



## **TĘCZOWA GAZETKA** **nr 4/2015 - maj**

**Szanowni Państwo.**

**Serdecznie zapraszam do lektury majowego numeru Tęczowej Gazetki Mam nadzieję, że artykuły, które w niej zamieściłam zainteresują Państwa. Szczególnie polecam artykuły dotyczące naszego zdrowia oraz aktualne informacje dotyczące kart parkingowych.**

Poniższe materiały zostały opracowane korzystając z następujących źródeł:

- e-informator portalu niepełnosprawni.pl,
- aktów prawnych kancelarii sejmu oraz urzędów państwowych,
- stron internetowych SCON, PFRON I innych .

**Hanna Waksberg**

### **Spis treści**

SZKŁO KONTAKTOWE Z TELESKOPEM DLA TRACĄCYCH WZROK .....	2
COŚ O ZDROWIU .....	2
ROZGRYŻĆ PROBLEM.....	2
AFTY, ZAGADKOWA DOLEGLIWOŚĆ .....	3
OPRYSZCZKA NIE TYLKO NA USTACH .....	3
PRZYKRA HALITOZA .....	4
INFEKCJE JAMY USTNEJ .....	4
ZDROWA KUCHNIA: TEFLON CZY CERAMIKA .....	4
ZDROWY STYL ŻYCIA: 6 POWODÓW, DLA KTÓRYCH WARTO JEŚĆ JAJKA .....	5
100-LETNIE JAJO.....	6
JAK PRZECHOWYWAĆ?.....	7
KARTY PARKINGOWE CD.....	7
PRZEPISY O KARTACH PARKINGOWYCH ULEGAJĄ ZMIANIE .....	7
PEŁNOMOCNIK ODBIERZE KARTĘ .....	7
ZMIANA WYDŁUŻY PROCEDURĘ? .....	8
NACIĄGANIE LUDZI CZYLI JAK DZIAŁAJĄ NIEPUBLICZNE DPSY .....	8

## Szkło kontaktowe z teleskopem dla tracących wzrok

Autor: Angela Greniuk,

Szwajcarscy naukowcy opracowują specjalne szkła kontaktowe z funkcją samoistnego przybliżania i oddalania, uruchamianego przez mruganie powieką. Zaawansowana technologia może być rozwiązaniem dla osób tracących wzrok lub borykających się z różnymi zaburzeniami widzenia, szczególnie ze zwyrodnieniem plamki żółtej (AMD).

Szkło kontaktowe jest zbudowane z niezwykle cienkiego, odblaskowego teleskopu, który jest aktywowany przez kontrolowane, mocniejsze mrugnięcie powieki – nie reaguje zaś na mrugnięcie nieświadome. Dzięki temu użytkownik może 2,8-krotnie przybliżyć oglądany przedmiot.

W tym mini obiektywie użyto biologicznych i bezpiecznych klejów.

Dodatkowo, naukowcy zastosowali kanały powietrzne o szerokości 0,1 milimetra – by zapewnić oku stały dostęp tlenu.

Po raz pierwszy tę soczewkę rodem z filmów szpiegowskich jej twórca, Eric Tremblay z Politechniki Federalnej w Lozannie w Szwajcarii, zaprezentowano w 2013 roku. Od tego czasu została dopracowana, jednak wciąż jest w fazie badań i minie jeszcze trochę czasu, zanim stanie się masowym produktem dla osób z AMD. Do tej pory naukowcom udało się przywrócić ostrość widzenia do połowy normalnego poziomu ślepyemu szczurom.

## Coś o zdrowiu

### Rozgryźć problem

Choroby jamy ustnej są, wbrew pozorom, bardzo różne i dość powszechne, a ich przyczyny niekiedy bardzo złożone. Nie wolno ich lekceważyć, bo mogą wpływać na kondycję całego organizmu. Podstawą jest odpowiednia higiena, ale także kontrola chorób ogólnoustrojowych, a szczególnie związanych z obniżoną odpornością. Drożdże, bakterie i czynniki endogenne mogą wywoływać problemy z jamą ustną. Choroby dotyczą śluzówki, dziąseł, języka, warg. Niektóre długo przebiegają niezauważalnie, inne znacznie utrudniają jedzenie. Są wśród nich dolegliwości łatwe do wyleczenia i choroby poważne. Kiedy coś nas niepokoi - białe zmiany na śluzówce czy języku, nie gojące się podrażnienia, plamki i zmiany wyczuwane dotykiem, trzeba jak najszybciej zgłosić się do lekarza. Nawet niegroźna, ale przedłużająca się choroba może osłabiać organizm - wywoływać stany zapalne uszu i zatok, sprzyjać cukrzycy czy miażdżycy.

Uważa się na przykład, że bakterie wywołujące próchnicę mogą nawet upośledzać pracę serca. Może być też na odwrót - zmiany w jamie ustnej mogą świadczyć o chorobach organizmu. By wiedzieć, z czym mamy do czynienia, trzeba rozgryźć problemy jamy ustnej. Pomocny w tym będzie nasz krótki przewodnik po chorobach jamy ustnej. Oto najważniejsze z nich.

### Afty, zagadkowa dolegliwość

To kilkumilimetrowej wielkości owrzodzenia jamy ustnej (początkowo to małe grudki) pojawiające się najczęściej na śluzówce policzków, dziąsłach i języku. Aft można nabawić się w każdym wieku, ale najczęściej mają je młode kobiety (25-40 lat). Przyczyny powstawania aft nie są do końca poznane. Wiadomo jednak, że mogą powstawać w przebiegu grzybicy jamy ustnej, w momentach osłabienia odporności organizmu, u kobiet w trakcie miesiączki, przy niedożywieniu, alergiach pokarmowych, w wyniku długotrwałego stresu. Poza tym zmiany te są często wywołane uszkodzeniami mechanicznymi jamy ustnej - na przykład przypadkowym przygryzieniem policzka lub uszkodzeniem śluzówki przez ukruszony ząb, protezę, szczoteczkę do zębów lub aparat ortodontyczny. Przyczyną dolegliwości może być też poparzenie jamy ustnej gorącymi pokarmami. Zdarza się, że powstają w wyniku opryszczki i innych zakażeń wirusami. Afty zazwyczaj nie są zbyt dokuczliwe (choć można odczuwać bolesność) i znikają w ciągu kilku dni (do 10). Jeśli tak się nie stanie, trzeba udać się do lekarza. Aftom może niekiedy towarzyszyć powiększenie węzłów chłonnych i niewielka gorączka. Poważniejsze stany leczy się antybiotykami lub sterydami.

### Opryszczka nie tylko na ustach

Z tą dolegliwością zwykle kojarzymy czerwone zmiany na ustach. To opryszczka wargowa, istnieje jednak również opryszczkowe zapalenie jamy ustnej. Opryszczka jest chorobą zakaźną, wywoływaną przez wirusy HSV1 i HSV2 (Herpes simplex virus). Każda osoba, u której ujawniła się opryszczka, pozostaje jej nosicielem. Po ustąpieniu objawów ich nawrót blokują wytworzone w organizmie przeciwciała. Mechanizm ten zawodzi jednak w momencie osłabienia organizmu - może to być okres rekonwalescencji, miesiączka lub czas rozwijania się innej choroby. Wirus ujawnia się także w wyniku wyziębienia organizmu, stresu, przemęczenia, czasem po urazie w obrębie jamy ustnej lub po ekstrakcji zęba. Opryszczka w jamie ustnej objawia się powstawaniem pęcherzyków wypełnionych płynem surowiczym, które pękając, pozostawiają bolesne nadżerki (ubytki błony śluzowej). Opryszczka wargowa rozwija się nieco inaczej - pęcherzyki przysychają, zmieniając się w strupki. Opryszczce może towarzyszyć podwyższona temperatura, ślinotok i brak apetytu. Leczy się

ją miejscowo środkami przeciwwirusowymi, a w cięższych przypadkach i częstych nawrotach - ogólnie. Ważna jest suplementacja witamy B1 i B2.

### Przykra halitoza

Halitoza to przykry zapach z ust. Najczęściej jego źródłem są rozkładające się resztki pokarmu, nabłonka i śliny, które gromadzą się zwykle w tylnej części języka, dlatego tak ważne jest czyszczenie tego miejsca. Resztki mogą zalegać też w przestrzeniach międzyzębowych, ubytkach w plombach i w nieczyszczonych protezach. Zdarza się, że przyczyną halitozy są choroby nosa, uszu, gardła lub przewodu pokarmowego.

### Infekcje jamy ustnej

Podobnie jak żołądek i jelita, jama ustna wyścielona jest ochronną warstwą błon śluzowych. Jej delikatna struktura wykazuje szczególną wrażliwość na podrażnienia i uszkodzenia, co zwiększa ryzyko infekcji bakteryjnych, wirusowych oraz grzybiczych. Drobnoustroje atakujące śluzówkę jamy ustnej wywołują jej przekrwienie i obrzęk. Mogą pojawić się afty i pęcherzyki, a potem w ich miejsce nadżerki, skutkując u chorego bólem i pieczeniem. Często towarzyszą temu objawy ogólne, takie jak wzrost temperatury ciała i bolesność okolicznych węzłów chłonnych. Zakażenia grzybicze jamy ustnej mogą objawiać się m.in. zapaleniem kątów ust. Aby zapewnić prawidłowe funkcje ochronne śluzówki, niezbędne jest jej odbudowanie. W tym celu, oprócz eliminacji czynników drażniących oraz właściwej higieny jamy ustnej, ważne jest wsparcie naturalnej mikroflory jamy ustnej. W badaniach wykazano, że bakterie probiotyczne odgrywają istotną rolę w utrzymaniu zdrowia i higieny jamy ustnej. Szczególnymi właściwościami charakteryzuje się szczep *Lactobacillus plantarum* 299v o udowodnionym działaniu hamującym wzrost szkodliwych drobnoustrojów. Dbając o prawidłowy stan jamy ustnej, nie zapominajmy więc o mikroflorze i dostarczajmy organizmowi odpowiednie szczepy bakterii probiotycznych.

### Zdrowa kuchnia: Teflon czy ceramika

W kuchni od dawna używamy naczyń, zwłaszcza patelni, teflonowych. Od kilku lat coraz bardziej popularne są garnki z powłoką ceramiczną. Czym różnią się od tych pokrytych teflonem?

Obie powłoki nie dopuszczają do przywierania poddawanych obróbce cieplnej produktów.

Teflon wynaleziono w latach czterdziestych dwudziestego wieku, ale w polskich kuchniach patelnie teflonowe pojawiły się dopiero w latach siedemdziesiątych. Wówczas o ceramicznych nikt jeszcze nie słyszał. Ochronne warstwy (zarówno teflonowa, jak i ceramiczna) powstały z minerałów naturalnie występujących w otoczeniu, ale poddanych procesom chemicznym. Pierwsza jest na bazie wody, druga - rozpuszczalnika. Obie są w tym samym stopniu „ekologiczne”. Zasadnicza różnica to temperatura: teflon można stosować do 260 stopni Celsjusza, ceramikę - do 450 stopni Celsjusza. Ale to różnica nieistotna, bo i tak w naszych piekarnikach termostat kończy się na 250 stopniach Celsjusza. Powłoka teflonowa jest podatna na zarysowania, dlatego stosujemy do niej sztuczne (łopatki) plastikowe i drewniane. Ceramiczna jest bardziej odporna na uszkodzenia mechaniczne - ale nie jest nie do zarcia, co uwidacznia się po przegrzaniu, kiedy staje się krucha. Ostrzeżenia, że teflon jest rakotwórczy, nie mają nic wspólnego z prawdą, ponieważ ta substancja nie wchodzi w reakcje z niczym (dlatego np. pokrywa się nim rury do transportu kwasu solnego, wykorzystuje w medycynie). Jeśli zostanie uszkodzona warstwa teflonu, to ewentualnie jedzenie będzie wchodzić w reakcję ze stalą czy z aluminium, z którego zostało wyprodukowane naczynie. Na patelni teflonowej można smażyć bez tłuszczu, natomiast ceramiczna wymaga choć minimalnej jego ilości (by nie przegrzać naczynia). To, co efektowne w naczyniach z powłoką ceramiczną, to bogata kolorystyka. Wnętrze naczynia teflonowego jest zawsze ciemne, ceramicznego - jasne. Ale garnki i patelnie ceramiczne są znacznie droższe od teflonowych. Jedne i drugie wystarczy umyć miękką gąbką w ciepłej wodzie i dokładnie wysuszyć.

### Zdrowy styl życia: 6 powodów, dla których warto jeść jajka

Ze względu na cholesterol w żółtku przestały cieszyć się dobrą opinią. Teraz jednak wracają do łask. Słusznie, bo jajka są smaczne i zdrowe! Myśląc logicznie: to, co jest załączkiem nowego życia, nie może nam szkodzić. Z drugiej jednak strony o jajkach mówi się, że uczulają, podwyższają poziom cholesterolu we krwi, bywają powodem zatrucia... A jak jest naprawdę? Białko jajek (znajduje się też w żółtku!) rzeczywiście często uczula, dlatego nie powinno się go podawać dzieciom przed pierwszym rokiem życia (głównie tym skłonny do alergii czy genetycznie obciążonym chorobą). Co ciekawe, wysoka temperatura niszczy strukturę protein, dlatego jajko na twardo zwykle nie ma właściwości uczulających. Mimo że w żółtku znajduje się cholesterol - zawiera ono również lecytynę i ksantofil (barwniki), które ograniczają jego odkładanie się w tętnicach i redukują ryzyko rozwoju miażdżycy. Stężenie cholesterolu w organizmie zależy głównie od predyspozycji genetycznych oraz np. wieku, wagi, płci czy chorób. Osoby zdrowe mogą bez obaw o układ krążenia zjadać 7 jajek tygodniowo. Wyliczono, że ryzyko zatrucia salmonellą po zjedzeniu jajka

wynosi 0,00003 procent. Jest więc nikłe. By jeszcze je zmniejszyć, trzeba kupować jaja oznakowane stemplem, a przed spożyciem - zanurzyć na kilka sekund we wrzątku i dobrze osuszyć papierowym ręcznikiem. Tyle o zagrożeniach. Teraz pora na korzyści z jedzenia jaj, a tych jest znacznie więcej...

#### 1. Dostarczają najlepszego białka

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała białko jaj za wzór, do którego porównuje się inne proteiny obecne w żywności. Dlaczego? Bo jest ono przez nas świetnie przyswajane i zawiera tak zwane aminokwasy egzogenne - czyli takie, których organizm sam nie umie wyprodukować, a są mu potrzebne, np. do przemiany materii. Średniej wielkości jajko od kury daje nam ponad 6 g idealnego białka!

#### 2. Wzmacniają naszą odporność

Są dobrym źródłem składników mineralnych (np. cynku, fosforu, wapnia, żelaza, jodu i selenu) oraz niemal wszystkich witamin. Wspierają one siły obronne organizmu.

#### 3. Korzystnie wpływają na wzrok

W żółtkach jaj obecna jest luteina i zeaksantyna. Substancje te chronią oczy przed szkodliwym działaniem promieniowania UV i zapobiegają zwyrodnieniu plamki żółtej (odpowiada ona m.in. za centralne widzenie, ostrość obrazu i dostrzeganie barw).

#### 4. Pomagają dbać o linię

Średniej wielkości jajko kurze dostarcza około 75 kcal. Jego białko przyczynia się do stabilizacji poziomu cukru we krwi, co powoduje utrzymanie się uczucia sytości na dłużej. Może to wspomóc proces odchudzania. Jednocześnie „wzorcowe” proteiny wpływają korzystnie na rozwój masy mięśniowej.

#### 5. Są dobre dla kości

Obecny w jajku wapń (czyli jeden ze składników budulcowych kości i zębów) lepiej się wchłania w towarzystwie witaminy D. Ona również znajduje się w jajkach.

#### 6. Działają uspokajająco

Lecytyna usprawnia funkcjonowanie układu nerwowego. Dzięki niej łatwiej jest nam np. uporać się ze stresem.

## 100-letnie jajo

Chińskim smakołykiem są tak zwane stuletnie jaja. Ugotowane na twardo szczelnie zamyka się w blaszanym pojemniku wypełnionym roztworem powstałym z gliny, niegaszonego wapna, soli, herbaty, łusek ryżu i wody. Tak zakonserwowane przechowuje się około 100 dni (smakosze przetrzymują je kilka, a nawet kilkanaście lat). W tym czasie białko robi się brązowe albo czarne i nabiera galaretowatej konsystencji, natomiast żółtko staje się brązowozielone. Takie jaja serwowane są z sosem sojowym, octem winnym lub imbirem.

## Jak przechowywać?

Najlepszym miejscem jest lodówka, półka z temperaturą 4-5 stopni Celsjusza. W chłodzie nie odparowuje szybko woda z jajka, dlatego wolniej się ono starzeje.

Nie myj jajek po zakupie, a dopiero przed użyciem.

Trzymaj je w zamkniętym opakowaniu (nie przejdą zapachami z lodówki).

Ustawiaj spiczastym końcem do dołu (dłużej będą świeże).

## Karty parkingowe cd.

Przypomnijmy. 30 czerwca 2015 r. to termin, w którym ważność utracą stare karty parkingowe. Po tej dacie parkować na tzw. kopertach będą mogły tylko osoby z dokumentami wydanymi wedle nowych przepisów.

Od 1 lipca 2014 r. karty parkingowe przyznawane są jedynie:

- osobom ze znacznym stopniem niepełnosprawności i znacznie ograniczonymi możliwościami samodzielnego poruszania się,
- osobom z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, znacznie ograniczonymi możliwościami samodzielnego poruszania się i kodami w orzeczeniu 04-O (choroby narządu wzroku) lub/i 05-R (upośledzenie narządu ruchu) lub/i 10-N (choroba neurologiczna),
- osobom do 16. roku życia ze znacznie ograniczonymi możliwościami samodzielnego poruszania się,
- placówkom zajmującym się opieką, rehabilitacją lub edukacją osób z niepełnosprawnością, mających znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się.

## Przepisy o kartach parkingowych ulegają zmianie

3 czerwca 2015 r. wejdzie w życie nowelizacja rozporządzenia ministra pracy i polityki społecznej ws. wzoru oraz trybu wydawania i zwrotu kart parkingowych (DU z 19.05.2015, poz. 691). Osoby z niepełnosprawnością będą mogły składać wnioski o wydanie karty parkingowej do dowolnie wybranego powiatowego zespołu do spraw orzekania o niepełnosprawności, a nie, jak dotychczas, do zespołu w miejscu stałego pobytu.

Placówki wnioski o kartę wciąż składać będą w zespole właściwym ze względu na ich siedzibę.

## Pełnomocnik odbierze kartę

Rozporządzenie doprecyzowuje również kwestie podpisania wniosku o wydanie karty parkingowej – wnioskodawca będzie go podpisywał w obecności przewodniczącego zespołu lub osoby przez niego upoważnionej.

Rozbudowano także wzór wniosku o wydanie karty parkingowej o pole „upoważnienie”, aby starający się o kartę mógł, już w momencie składania wniosku, wpisać tam osobę, którą upoważnia do odbioru dokumentu. Wyeliminuje to konieczność składania dodatkowych dokumentów. We wniosku znalazło się także oświadczenie, że dane w nim są aktualne i zgodne ze stanem faktycznym oraz adres do korespondencji, by ułatwić kontakt zespołów z wnioskującym.

### Zmiana wydłuży procedurę?

Istnieje jednak obawa, że nowe przepisy wydłużą cały proces starania się o kartę dla osób, które nie są zameldowane w danym powiecie.

- Osoby, które są mieszkańcami powiatu i starają się o kartę w naszym zespole, ale orzeczenie otrzymały w innym zespole ds. orzekania, być może będą musiały poczekać trochę dłużej na kartę. Muszę bowiem na piśmie wystąpić do zespołu, który wydawał orzeczenie, z pytaniem, czy jest ono prawomocne. Tak więc to dodatkowy czas, ale i pieniądze – zwraca uwagę Mariola Kokocińska, przewodnicząca poznańskiego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności. Nie jest też pewna, czy system EKSMOoN, na którym pracują zespoły powiatowe, będzie pokazywał, czy dana osoba, starająca się o kartę, nie otrzymała jej już np. w innym powiecie.

- Na razie tego nie wiemy, nie mamy takiej informacji, ale są jeszcze dwa tygodnie na rozstrzygnięcie tych wątpliwości – mówi Mariola Kokocińska.

### Naciąganie ludzi czyli jak działają niepubliczne DPSy

Wzorce umów stosowanych w prywatnych domach opieki często zawierają niedozwolone postanowienia, jak zastrzeżenie możliwości rozwiązania umowy ze skutkiem natychmiastowym, lub naliczanie zbyt wysokich opłat za opóźnienia w opłatach, wynika z kontroli UOKiK.

UOKiK zakwestionował 61 proc. skontrolowanych wzorców umów stosowanych w prywatnych domach opieki świadczących usługi opiekuńcze dla osób niepełnosprawnych, przewlekle chorych lub w podeszłym wieku, podano w komunikacie Urzędu.

Kontrola była prowadzona w 2014 r. i objęła 34 przedsiębiorców i ponad 60 wzorców umów zawieranych w placówkach w województwie pomorskim i zachodniopomorskim.

Do najczęściej zidentyfikowanych nieprawidłowości należy zastrzeżenie sobie przez przedsiębiorcę możliwości rozwiązania umowy ze skutkiem natychmiastowym w przypadku nieterminowego uiszczenia opłat za opiekę. Zapisy takie umieszczało w umowach 76,5 proc. skontrolowanych



przedsiębiorców. Tymczasem - według UOKiK - uwzględniając ochronę praw osób korzystających z usług placówki, rozwiązanie umowy z powodu zaległości płatniczych powinno być poprzedzone wezwaniem do zapłaty, wyznaczeniem dodatkowego terminu i pouczeniem o konsekwencji niespełnienia tego obowiązku.

Z kontroli wynikało, że niektóre firmy jako powód do natychmiastowego rozwiązania umowy podawało pogorszenie stanu zdrowia i kondycji psychicznej podopiecznego.

"Postanowienia te godziły w dobre obyczaje, zwłaszcza, gdy pociągały za sobą konieczność niemalże jednoczesnego opuszczenia placówki przez osoby wymagające opieki" ocenił UOKiK.

Kolejną częstą nieprawidłowością było zastrzeżenie sobie przez przedsiębiorców prawa do zatrzymywania opłat wniesionych z góry, gdy usługa nie została w całości zrealizowana, np.: "w przypadku śmierci Pensjonariusza (...) opłata miesięczna nie podlega zwrotowi". Takie lub podobne zapisy stosowało 71 proc. skontrolowanych przedsiębiorców.

Zdaniem Urzędu, usługodawca nie może odmówić konsumentowi lub jego spadkobiercom zwrotu zapłaty za niewykorzystane świadczenia. Może jedynie zatrzymać kwotę odzwierciedlającą wartość rzeczywiście wykonanej usługi.

Umowa mija się z prawem

Ponad połowa domów opieki zawierała także w umowie możliwość podwyższenia wynagrodzenia (np. w przypadku pogorszenia się stanu zdrowia pensjonariusza).

"To niezgodne z prawem, bo każda zmiana umowy wymaga zgody konsumenta" ocenił UOKiK.

Właściciele domów opieki bezprawnie - wg. Urzędu - wyłączały także odpowiedzialność za szkody poniesione przez pensjonariuszy.

"Dom (...) nie odpowiada za upadki Mieszkańców oraz za inne urazy wynikłe na skutek samowoli podopiecznego – takie i podobne postanowienia stosowało blisko 24 proc. skontrolowanych domów opieki" - napisano w komunikacie UOKiK.

Tymczasem wg. Urzędu, prawem konsumenta jest możliwość ubiegania się o rekompensatę za poniesioną szkodę.

"Gdy kwestia winy nie jest jednoznacznie przesądzona, orzeka o niej sąd. Z tego względu przedsiębiorcy nie wolno wyłączać odpowiedzialności za szkody na osobie" - podkreślono w komunikacie.

Ponad 20 proc. kontrolowanych przez UOKiK przedsiębiorców próbowała także wyłączać swoją odpowiedzialność za rzeczy pozostawione w ośrodku, mimo że obowiązkiem domu opieki jest stworzenie możliwości zapewnienia bezpieczeństwa rzeczy osobistych.

"Niedozwolone są postanowienia, takie jak: Placówka nie bierze odpowiedzialności za pieniądze, biżuterię, pamiątki rodzinne" - zaznaczył Urząd.

W 15 proc. skontrolowanych placówek stosowano także zbyt wygórowane - w ocenie UOKiK - kary umowne. Według Urzędu, przedsiębiorca może pobierać opłaty dodatkowe za opóźnienie w dokonaniu płatności, ale nie powinny one być nadmiernie wygórowane, tzn. przysparzać przedsiębiorcy nadmiernych zysków kosztem konsumentów. Tymczasem w niektórych firmach opłaty takie wyznaczono nawet na 300 zł za każdy dzień opóźnienia.

Masz prawo odmówić

Jak podano, UOKiK wystąpił do przedsiębiorców z wezwaniem do zmiany stosowanych wzorców umów i w większości przypadków niedozwolone zapisy zostały z nich wyeliminowane. Urząd planuje także dalsze etapy kontroli, która obejmie placówki w całym kraju.

UOKiK przypomniał również, że pobyt osoby z niepełnosprawnością, chorej lub w podeszłym wieku w placówce opiekuńczej powinien być zawsze poprzedzony zawarciem umowy cywilnoprawnej.

"Zapoznając się z umową o świadczenie usług opieki całodobowej należy zwrócić uwagę, czy nie zawiera ona postanowień, które kształtują zobowiązania stron umowy w sposób niekorzystny dla konsumentów. Jeśli tak jest, poinformuj przedsiębiorcę o występującym naruszeniu, a gdy ten nie wyrazi zgody na zmianę treści umowy, warto rozważyć wybór innej placówki opiekuńczej" - podkreślił Urząd.

Osoby, które już podpisały umowy zawierające niedozwolone postanowienia, powinny poinformować przedsiębiorcę, że nie zgadzają się na ich stosowanie. Jeśli firma nie przychyli się do tego stanowiska, można zwrócić się o pomoc do miejskiego lub powiatowego rzecznika konsumentów lub jednej z organizacji konsumentów (Federacja Konsumentów Stowarzyszenie Konsumentów Polskich, infolinia 800 889 866).