

FORMY WSPARCIA W CHOROBY I NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

W razie potrzeby skorzystaj z CAŁODOBOWEJ INFORMACJI MEDYCZNEJ - nr telefonu 12 661 22 40 (dla mieszkańców Krakowa)

POMOC MEDYCZNA (finansowana ze środków publicznych)

- Informacja dotycząca bezpłatnych świadczeń medycznych MOW NFZ:
 - Strona internetowa – www.nfz-krakow.pl, w zakładce „Dla pacjenta”
 - Całodobowa infolinia - 12 29 88 449
 - Informacja dotycząca kolejek do specjalistów - 800 007 797
 - Informacja telefoniczna na temat zasad udzielania świadczeń zdrowotnych, zawartych przez MOW NFZ umowach ze świadczeniodawcami – „gdzie się leczyć” oraz liczbie oczekujących i średnim czasie oczekiwania na świadczenia zdrowotne - tel. 12 194 88; 12 29 88 386; tel. 12 29 88 404 - informacja Lek 75+
- POZ – działa od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-18.00. W nocy, dni wolne i święta całodobowo dyżur lekarza i pielęgniarki pełnią wyznaczone placówki tzw. opieka całodobowa (ich wykaz dostępny jest w każdej przychodni POZ oraz na stronie internetowej NFZ). Lekarz i pielęgniarka mogą także zapewnić świadczenia w domu chorego w stanach pogorszenia się stanu zdrowia.
- W sytuacjach zagrożenia życia kontaktuj się z pogotowiem ratunkowym (tel. 112 lub 999) lub udaj się na najbliższy oddział ratunkowy (SOR)
- Świadczenia lekarza POZ (w przychodni lub wizyta domowa):
 - badanie pacjenta
 - wypisanie recept
 - wystawienie wniosku o dofinansowanie z NFZ na:
 - o pieluchomajtki (60 sztuk na miesiąc)
 - o sprzęt ortopedyczny (materac przeciwoleżynowy, balkonik, wózek inwalidzki, itp.)
 - skierowanie na badania (laboratoryjne, obrazowe)
 - skierowanie do lekarza specjalisty (bez skierowania można się dostać tylko do psychiatry, ginekologa, onkologa)
 - skierowanie do szpitala
 - skierowanie do zakładu opiekuńczo-leczniczego, zakładu pielęgnacyjno-opiekuńczego, hospicjum stacjonarnego
 - skierowanie na transport sanitarny (np. pierwsze skierowanie na transport do specjalisty)
 - skierowanie na rehabilitację (w przychodni lub domu)
 - skierowanie do poradni żywieniowej
 - skierowanie do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową domową
 - skierowanie do hospicjum domowego
 - wystawienie zlecenia na zabiegi dla pielęgniarki POZ (środowiskowej/rodzinnej) na pobranie krwi w domu, zmianę opatrunku, wykonanie zastrzyku i innych zabiegów pielęgniarstwa
 - wystawienie potrzebnych zaświadczeń lekarskich
 - wystawienie wniosku do sanatorium lub na turnus rehabilitacyjny

POMOC SPOŁECZNA

W Krakowie główną jednostką jest Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (MOPS),
ul. Józefińska 14, tel. 12 616 54 27

MOPS na terenie Krakowa posiada filie przypisane do poszczególnych rejonów miasta (znajdziesz je na stronie www.mops.krakow.pl w zakładce Jednostki Pomocy)

Formy pomocy społecznej:

1. Pomoc w miejscu zamieszkania:

- usługi opiekuńcze (pomoc w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych, tj. opieka higieniczna, pielęgnacyjna, kontaktów z otoczeniem, zakupy i inne)
 - specjalistyczne usługi opiekuńcze – usługi dostosowane do potrzeb wynikających z choroby czy niepełnosprawności
 - rodzina lub sam podopieczny zwraca się o pomoc do odpowiedniej filii Ośrodka Pomocy Społecznej
 - pracownik socjalny ośrodka przeprowadza wywiad środowiskowy w domu podopiecznego (ocenia sytuację, ustala zakres usług i odpłatność za usługi w zależności od dochodu na członka rodziny).
 - może być niezbędne zaświadczenie od lekarza POZ
 - świadczenia z PFRON (dla osób niepełnosprawnych, z orzeczoną stopniem niepełnosprawności (I i II) - dofinansowanie m.in. turnusów rehabilitacyjnych, sprzętu rehabilitacyjnego, likwidowanie barier architektonicznych
 - należy się zwrócić z wnioskiem do MOPS lub Centrum Pomocy Rodzinie
 - o dofinansowanie może się ubiegać osoba, której przeciętny miesięczny dochód, podzielony przez liczbę osób we wspólnym gospodarstwie domowym, obliczony za kwartał poprzedzający miesiąc złożenia wniosku, nie przekracza 50% na osobę we wspólnym gospodarstwie lub 65% w przypadku osoby samotnej
 - wysokość dofinansowania:
 - ü sprzęt rehabilitacyjny – 60% (max do 5-ciokrotności przeciętnego wynagrodzenia),
 - ü zaopatrzenie w środki ortopedyczne i pomocnicze – do 100% udziału własnego w wyznaczonym przez NFZ limicie ceny, albo do 150% sumy kwoty limitu oraz wymaganego udziału własnego, jeżeli cena zakupu jest wyższa niż ustalony limit,
 - ü likwidacja barier architektonicznych – do 80% kosztów przedsięwzięcia
- Dodatkowe informacje – infolinia PEFRON – 0 801 233 554 i 22 58184 10; poczta elektroniczna – sod@pfron.org.pl

2. Dom Pomocy Społecznej (DPS) - całodobowa opieka dla osób starszych i niepełnosprawnych

- rodzina lub sam podopieczny zwraca się o pomoc do odpowiedniej filii Ośrodka Pomocy Społecznej, procedura jest podobna jak w przypadku usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania.

3. Zasiłek pielęgnacyjny (rodzinne świadczenie opiekuńcze) – przysługuje m.in. osobie, która ukończyła 75 lat.

- zasiłek pielęgnacyjny jest przyznawany niezależnie od dochodu na osobę w rodzinie
- dla wszystkich uprawnionych kwota zasiłku wynosi 153 zł miesięcznie
- nie przysługuje osobie umieszczonej w instytucji zapewniającej całodobowe utrzymanie (np. DPS).
- prawa do zasiłku nie mają osoby, które posiadają członków rodziny uprawnionych do pobierania świadczeń za granicą na pokrycie kosztów opieki nad osobą niezdolną do samodzielnego funkcjonowania

POMOC SPOŁECZNA

W Krakowie główną jednostką jest Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (MOPS),
ul. Józefińska 14, tel. 12 616 54 27

MOPS na terenie Krakowa posiada filie przypisane do poszczególnych rejonów miasta (znajdziesz je na stronie www.mops.krakow.pl w zakładce Jednostki Pomocy)

Formy pomocy społecznej:

1. Pomoc w miejscu zamieszkania:

- usługi opiekuńcze (pomoc w zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych, tj. opieka higieniczna, pielęgnacyjna, kontaktów z otoczeniem, zakupy i inne)
 - specjalistyczne usługi opiekuńcze – usługi dostosowane do potrzeb wynikających z choroby czy niepełnosprawności
 - rodzina lub sam podopieczny zwraca się o pomoc do odpowiedniej filii Ośrodka Pomocy Społecznej
 - pracownik socjalny ośrodka przeprowadza wywiad środowiskowy w domu podopiecznego (ocenia sytuację, ustala zakres usług i odpłatność za usługi w zależności od dochodu na członka rodziny).
 - może być niezbędne zaświadczenie od lekarza POZ
 - świadczenia z PFRON (dla osób niepełnosprawnych, z orzeczoną stopniem niepełnosprawności (I i II) - dofinansowanie m.in. turnusów rehabilitacyjnych, sprzętu rehabilitacyjnego, likwidowanie barier architektonicznych
 - należy się zwrócić z wnioskiem do MOPS lub Centrum Pomocy Rodzinie
 - o dofinansowanie może się ubiegać osoba, której przeciętny miesięczny dochód, podzielony przez liczbę osób we wspólnym gospodarstwie domowym, obliczony za kwartał poprzedzający miesiąc złożenia wniosku, nie przekracza 50% na osobę we wspólnym gospodarstwie lub 65% w przypadku osoby samotnej
 - wysokość dofinansowania:
 - ü sprzęt rehabilitacyjny – 60% (max do 5-ciokrotności przeciętnego wynagrodzenia),
 - ü zaopatrzenie w środki ortopedyczne i pomocnicze – do 100% udziału własnego w wyznaczonym przez NFZ limicie ceny, albo do 150% sumy kwoty limitu oraz wymaganego udziału własnego, jeżeli cena zakupu jest wyższa niż ustalony limit,
 - ü likwidacja barier architektonicznych – do 80% kosztów przedsięwzięcia
- Dodatkowe informacje – infolinia PEFRON – 0 801 233 554 i 22 58184 10; poczta elektroniczna – sod@pfron.org.pl

2. Dom Pomocy Społecznej (DPS) - całodobowa opieka dla osób starszych i niepełnosprawnych

- rodzina lub sam podopieczny zwraca się o pomoc do odpowiedniej filii Ośrodka Pomocy Społecznej, procedura jest podobna jak w przypadku usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania.

3. Zasiłek pielęgnacyjny (rodzinne świadczenie opiekuńcze) – przysługuje m.in. osobie, która ukończyła 75 lat.

- zasiłek pielęgnacyjny jest przyznawany niezależnie od dochodu na osobę w rodzinie
- dla wszystkich uprawnionych kwota zasiłku wynosi 153 zł miesięcznie
- nie przysługuje osobie umieszczonej w instytucji zapewniającej całodobowe utrzymanie (np. DPS).
- prawa do zasiłku nie mają osoby, które posiadają członków rodziny uprawnionych do pobierania świadczeń za granicą na pokrycie kosztów opieki nad osobą niezdolną do samodzielnego funkcjonowania

POMOC SPOŁECZNA

4. Dodatek pielęgnacyjny do emerytury

- przysługuje osobie, która została uznana za całkowicie niezdolną do pracy oraz samodzielnej egzystencji.
- przyznawany jest na podstawie orzeczenia lekarza orzecznika ZUS
- emeryt, który ukończył 75 lat ma prawo do dodatku pielęgnacyjnego bez potrzeby składania wniosku i orzeczenia lekarza
- nie przysługuje osobie uprawnionej do emerytury, jeśli przebywa w zakładzie opiekuńczo-leczniczym lub w zakładzie pielęgnacyjno-opiekuńczym, ale przysługuje, jeśli emeryt przebywa poza tymi zakładami przez okres dłuższy niż 2 tygodnie.
- jeśli osobie przysługuje zasiłek pielęgnacyjny to nie może wnioskować o dodatek pielęgnacyjny
- emeryt przed ukończeniem 75rż składa wniosek sam albo przez swojego przedstawiciela
- aby otrzymać dodatek niezbędne jest złożenie zaświadczenia lekarskiego na druku ZUS N-9
- wysokość dodatku pielęgnacyjnego ogłaszana jest w formie Komunikatu Prezesa ZUS, około 200zł miesięcznie
- dodatek jest co roku waloryzowany przez ZUS oraz wolny od podatku dochodowego i nie podlega egzekucji administracyjnej, jak i sądowej
- Dodatek pielęgnacyjny wypłaca ZUS, natomiast zasiłek pielęgnacyjny wypłaca wójt burmistrz lub prezydent. Oba świadczeni przyznawane są na podstawie różnych ustaw, zasiłek wypłacany jest na podstawie ustawy o świadczeniach rodzinnych, natomiast dodatek na podstawie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych.
- Osoba uprawniona do dodatku pielęgnacyjnego nie otrzyma prawa do zasiłku pielęgnacyjnego.
- Dodatek pielęgnacyjny wypłaca ZUS, natomiast zasiłek pielęgnacyjny wypłaca wójt burmistrz lub prezydent. Oba świadczeni przyznawane są na podstawie różnych ustaw, zasiłek wypłacany jest na podstawie ustawy o świadczeniach rodzinnych, natomiast dodatek na podstawie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych.

INNE USŁUGI POMOCOWE dla osób starszych

1. Wypożyczalnia sprzętu ortopedycznego w Krakowie (łóżko, wózek inwalidzki, podnośniki, kule, inhalatory itp.)

- | | |
|------------------------|-------------------|
| - ul. Siemaszki 31, | tel. 12 416 53 05 |
| - ul. Dunajewskiego 5, | tel. 12 430 07 58 |
| - ul. Prądnicka 10, | tel. 12 633 20 55 |
| - ul. Toruńska 11, | tel. 12 633 64 73 |
| - ul. Ujastek 3, | tel. 12 644 09 68 |
| - ul. Komandosów 18, | tel. 12 269 86 11 |

2. Wypożyczalnia koncentratorów tlenu w Krakowie

- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| · Tlenmed – ul. Górników 13, | tel. 600 700 829 |
| · ul. Pszenna 7, | tel. 604 556 572 |
| · Caritas, ul. Komandosów 18, | tel. 12 269 86 11 |

POMOC SPOŁECZNA

3. Organizacje pozarządowe

- Chrześcijańskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych, Ich Rodzin i przyjaciół „OGNISKO”, ul. Floriańska 15, 31-019 Kraków, tel. 012 423-12-31, 012 423-32-36, e-mail: ognisko@idn.org.pl
 - Fundacja na Rzecz Chorych na SM im. Bł. Anieli Salawy, ul. Dunajewskiego 5, 31-133 Kraków, tel. 012 422-28-11, e-mail: biuro@fundacja-sm.malopolska.pl
 - Krakowskie Stowarzyszenie Osób Dotkniętych Chorobą Parkinsona
ul. Mikołajska 2 (Śródmiejski Ośrodek Kultury) 31-027 Kraków
Tel. (0-12) 422 08 14; (0-12) 422 19 55 czwartek godz.16.00 Dyżury w każdy czwartek
w godz. 15.00 do 17.00 w Śródmiejskim Ośrodku Kultury
 - Małopolska Fundacja Pomocy Ludziom Dotkniętym Chorobą Alzheimera
Os. Słoneczne 15, 31-958 Kraków tel: (012) 410 54 20 (w godz. 8:00-16:00)
email: fundacja@alzheimer-krakow.pl
 - Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego – Oddział Wojewódzki, ul. Kosocicka 55,
30-694 Kraków
 - Polski Czerwony Krzyż Zarząd Rejonowy Miejski, ul. Studencka 19, 31-116 Kraków
 - Polskie Towarzystwo do Walki z Kalectwem, ul. Dunajewskiego 5, 31-133 Kraków
 - Stowarzyszenie Chorych na Reumatyzm, ul. Marsz. F.Focha 33, 30-119 Kraków
 - Towarzystwo Zwalczania Chorób Kości i Stawów ul. Rejtana 2, 30-510 Kraków
 - Fundacja Pro Bono, ul. Grodzka 33, 31-001 Kraków, tel.012429-62-70, mail:probono@free.ngo.pl
4. Zespoły charytatywne przy parafiach kościołów rzymsko-katolickich