę realizacji swoich planów i

marzeń. Jeśli do tej pory Twoje noworoczne cele stawały się ulotnymi marzeniami, a spełnianie postanowień kończyło się na entuzjastycznym planie ich realizacji „od jutra” – ten artykuł jest dla Ciebie.

Większość poradników o osiąganiu celów opiera się na metodzie SMART. Jest to pięć prostych zasad, które pozwalają na wyznaczenie celu realnego do osiągnięcia. Jeśli naprawdę chcesz coś osiągnąć, stwórz własny „projekt”, który realizować będziesz krok po kroku. Wystarczy do tego zeszyt (a najlepiej kalendarz) i długopis.

Czym jest SMART? To określenie celu, który musi być:

S – Specific – Konkretny

M – Measurable – Policzalny

A – Achievable – Atrakcyjny

R – Relevant – Realny

T – Timely defined – Określony w czasie.

Cel musi być dobrze określony, żebyś wiedział, do czego tak naprawdę zmierzasz. Idealnym sposobem jest wyznaczenie celu głównego, a następnie stworzenie do niego mniejszych celów, które będą przybliżać Cię do punktu docelowego.

Przykład. Cel główny: poprawię swoją kondycję. Cele szczegółowe: 1 raz w tygodniu pójde na basen, 30 minut jazdy na rowerku w poniedziałki, środy i piątki, słodycze tylko w weekend, miód zamiast cukru, spacer w każdą niedzielę.

## Cel policzalny

Cel musi dać się zmierzyć. Jest to potrzebne do tego, aby wiedzieć, jakie postępy czynisz w jego realizacji. Sprawa wydaje się prosta przy odkładaniu pieniędzy. Przy innych celach trzeba wykazać się kreatywnością i znaleźć sposób na jego policzenie.

Przykład. Miarą mojej kondycji będzie liczba długości przepłyniętych na basenie w 20 minut podczas pierwszej wizyty. W każdym miesiącu będę mierzyć liczbę przepłyniętych długości w tym samym czasie. Da mi to obraz tego, czy moja sprawność się zwiększa.

Spróbuj w tym roku podjąć wyzwanie i realizować swoje postanowienia.

## Cel atrakcyjny

To, do czego dążysz, musi być dla Ciebie interesujące i godne uwagi. Cel nie może być ani nudny, ani taki, że jego realizacja wzbudza w Tobie jedynie poczucie obowiązku. Wypisz na kartce wszystkie dobre rzeczy, jakie się wydarzą, gdy osiągniesz swój cel.

*Przykład. Jeśli poprawię swoją kondycję, to będę zdrowsza, będę mieć lepszą sylwetkę, więcej siły i energii. Będę jeszcze bardziej szczęśliwa dzięki endorfinom i polepszy się moje samopoczucie. Będę atrakcyjnie wyglądać w wakacje.*

## Cel realny

Nie porywaj się na rzeczy, które nie są obecnie w Twoim zasięgu. Zamiast postanawiać, że odłożysz milion złotych, załóż regularne odkładanie 10 proc. swoich dochodów i zobacz, co z tego wyniknie. Cele powinny być ambitne i ciekawe, ale możliwe do zrealizowania. Jeżeli okaże się, że cel, który wyznaczyłeś, jest nieosiągalny, nie rezygnuj z niego całkiem. Spróbuj go zmodyfikować i dopasować do aktualnej sytuacji.

*Przykład. Jest realne, że ćwicząc 3 razy w tygodniu, chodząc na basen i spacerując poprawię swoją kondycję.*

Należy wyznaczyć konkretną datę – dzień, miesiąc i rok. Tylko wtedy będziesz mieć kontrolę nad tym, ile czasu pozostało do końca realizacji. Możesz również przypisać daty celom szczegółowym.

*Przykład. Chcę poprawić kondycję do wakacji, dlatego wyznaczam termin osiągnięcia celu na 1 lipca 2016 r. – wtedy ostatni raz zmierzę liczbę długości przepłyniętych na basenie i porównam z wynikiem z początku roku.*

Warto zapisać sobie swoje cele w kalendarzu, zaznaczyć ważne terminy oraz to, kiedy należy sprawdzić, na jakim etapie realizacji celu jesteś. Zapisywanie samego celu co jakiś czas bywa również pomocne, ponieważ utwierdza w przekonaniu, do czego dążymy.

## Najczęstsze błędy

### Więcej nie znaczy lepiej

Jeżeli wyznaczymy sobie zbyt wiele celów, nie będziemy w stanie skupić się efektywnie na żadnym z nich. Na początek dobrze jest wyznaczyć sobie jeden konkretny cel i skupić się tylko na nim. Jeżeli uda nam się go osiągnąć, możemy wyznaczyć kolejny, niekoniecznie czekając do następnego Nowego Roku.

### **Chwilowe zaprzestanie dążenia do celu nie oznacza porażki**

Po prostu wróć do realizacji swoich planów. Ten artykuł miał być skończony dzień wcześniej, niż faktycznie powstał. Nie zaniechałam jednak jego napisania, lecz zrobiłam to kolejnego dnia rano.

### **Brak systemu oceny**

Każdy dobry projekt jest systematycznie monitorowany. Wracaj do swoich postanowień, zapisuj je ponownie w kalendarzu/zeszytcie oraz oceniaj postępy. Będziesz wiedzieć, na jakim etapie realizacji celu się znajdujesz.

### **Rozmyślanie o rzeczach, na które nie masz wpływu**

To prowadzi jedynie do frustracji. Swoją energię poświęć na coś, na co masz realny wpływ. Jeśli np. rozchorujesz się, nie czuj się źle, tylko zaopiekuj się sobą. Jeśli czujesz się przeciążony, daj sobie kilka dni przerwy – dążenie do celów ma dawać satysfakcję, a nie poczucie przymusu. Nie szukaj jednak wymówek dla swojego lenistwa.

### **Porównywanie się do innych**

Każdy ma inne predyspozycje oraz zdolności. To, że ktoś osiągnął sukces w dany sposób, nie oznacza, że twoja droga do podobnego celu ma być taka sama. Działaj na miarę swoich możliwości, bez porównywania się do innych. Tylko w taki sposób realizacja celu przyniesie Ci radość i satysfakcję.

## **Informacje prawne**

**Co przyniesie 2016 rok? Co się zmieni? Przypominam o sprawach i przepisach, o których pisałam już wcześniej w naszej gazecie, a które wejdą w życie w roku 2016. O innych będę, jak zawsze, informować Was na bieżąco.**

### **Wyższe świadczenie pielęgnacyjne**

Od 1 stycznia 2016 r. świadczenie pielęgnacyjne wyniesie 1300 zł netto, czyli równowartość kwoty najniższego wynagrodzenia.

Przypominamy, że świadczenie pielęgnacyjne może pobierać rodzic lub opiekun dziecka z niepełnosprawnością, powstałą do 18. roku życia (lub do 25. r.ż. – w przypadku gdy dziecko było w trakcie nauki). Warunkiem przyznania świadczenia jest rezygnacja z pracy lub niepodejmowanie jej z powodu konieczności sprawowania opieki.

## Złotówka za złotówkę

1 stycznia 2016 r. wchodzi w życie ustawa, zwana „złotówka za złotówkę”. Oznacza to, że otrzymywana przez rodzinę od państwa pomoc zmniejszy się o kwotę, o jaką powiększy się jej dochód, a nie, jak dotychczas, zostanie zupełnie wstrzymana.

Nowe przepisy dotyczą zasiłku rodzinnego i dodatków do niego z tytułu: urodzenia dziecka, samotnego wychowywania dziecka, opieki nad dzieckiem w okresie korzystania z urlopu wychowawczego, wychowywania dziecka w rodzinie wielodzietnej, kształcenia i rehabilitacji dziecka niepełnosprawnego, rozpoczęcia roku szkolnego, podjęcia przez dziecko nauki poza miejscem zamieszkania.

## Wnioski można składać też przez Internet

Od nowego roku wnioski o zasiłki można składać za pośrednictwem internetu. W zamyśle autorów tego rozwiązania ma to przyspieszyć i ułatwić procedury. Ekspert Instytutu Spraw Publicznych Dominik Owczarek wskazuje, że może to być również formą walki z wykluczeniem cyfrowym.

Zmiany wprowadza nowelizacja ustawy o świadczeniach rodzinnych oraz niektórych innych ustaw (obejmująca ustawy: o pomocy osobom uprawnionym do alimentów, o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, o pomocy społecznej, o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów, o Karcie Dużej Rodziny oraz w Prawo o ruchu drogowym).

## Walka z wykluczeniem społecznym

Nowe regulacje mają usprawnić proces składania wniosków i przyznawania różnego rodzaju świadczeń. Temu służyć ma np. możliwość składania dokumentów przez internet oraz wymiany informacji drogą elektroniczną pomiędzy instytucjami zaangażowanymi w ten proces. Urzędnicy będą też mogli samodzielnie pozyskiwać informacje z różnego rodzaju rejestrów. Ma to odciążać osoby wnioskujące o świadczenia, ponieważ nie będą musiały starać się o szereg zaświadczeń z różnych instytucji. Uwierzytelnienie dokumentów składanych online będzie się odbywać za pomocą bezpiecznego podpisu elektronicznego lub podpisu potwierdzanego profilem zaufanym ePUAP.

- Jest to pewien krok w stronę cyfryzacji różnych procedur administracyjnych, również w systemie pomocy społecznej. Zdecydowanie dobry krok, z którego należy się cieszyć - ocenił Owczarek w rozmowie z PAP.

Podczas prac nad ustawą pojawiały się wątpliwości, czy osoby, które korzystają z różnego rodzaju zasiłków, a więc znajdujące się w trudnej sytuacji materialnej, będą mieć dostęp do narzędzi umożliwiających korzystanie z tych rozwiązań.

- Często się mówi, że osoby korzystające ze świadczeń pomocy społecznej nie potrafią się posługiwać komputerem, a z całą pewnością nie potrafią złożyć wniosku o świadczenie socjalne online. Jest to pewien stereotyp. Trzeba walczyć z taką wizją osób, które są wykluczone społecznie - uważa Owczarek.

## **Wyliminować problem**

Ekspert zwraca uwagę, że grupa "wykluczonych" jest bardzo różnorodna.

- Musimy zdawać sobie sprawę, że należą do niej np. osoby, które mają trudności ze spłatą kredytu mieszkaniowego, jest to coraz większa grupa. O tej grupie nie powiedzielibyśmy, że jest to grupa o niskich kompetencjach cyfrowych - wskazuje.

Podkreśla też, że o osobach wykluczonych społecznie powinniśmy myśleć w kategoriach walki z wykluczeniem cyfrowym.

- Więc również system pomocy społecznej powinien stopniowo przechodzić do świata wirtualnego, bo on się staje coraz bardziej światem, który jest naturalny dla społeczeństw XXI w. Zatem jest to również forma podnoszenia kompetencji cyfrowych osób, które są wykluczone społecznie z różnych powodów - przekonuje ekspert.

Jego zdaniem pewnym ograniczeniem dla osób wykluczonych społecznie może być dostępność do infrastruktury, czyli komputera podłączonego do internetu.

- Rzeczywiście, może to być bariera dla najuboższych rodzin. Jednak komputery są już dostępne w prawie wszystkich instytucjach publicznych, również w ośrodkach pomocy społecznej, ale także np. w bibliotekach, szkołach, często nawet urzędach gminnych czy miejskich możemy znaleźć salę komputerową, gdzie można skorzystać z komputera i internetu - podkreśla Owczarek. - Dostęp do infrastruktury staje się już coraz mniejszą barierą i w perspektywie pewnie kilku lat, może dekad - choć chcielibyśmy żeby to było jak najszybciej - ten problem zostanie całkowicie wyliminowany - dodaje.

Wskazuje przy tym, że coraz częściej mówi się o tym, że dostęp do internetu powinien stać się elementem praw człowieka.

- Krok w stronę cyfryzacji jest również elementem realizacji tego postulatu - uważa ekspert.

## **Dwie strony medalu**

Obowiązujące od nowego roku rozwiązania umożliwią m.in. funkcjonowanie portalu „Emp@tia - Platforma komunikacyjna obszaru Zabezpieczenia Społecznego”, za pośrednictwem którego można składać wnioski online. Jednak zdaniem Owczarka portal nie jest zbyt przyjazny dla użytkowników.

Skomplikowany jest zarówno interfejs, jak i język używany na stronie. A ponieważ - jak podkreśla Owczarek - sam system zasiłkowy jest w Polsce dość skomplikowany (świadczenia wypłacane są z kilku różnych systemów, np. pomocy społecznej, funduszu alimentacyjnego, są też świadczenia rodzinne, opiekuńcze itp.), może to być dla użytkowników dodatkowym utrudnieniem. Wszystko to sprawia, że nie jest łatwo posługiwać się portalem, a składając wniosek online, nie można dopytać urzędnika w razie pojawienia się wątpliwości.

### **Innego rodzaju zastrzeżenia ma Fundacja Panoptykon.**

- Wchodząca w życie ustawa daje podstawy do utworzenia centralnych rejestrów gromadzących dane o osobach ubiegających się o świadczenia. W bazach danych systemu znajdują się informacje dotyczące ok. 4 mln rodzin - mówi PAP Jędrzej Niklas z Panoptykonu. - To potężny system informacyjny, którego głównym zadaniem ma być wykrywanie nieprawidłowości np. pobierania tego samego zasiłku w różnych miastach. Tworzenie tak dużych systemów wzbudza jednak wątpliwości, jeżeli chodzi o zachowanie zasady proporcjonalności i niezbędności w ograniczeniu prawa do prywatności. Wykrywanie – wciąż niewielkiej liczby nadużyć (szacunki wskazują mówią ok 1 proc. przypadków) za pomocą gromadzenia ogromnej liczby danych osobowych wydaje się nadmierne - dodaje.

### **Niebezpieczeństwo nadużyć**

Jak podkreśla Niklas, dane – w tym bardzo wrażliwe informacje – będą przechowywane w centralnych rejestrach aż przez 10 lat. Jego zdaniem to bardzo długi okres, dla którego trudno znaleźć uzasadnienie.

Wskazuje przy tym, że na mocy nowej ustawy pracownicy socjalni będą mogli również zwrócić się po informacje do szkoły czy poradni lekarskiej, z której korzysta osoba aplikująca o zasiłek. W jego ocenie dostęp do tego typu danych pozwoli urzędnikom na daleko idącą kontrolę życia prywatnego (czasem wręcz intymnego) osób starających się o pomoc społeczną. Tymczasem, jak podkreśla, w ustawie nie ma żadnych gwarancji chroniących przed nadużyciami.

- O informacje będzie mógł wnioskować każdy urzędnik, a nie, jak np. w przypadku urzędów skarbowych, tylko naczelnik urzędu skarbowego. Informacje takie nie będą musiały być również w sposób szczególnie zabezpieczone - wskazuje Niklas.

Autorzy nowej regulacji (był to projekt rządowy) zakładali, że choć w pierwszych latach obowiązywania ustawy udział formularzy składanych drogą elektroniczną w ogólnej liczbie wniosków nie będzie zbyt duży (po kilka procent), to z upływem czasu będzie się zwiększał i w 2024 r. wyniesie 45 proc.



## Obowiązek zatrudnienia nauczyciela wspomagającego

Od 1 stycznia 2016 r. w przedszkolach i szkołach, do których uczęszczają uczniowie z orzeczeniem o potrzebie kształcenia specjalnego ze względu na autyzm, zespół Aspergera czy niepełnosprawności sprzężone, obowiązkowe będzie zatrudnienie nauczyciela wspomagającego.

To efekt nowego rozporządzenia w sprawie organizowania warunków kształcenia, opieki i wychowania dla dzieci niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym, które Minister Edukacji Narodowej podpisał w sierpniu 2015 r.

### **Zmiana kwoty minimalnego wynagrodzenia**

Minimalne wynagrodzenie od 1 stycznia 2016 r. wyniesie 1850 zł brutto.

Eksperti nie mają wątpliwości – wzrost płacy minimalnej od nowego roku wpłynie na rynek pracy osób z niepełnosprawnością.

- Koszty płacy pójdą więc w górę, a dofinansowanie do zatrudnienia osób z niepełnosprawnością zostanie na tym samym poziomie – mówiła nam we wrześniu 2015 r. Edyta Sieradzka, wiceprezes Ogólnopolskiej Bazy Pracodawców Osób Niepełnosprawnych OBPON.PL. – W związku z tym obawiam się, że niektórzy pracodawcy mogą mieć problemy z terminowym ponoszeniem kosztów płacy, szczególnie jeśli nie uda im się podwyższyć stawek za usługi od 1 stycznia przyszłego roku.

Płaca minimalna od początku 2016 r. w stosunku do obowiązującej w 2015 r. wzrośnie o 100 zł, czyli o 5,7 proc. Nie ulegną natomiast zmianie kwoty dofinansowań do pensji pracownika z niepełnosprawnością, które dla poszczególnych stopni niepełnosprawności wynoszą odpowiednio: stopień znaczny – 1800 zł, stopień umiarkowany – 1125 zł, stopień lekki – 450 zł. Ponadto kwoty mogą być podwyższone przy każdym stopniu o 600 zł dla pracowników ze schorzeniami specjalnymi (choroba psychiczna, epilepsja, niepełnosprawność intelektualna, całościowe zaburzenia rozwojowe; wyjątek: pracownicy niewidomi – zwiększone dofinansowanie dla stopnia znacznego i umiarkowanego).

## Ozusowanie umów zleceń

1 stycznia 2016 r. wejdą też w życie przepisy dotyczące oskładkowania umów zleceń. Zmiany spowodowane są nowelizacją Ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych. Dla osób z niepełnosprawnością zmiany te mogą się okazać korzystne.

- Może być tak, że pracodawcy odejdą od tych umów, i będą zatrudniać osoby z niepełnosprawnością na umowy o pracę, gdyż to pozwoli im uzyskać dofinansowanie do ich wynagrodzeń, a tym samym choć trochę zminimalizować koszty płacy – komentowała dla nas we wrześniu 2015 r. Edyta

Sieradzka, wiceprezes Ogólnopolskiej Bazy Pracodawców Osób Niepełnosprawnych OBPON.PL. – Brak uzależnienia systemu dofinansowań do zatrudnienia pracownika z niepełnosprawnością od płacy minimalnej podwyższa koszty zatrudnienia, tym bardziej, że u większości osób niepełnosprawnych wynagrodzenie w umowie o pracę to płaca minimalna, która co roku jest podwyższana.

## **Umowa na czas nieokreślony po 33 miesiącach**

Kolejną zmianą dotyczącą zatrudnienia jest obowiązujący od 1 stycznia 2016 r. przepis, zgodnie z którym pracodawca po upływie 33 miesięcy od zatrudnienia danego pracownika musi zawrzeć z nim umowę na czas nieokreślony.

Tak samo będzie musiał zrobić pracodawca, który zawarł już z pracownikiem trzy umowy na czas określony. Nie będzie to dotyczyło jedynie przypadku zastępstwa innego pracownika, przy pracach sezonowych i dorywczych oraz wykonywania pracy na czas kadencji.

## **Bezpłatna pomoc prawna**

Od nowego roku dostęp do bezpłatnej pomocy prawnej mają:

- młodzież do 26. roku życia,
- osoby posiadające ważną Kartę Dużej Rodziny,
- seniorzy po ukończeniu 65 lat,
- osoby fizyczne, którym w okresie roku poprzedzającego zostało przyznane świadczenie z pomocy społecznej na podstawie ustawy o pomocy społecznej,
- kombataneci,
- weterani,
- zagrożeni lub poszkodowani katastrofą naturalną, klęską żywiołową lub awarią techniczną.

## **7 punktów za nielegalne parkowanie na „kopercie”**

Najprawdopodobniej 4 stycznia 2016 r. wejdzie w życie nowy taryfikator mandatów, zgodnie z którym nieuprawnione parkowanie na „kopercie” będzie karane 7 punktami (oraz oczywiście mandatem w wysokości 500 zł). Obecnie grozi to 5 punktami karnymi.

Nowy taryfikator mandatów trafił do ustaleń międzyresortowych pod koniec października 2015 r. Pod koniec roku projekt wciąż był na etapie uzgodnień. Jeśli do projektu taryfikatora nie zostaną zgłoszone uwagi, powinien on wejść w życie 4 stycznia.

## **Dodatek do najniższych rent i emerytur**

Jak podaje PAP, Sejm pracuje nad uchwaleniem jednorazowego dodatku do rent i emerytur, wynoszących mniej niż 2 tys. zł.

Propozycje PSL i PO to 350 zł dla otrzymujących świadczenia do 900 zł, 300 zł przy świadczeniu w kwocie 900-1100 zł, 200 zł dla świadczeń w granicach 1100-1500 zł i 100 zł dla otrzymujących miesięcznie od 1,5 tys. do 2 tys. zł.

Propozycja PiS to 400 zł przy świadczeniach w kwocie do 900 zł i 50 zł dla rent i emerytur w przedziale między 1,5 tys. zł a 2 tys. zł. Pozostałe dwie kwoty są takie same, jak w propozycjach PO i PSL.

Dodatek miałby być wypłacony w 2016 r. wraz z marcowym świadczeniem.

## **500 zł miesięcznie na dziecko**

Rząd planuje, że od kwietnia 2016 r. miałyby być wypłacane świadczenie wychowawcze w kwocie 500 zł miesięcznie na drugie i kolejne dziecko. Jeśli dochód rodziny nie przekracza 800 zł na osobę lub 1200 zł w przypadku rodziny z dzieckiem z niepełnosprawnością, 500 zł miesięcznie przysługiwać będzie także na pierwsze dziecko.

Świadczenie miałyby być wypłacane rodzicom lub opiekunom do ukończenia przez dziecko 18 lat. Program skierowany jest także do samotnych rodziców.

## **Fizjoterapeuta na nowo**

1 czerwca 2016 r. wejdzie w życie Ustawa o zawodzie fizjoterapeuty, która przede wszystkim uznaje fach fizjoterapeuty za samodzielny zawód medyczny. Reguluje zasady: wykonywania zawodu fizjoterapeuty, uzyskiwania prawa wykonywania zawodu, kształcenia zawodowego i podyplomowego oraz odpowiedzialności zawodowej fizjoterapeutów, a także wprowadza samorząd zawodowy fizjoterapeutów. Nowe przepisy określają wymagania wobec osób, które chcą wykonywać ten zawód, oraz wprowadzają Krajowy Rejestr Fizjoterapeutów.

Prezydent podpisał ustawę 26 października 2015 r.

## **Nowe zasady wystawiania legitymacji osoby z niepełnosprawnością**

Nowe przepisy regulują zasady wystawiania legitymacji osoby z niepełnosprawnością. Od 1 października 2016 r. będzie ona wydana na okres ważności orzeczenia o niepełnosprawności, nie może być on jednak dłuższy niż 5 lat w przypadku legitymacji dokumentującej niepełnosprawność i 10 lat w

przypadku legitymacji dokumentującej stopień niepełnosprawności dla osób, które nie ukończyły 60 lat.

Wyrobienie legitymacji będzie bezpłatne. 15 zł zapłacimy jedynie w sytuacji, gdy konieczne będzie wydanie duplikatu dokumentu.

## Zmiana kwot zasiłku rodzinnego

Kwoty te wzrosną o 6 zł i wyniosą:

- 95 zł na dziecko w wieku 0-5 lat,
- 124 zł na dziecko w wieku 6-18 lat,
- 135 zł na dziecko w wieku 19-23 lata.

## Skarga Rzecznika Praw Obywatelskich

**RPO zaskarżył do Trybunału Konstytucyjnego przepisy dotyczące umieszczania osób ubezwłasnowolnionych w domach pomocy społecznej. Osoby te nie mają możliwości kwestionowania orzeczenia sądu opiekuńczego wyrażającego zgodę na pobyt w placówce.**

RPO zakwestionował zapisy ustawy o ochronie zdrowia psychicznego, zgodnie z którymi osoba z niepełnosprawnością intelektualną lub psychiczną, w zastępstwie której działa opiekun prawny, nie ma możliwości zakwestionowania orzeczenia sądu opiekuńczego wyrażającego zgodę na umieszczenie jej w domu pomocy społecznej. Nie może też wystąpić o zmianę decyzji sądu, jeśli jej stan zdrowia się poprawi.

Zdaniem rzecznika Adama Bodnara, istniejące obecnie gwarancje ochrony praw osób z niepełnosprawnością psychiczną lub intelektualną należy ocenić jako niewystarczające i nieskuteczne.

- Niezbędnym wydaje się takie zabezpieczenie praw tej grupy osób, które uniemożliwi arbitralne pozbawianie ich wolności osobistej, zapewni poszanowanie przyrodzonej godności, prawo dostępu do sądu oraz prawo do sprawiedliwej procedury sądowej - uważa RPO.

### **Prawo do bycia wysłuchanym**

"Ubezwłasnowolnienie nie pozbawia osoby z niepełnosprawnością psychiczną lub intelektualną prawa do wyrażania własnych potrzeb, w tym decydowania o miejscu swojego zamieszkania. Utożsamianie decyzji opiekuna o umieszczeniu osoby ubezwłasnowolnionej w domu pomocy społecznej z realizacją woli tej osoby, zdaniem Rzecznika Praw Obywatelskich, stanowi przykład odmiotowania i instrumentalizacji osób z niepełnosprawnościami, co narusza ich przyrodzoną i niezbywalną godność" - powiedziała cytowana w komunikacie przesłanym PAP Anna Błaszczak z Zespołu Prawa Antydyskryminacyjnego Biura RPO.

Jej zdaniem, nie jest sprawiedliwe, że osoba bezpośrednio zainteresowana nie może podejmować żadnych czynności procesowych i nie ma zagwarantowanej pomocy profesjonalnego pełnomocnika. Nie ma też prawa do bycia wysłuchaną.

## Ciekawostki

### Jaki to banknot

Niewidomi robiący codzienne zakupy muszą opanować sztukę rozpoznawania pieniędzy. Polskie monety można dość łatwo identyfikować po ich wielkości oraz rodzaju krawędzi.

Z rozpoznawaniem banknotów także nie jest źle. Wprawdzie figury geometryczne naniesione na banknoty drukiem wypukłym są raczej trudne do rozpoznania dotykiem - zwłaszcza, gdy banknot jest już jakiś czas w obiegu, za to na szczęście wszystkie nominały różnią się od siebie wielkością. Dlatego najczęściej chyba stosowanym sposobem na identyfikację banknotów jest porównywanie ich szerokości z różnego rodzaju przymiarami.

Posiadacze iPhone'ów czy innych mobilnych urządzeń z nadgryzionym jabłuszkiem mogą do rozpoznawania banknotów wykorzystywać także swoje urządzenia. Jest to możliwe dzięki aplikacji firmy IPPLEX, którą możemy odnaleźć w AppStore pod nazwą LookTel Money Reader. Aplikacja kosztuje 9,99 euro (wrzesień 2015) i po zainstalowaniu zmienia swą nazwę na polski "Czytnik pieniędzy". Chyba trudno sobie wyobrazić program o obsłudze prostszej od czytnika pieniędzy. Aplikację należy uruchomić, a następnie skierować obiektyw wbudowanego aparatu w kierunku banknotu. I to naprawdę wszystko - żadnych dodatkowych przycisków, żadnych ustawień itp.

Natychmiast po rozpoznaniu banknotu usłyszymy jego wartość oraz walutę - np. 50 złotych. Podczas pierwszego uruchomienia pojawia się ostrzeżenie, że aplikacja ta nie służy do wykrywania fałszywych pieniędzy - mamy do wyboru przyciski Anuluj lub Kontynuuj - wybieramy ten drugi. Kolejną rzeczą, jaką przyjdzie nam zrobić jest udzielenie zgody, by program korzystał z wbudowanego aparatu. W przypadku niedostatecznego oświetlenia nasz czytnik pieniędzy potrafi sam uruchomić wbudowaną lampkę doświetlającą oraz wyłączyć ją, gdy warunki oświetlenia staną się bardziej korzystne. Dotykając ekranu podczas pracy aplikacji usłyszymy komunikat "czytnik pieniędzy działa". Nie znajdziemy żadnych przycisków, pokręteł czy jakichkolwiek opcji. Pracę z programem kończymy za pomocą klawisza Home. Możemy ewentualnie dwukrotnie wcisnąć klawisz Home, a następnie przesunąć trzema palcami z dołu ku górze, aby zamknąć aplikację.

Czytnik pieniędzy pracuje naprawdę bardzo szybko. Nie potrzebuje połączenia internetowego. Dzięki wypowiedzanym komunikatom aplikacja jest w pełni dostępna dla niewidomych i może być przydatna także za granicą. Poza

polскими złotymi LookTel Money Reader potrafi rozpoznawać także 20 innych walut m.in. dolary amerykańskie, kanadyjskie, australijskie, nowozelandzkie, euro, funty brytyjskie, rosyjskie czy białoruskie ruble, izraelskie szekle, japońskie yeny czy inne. Na liście rozpoznawanych pieniędzy nie znajdziemy niestety franków szwajcarskich, czeskich, duńskich, szwedzkich czy norweskich koron. Program nie rozpoznaje także monet. Mimo tych braków uważam, że "Czytnik pieniędzy" może stać się świetną pomocą dla wszystkich, którzy codziennie posługują się gotówką.

Powrót do spisu treści

## Postuchaj zanim zażyjesz - Alicja Nyziak

Każdy lek, suplement diety, czy środek przeciwbólowy, po który sięga pacjent może powodować skutki uboczne. Dlatego przed zażyciem leku powinno się czytać dołączoną do opakowania ulotkę. Jednak komu by się chciało zgłębiać "płachtę" zaleceń, przeciwwskazań, uwag, informacji od producenta. Zwłaszcza, że czasami lekarz stwierdza, że ulotki nie ma co czytać, bo w każdej jest napisane to samo. Może to i prawda, ale są sytuacje, gdy trzeba dokonać weryfikacji nietypowych objawów. Wtedy niestety pozostaje mozolna lektura ulotki. Osoba widząca wyciąga ją z opakowania i rozpoczyna lekturę. Gorzej z niewidomym chorowitkiem, który po kilku dawkach nowego specyfiku stwierdza, że ma już dwie choroby, a nie jedną. W tej sytuacji pozostaje wybór najbardziej optymalnej opcji. Zeskanowanie ulotki i odczytanie jej przez syntezytor mowy, "upolowanie" domownika lub znajomego, który zechce poświęcić trochę czasu na mało inspirującą lekturę. Jest jeszcze trzecia możliwość telefon pod numer 800-706-848. To bezpłatny numer do systemu audioulotki, pod którym można zapoznać się z prezentacją farmaceutycznych ulotek.

Po uzyskaniu połączenia warto wysłuchać instrukcji kryjącej się pod numeryczną dwójką. System działa na nieco innej zasadzie, niż pisanie klasycznego SMS-a na klawiaturze telefonu komórkowego.

Chcąc wysłuchać np. ulotki do leku Acard należy wybrać kombinację cyfr 22273. W audioulotce nie wybijamy danej litery zgodnie z jej ułożeniem w kolejności na klawiszu, jedynie wciskamy klawisz odpowiadający literze tylko raz. System pozwala na przemieszczanie się pomiędzy rozdziałami, ważne jest prawidłowe wprowadzenie nazwy leku. System bowiem rozpoznaje nazwy zgodnie z ich zapisem na opakowaniu w brajlu. W razie problemów istnieje możliwość skorzystania z pomocy konsultanta. Audioulotka, to pomocne rozwiązanie dla osób niewidomych nie posiadających zestawu komputerowego z specjalistycznym oprogramowaniem lub mieszkających samotnie. Jedno czym należy się wykazać korzystając z tego systemu, to odrobina cierpliwości.

Proszę przetestować dzwoniąc pod numer: 800-706-848.

Powrót do spisu treści

## Jak się pozbyć nieświeżego zapachu?

Zdarza się, że jakieś produkty mają intensywny aromat albo popsują się mimo chłodzenia i lodówka przesiąknie ich wonią. Co wtedy?

Wsyp do miseczki łyżkę sody oczyszczonej i wstaw do lodówki. Wyjmij, gdy zapach wróci do normy lub stosuj dalej – profilaktycznie (co dwa tygodnie wymieniaj wtedy proszek). Podobny efekt da kilka kawałków węgla drzewnego. Najlepiej włóż je do siatki po owocach lub niewielkiego tekturowego pudełka z kilkoma otworami. Możesz też użyć naturalnego odświeżacza, czyli świeżo mielonej kawy lub startej skórki cytryny.

## Domowe sposoby na czysty piekarnik

Pryskający tłuszcz, kipiące ciasto – ścianki piecyka brudzą się praktycznie po każdym użyciu. Najłatwiej czyścić je na bieżąco, przecierając wilgotnym ręcznikiem kuchennym nasączonym kilkoma kroplami płynu do naczyń.

Usunięcie bardziej trwałych zabrudzeń – zwłaszcza mocno zapieczonego tłuszczu – wymaga większego wysiłku.

Musująca pasta.

Z 1/2 szklanki octu, 1/4 szklanki sody oczyszczonej i łyżeczki płynu do mycia naczyń zrobić pastę (uwaga, początkowo będzie się mocno pienić), którą następnie nałożyć na plamy (piecyk musi być nagrany do ok. 50°C). Zostawić na noc. Zmyć kilkakrotnie wodą.

Trik z parą wodną. - Do piecyka wstawić naczynie żaroodporne wypełnione wodą potem zetrzeć papierowym ręcznikiem.

Absorbowanie tłuszczu solą - Spód piekarnika posypać solą kuchenną, następnie mocno rozgrzać piekarnik i czekać, aż sól zbrązowieje. Zebrać sól.

Źródło: Claudia 09/2015

## Ciężko mieć 100 lat

Od powstania piosenki "Na prawo most, na lewo most" minęło już ponad 60 lat, od narodzin jej autorki równe sto. - Ostatnio piszę głównie żarciki, fraszki.

Bardzo ciężko jest mieć sto lat – przyznaje Helena Kołaczkowska w rozmowie z TVN24.

Utwory napisane przez Helenę Kołaczkowską śpiewała nie tylko Warszawa, ale cała Polska, a melodie do jej tekstów tworzyli m.in. Gradstein, Wasowski czy Szpilman. Do historii powojennej stolicy Kołaczkowska wpisała się jako autorka słów piosenki "Na prawo most, na lewo most". Artystka dobrze pamięta dzień powstania jednego z najpopularniejszych warszawskich szlagierów.

- Siedzieliśmy [z Alfredem Gradsteinem – przyp. red.] przy tym fortepianie wiele godzin, aż mieliśmy gotowy refren i jedną zwrotkę. Mąż i jego siostra przynosili nam do fortepianu kanapki i herbatę, myśmy nie odchodzili. Potem w domu dopisałam resztę. Posłaliśmy to na konkurs i dostaliśmy nagrodę. Trzecią. Tylko. O tamtych dwóch pierwszych nikt nic nie wie – wspomina w rozmowie z reporterką TVN24 Kołaczkowska.

Z muzyką od dziecka - Jak przyznaje, muzyka towarzyszyła jej już od najmłodszych lat. - Przygoda z piosenką zaczęła się bardzo wcześnie, dlatego, że ja jako nastolatka śpiewałam swoje własne teksty z własnymi melodiami – opowiada Kołaczkowska, która 4 stycznia skończyła sto lat.

- Bardzo ciężko jest mieć sto lat. Marzeń osobistych już nie mam. Tylko na temat moich dzieci wnuków i prawnuczek, żeby byli prawdziwymi ludźmi, dobrymi, życzliwymi – opowiada Kołaczkowska. Choć od jej pisarskiej debiutu minęły już dekady, autorka nie porzuciła pióra. - Ostatnio piszę głównie żarciki, fraszki – podkreśla.