



# Informator

## dla Osób z Niepełnosprawnościami

Przewodnik po świadczeniach,  
ulgach i wsparciu w Polsce

Marta i Magdalena Wróbel



FUNDACJA  
**#MocStabości**

To młoda (działająca od marca 2024 roku) organizacja non-profit, która wspiera osoby wykluczone społecznie, z niepełnosprawnościami i seniorów poprzez aktywizację społeczną, edukację, rehabilitację oraz integrację społeczną. Fundacja działa w oparciu o tradycyjne formy wsparcia, jak i unikalne inicjatywy, zaspokajając potrzeby beneficjentów w zakresie uczestnictwa w kulturze i rekreacji.

📍 Sławęcin 13, 88-100 Inowrocław

🌐 [www.mocslabosci.pl](http://www.mocslabosci.pl)

✉ [mocslabosci@gmail.com](mailto:mocslabosci@gmail.com)

🏦 mBank: 53 1140 2004 0000 3402 8472 2731

📄 NIP: 5562808572 | KRS: 0001077460 | REGON: 528133494

### **Misja:**

Dotarcie do najbardziej potrzebujących i poprawa jakości ich życia.

### **Działania obejmują:**

ochronę zdrowia psychicznego, wsparcie osób z niepełnosprawnością, wsparcie rodzin w procesie wychowawczym, pomoc osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym, edukację i profilaktykę, integrację społeczności lokalnej, rozwój postaw prospołecznych, pomoc terapeutyczną i edukacyjną w dziedzinie zdrowia psychicznego.

📍 ul. Jelinka 38, 01-646 Warszawa

🌐 [www.fundacjaidylla.org](http://www.fundacjaidylla.org)

✉ [kontakt@fundacjaidylla.org](mailto:kontakt@fundacjaidylla.org)

🏦 BNP PARIBAS: 84 1600 1462 1860 6014 1000 0001

📄 NIP: 5252836373 | KRS: 0000859912 | REGON: 387063408

## O autorkach



Magdalena i Marta Wróbel to prezeski Fundacji #MocSłabości. To bliźniaczki borykające się z mózgowym porażeniem dziecięcym, które swoją działalnością udowadniają, że niepełnosprawność nie jest barierą, a życie osób z niepełnosprawnościami może być pełne i wartościowe.

- ✓ Absolwentki socjologii i administracji publicznej.
- ✓ Ambasadorki Dobrego Życia z Niepełnosprawnością.
- ✓ Twórczynie programu „#MocSłabości”.

Dzięki swojej działalności w internecie edukują i uczą czyli “oswajają” z niepełnosprawnością. Często są zapraszane do debaty publicznej jako ekspertki i panelistki. Ich postawa jest przykładem że trudności są po to by je pokonywać i tego, że niepełnosprawność i problemy zdrowotne są tylko kolejnym wyzwaniem.

## Wstęp

Witamy w informatorze, którego celem jest zebranie w jednym, przystępnym miejscu najważniejszych informacji na temat wsparcia, świadczeń i ulg, jakie przysługują osobom z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunom w Polsce. Jest to przewodnik, który ma pomóc Ci w poruszaniu się po zawiłościach prawa i procedur, aby w pełni wykorzystać dostępne formy pomocy.

Pamiętaj jednak że przewodnik ten to tylko wskazówka i podpowiedzi jakie są możliwości gdzie warto udać się po wsparcie. Może on być podpowiedzią i wskazówką do jakiej instytucji się udać, gdzie złożyć wnioski. Jednak nie jest to dokument na który możesz się powoływać. Wsparcie, kryteria i zasady zmieniają się bardzo szybko, więc potraktuj ten informator jako podpowiedź o czym i gdzie szukać informacji.

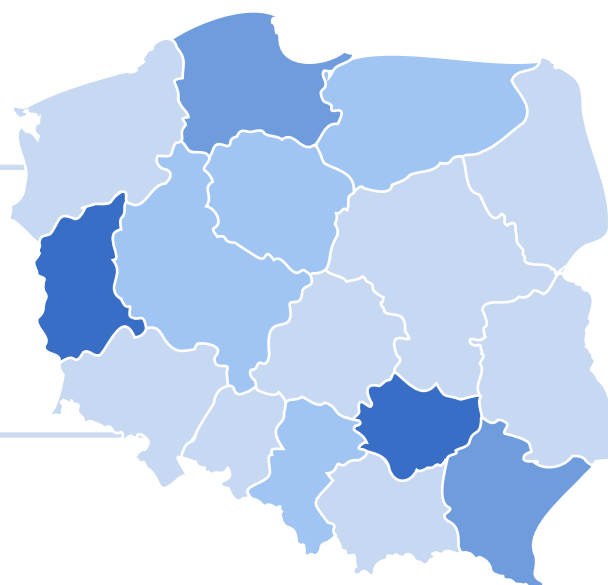


### Pamiętaj!

Poradnik ten to informator. Jednak każda sytuacja jest inna i zweryfikuj informację w odpowiednim urzędzie.

Poradnik powstał we współpracy Fundacji Idylla oraz Fundacji #MocSłabości.

### Statystyki OZN w Polsce



Według różnych szacunków w Polsce mieszka od 4,7 do 7,7 miliona osób z niepełnosprawnościami. To ogromna grupa osób z różnymi potrzebami wsparcia.

## Definicja w świetle prawa

Według Ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz.U. 1997 nr 123 poz. 776 z późn. zm.), osoba niepełnosprawna to osoba, której stan fizyczny, psychiczny lub psychofizyczny trwale lub okresowo utrudnia, uniemożliwia lub ogranicza prawidłowe funkcjonowanie w życiu społecznym i zawodowym.

## Sytuacja Osób Niepełnosprawnych w Polsce

Sytuacja osób z niepełnosprawnościami w Polsce na przestrzeni lat bardzo się zmienia. To obraz postępu prawnego, ale także głębokich, zakorzenionych wyzwań.



**5.4 mln**  
OZN w Polsce



**63.7%**  
z orzeczeniem



**48.7%**  
stp. umiarkowany

### Miliony w cieniu statystyk

Zgodnie z danymi Narodowego Spisu Powszechnego z 2021 roku, w Polsce mieszka 5,4 miliona osób z niepełnosprawnościami, co oznacza, że niemal co siódmy Polak mierzy się z ograniczeniami w codziennym funkcjonowaniu. 63,7% z tej zbiorowości posiada formalne, prawne orzeczenie o niepełnosprawności. Pozostała część to osoby, które deklarują poważne ograniczenia, ale pozostają poza formalnym systemem wsparcia i ulg. Niepełnosprawność dotyczy w większym stopniu kobiet (54,9%) i, co naturalne, jest silnie skorelowana z wiekiem – odsetek osób niepełnosprawnych wzrasta drastycznie po 60. roku życia. Najczęściej występującym problemem zdrowotnym są schorzenia i uszkodzenia narządu ruchu.

## System orzecznictwa

Polska opiera się na systemie orzecznictwa, które kategoryzuje niepełnosprawność na stopnie: znaczny, umiarkowany i lekki. To formalny dokument, a nie faktyczna kondycja zdrowotna, odblokowuje dostęp do mechanizmów wsparcia, dofinansowania i przywilejów pracowniczych. Najliczniejszą grupę stanowią osoby z umiarkowanym stopniem (około 48,7% osób z orzeczeniem).

## Bariera edukacyjna i rynek pracy

Niska aktywność zawodowa i edukacyjna. Osoby niepełnosprawne są grupą o znacznie niższym poziomie wykształcenia niż ogół społeczeństwa. Wśród nich największy odsetek posiada wykształcenie zasadnicze zawodowe lub niższe. Odsetek osób z wykształceniem wyższym (około 10,7% w grupie z orzeczeniem) jest nawet trzykrotnie niższy niż w populacji ogólnej. Ta "luka edukacyjna" jest kluczowa: badania wskazują, że odpowiada ona za znaczną część (około 27%) luki w zatrudnieniu. Mimo istnienia Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON) oraz różnorodnych form wsparcia dla pracodawców, wielu pracodawców nadal postrzega zatrudnianie osób niepełnosprawnych jako obowiązek, a nie atut.

## Ku dostępności: zmiana prawa i mentalności

Ostatnie lata przyniosły istotne zmiany w prawie, zwłaszcza w zakresie dostępności. Implementacja Ustawy o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami oraz Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych wymusza dostosowanie przestrzeni publicznej, transportu oraz sfery informacyjno-komunikacyjnej (np. strony internetowe, aplikacje).



## Sekcja I: Podstawy prawne i definicje

---

### Podstawy prawne:

- ✓ Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych
- ✓ Ustawa o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych
- ✓ Ustawa o pomocy społecznej
- ✓ Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych (Najważniejszy akt międzynarodowy)

Te akty prawne tworzą kompleksowy system, który ma na celu ochronę, wsparcie i włączenie społeczne osób niepełnosprawnych w Polsce.

### Kluczowe definicje:

- ✓ **Osoba z niepełnosprawnością:**

Za osobę niepełnosprawną uznaje się tę, której stan fizyczny, psychiczny lub umysłowy trwale lub okresowo utrudnia, uniemożliwia lub ogranicza wykonywanie ról społecznych, a w szczególności zdolność do pracy zawodowej.

- ✓ **Stopień niepełnosprawności:**

Wyróżnia się trzy stopnie:

- A. Znaczny: Obejmuje osoby całkowicie niezdolne do pracy lub wymagające stałej opieki.
- B. Umiarkowany: Dotyczy osób, które wymagają częściowej pomocy.
- C. Lekki: Odnosi się do osób, u których niepełnosprawność utrudnia wykonywanie ról, ale nie jest to poważne ograniczenie.

## Sekcja II: Orzecznictwo w Polsce

---

**Orzeczenie** to bardzo ważny dokument przydatny w wielu momentach. Zarówno dla osoby niepełnosprawnej, urzędów przyznających świadczenia jak i pracodawców. Warto znać treść swojego orzeczenia aby wiedzieć z jakich form wsparcia, ulg i świadczeń i uprawnień można skorzystać.

### Rodzaje orzecznictwa:

Wyróżniamy sześć systemów orzekania o niepełnosprawności:

#### Do celów rentowych:

- ✓ **ZUS:** lekarze orzecznicy i komisje lekarskie.
- ✓ **KRUS:** lekarze rzeczoznawcy i komisje lekarskie (rolnicy).
- ✓ **MON i MSWiA:** komisje dla służb mundurowych.

#### Do celów pozarentowych:

- ✓ **PZON:** Powiatowe zespoły (I instancja).
- ✓ **WZON:** Wojewódzkie zespoły (II instancja).

### Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności (PZON)

Wydawane w celu uzyskania ulg, świadczeń socjalnych i programów wsparcia. Nie daje prawa do renty.

- ✓ **Dla kogo:** Dzieci do 16 r.ż. (niepełnosprawność), powyżej 16 r.ż. (stopień).
- ✓ **Korzyści:** PFRON, ulgi podatkowe, karta parkingowa, zniżki komunikacyjne, zasiłek pielęgnacyjny.



**Dowiedz się więcej**

o orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności

### Orzeczenie o niezdolności do pracy (ZUS)


Podstawa do przyznania renty.


- ✓ **Rodzaje:** Całkowita lub częściowa niezdolność do pracy.
- ✓ **Korzyści:** Uprawnia do ubiegania się o rentę z tytułu niezdolności do pracy.





Warto pamiętać, że orzeczenie z PZON i orzeczenie z ZUS to dwie odrębne sprawy. Posiadanie orzeczenia o znacznym stopniu z PZON nie oznacza automatycznej renty z ZUS.


### Symbole niepełnosprawności:


 01-U: upośledzenie umysłowe


 02-P: choroby psychiczne


 03-L: słuch, mowa, głos


 04-O: narząd wzroku


 05-R: narząd ruchu


 06-E: epilepsja


 07-S: układ oddechowy/krążenia

 08-T: układ pokarmowy

 09-M: układ moczowo-płciowy

 10-N: choroby neurologiczne

 11-I: inne (endokrynologiczne itp.)

 12-C: zaburzenia rozwojowe



## Sekcja III: Świadczenia pieniężne

---

### Renta socjalna

Dla osób pełnoletnich, które stały się całkowicie niezdolne do pracy przed 18 r.ż. lub w trakcie nauki (przed 25 r.ż.). Nie zależy od stażu ubezpieczeniowego. Finansowana z budżetu państwa, corocznie waloryzowana. Wpłaca: ZUS.

### Dodatek dopełniający do renty socjalnej

Wsparcie dla osób wymagających stałej opieki. Od 1 stycznia 2025 r. przyznawany automatycznie osobom z orzeczeniem o całkowitej niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji pobierającym rentę socjalną. Inni muszą złożyć wniosek.

### Renta z tytułu niezdolności do pracy (ZUS)

Warunki otrzymania:

- ✓ Orzeczenie o niezdolności (całkowita lub częściowa).
- ✓ Staż ubezpieczeniowy: odpowiedni do wieku powstania niezdolności.
- ✓ Powstanie niezdolności w okresie ubezpieczenia lub do 18 miesięcy po.

Rodzaje:

- ✓ Stała,
- ✓ Okresowa,
- ✓ Szkoleniowa.

### Renta wypadkowa / powypadkowa

Gdy niezdolność powstała wskutek wypadku przy pracy lub choroby zawodowej. Nie przysługuje w przypadku umyślnego naruszenia przepisów BHP lub nietrzeźwości.

### Renta rodzinna dla dorosłego dziecka

Po śmierci rodzica. Wpłacana dożywotnio (nie do 25 r.ż. jak u osób zdrowych). Zasady zbiegu z rentą socjalną są korzystniejsze niż ogólne.

## Świadczenie pielęgnacyjne (Zasady od 2024 r.)

Dla opiekunów dzieci do 18 r.ż. Opiekun może pracować! Brak limitu zarobków.  
Kwota podwyższona o 100% na każde kolejne dziecko spełniające kryteria.  
Wniosek: MOPS/GOPS/Emp@tia.

## Zasiłek pielęgnacyjny

Kwota na pokrycie wydatków opiekuńczych. Przysługuje: dzieciom, osobom >16 r.ż. (st. znaczny lub umiarkowany jeśli powstał do 21 r.ż.), osobom >75 r.ż. Nie przysługuje przy dodatku pielęgnacyjnym z ZUS.

## Dodatek pielęgnacyjny (ZUS/KRUS)

Dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji lub powyżej 75 r.ż. (automatycznie).  
Wymaga druku OL-9.

## Świadczenie wspierające (Nowość od 2024)

Dla dorosłych. Wysokość zależy od punktacji WZON (70-100 pkt):

★★★ 95–100 pkt: 220% renty socjalnej

★ 80–84 pkt: 80% renty socjalnej

★★☆ 90–94 pkt: 180% renty socjalnej

★ 75–79 pkt: 60% renty socjalnej

★★☆ 85–89 pkt: 120% renty socjalnej

★ 70–74 pkt: 40% renty socjalnej

## Świadczenie uzupełniające (500+)

Dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji. Limit dochodów brutto: 2552,39 zł (stan na 2025 r.).

## Dziecko uczące się / "Za życiem"

- ✔ **4000 zł jednorazowo:** Przy ciężkim upośledzeniu/chorobie powstałej prenatalnie.
- ✔ **Zasiłek rodzinny + Dodatki:** Kształcenie i rehabilitacja, samotne wychowywanie, nauka poza miejscem zamieszkania.
- ✔ **800+:** Standardowe świadczenie wychowawcze.

## Sekcja IV: Programy rządowe

---

### Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością

Wsparcie w codziennych czynnościach, przemieszczaniu się, komunikacji. Wniosek do gminy/powiatu. Trwają prace nad ustawą o asystencji.

### Opieka wytchnieniowa

Możliwość odpoczynku dla opiekuna. Profesjonalna opieka nad podopiecznym na czas regeneracji opiekuna. Finansowana z Funduszu Solidarnościowego.

### Program "Za życiem"

Prawo do wyrobów medycznych, specjalistycznej opieki poza kolejnością, rehabilitacji i opieki paliatywnej na podstawie zaświadczenia lekarskiego.

## Sekcja V: Ulgi i uprzywilejowania

---



**Transport:** Zniżki PKP/PKS. Komunikacja miejska wg uchwał lokalnych.



**Karta Parkingowa:** Wniosek w PZON. Parkowanie na "kopertach".



**Abonament RTV:** Zwolnienie dla osób >75 lat, I grupy inwalidzkiej, inwalidów wojennych.



**Podatek PCC:** Zwolnienie przy zakupie sprzętu rehabilitacyjnego, wózka lub auta.



**Koszty sądowe:** Możliwość całkowitego zwolnienia po złożeniu wniosku.



**Ulga rehabilitacyjna (PIT):** Odliczenie leków, sprzętu, adaptacji mieszkania, turnusów.



**Poczta Polska:** Doręczanie przesyłek do domu dla osób na wózkach.



**Pies asystujący:** Prawo wstępu do budynków publicznych, parków, plaż.

## Sekcja VI: Wsparcie ze środków PFRON

---

Składanie wniosków: System SOW (sow.pfron.org.pl).

### Rodzaje wsparcia:

- ✓ **Likwidacja barier** architektonicznych i transportowych (adaptacja domu, auto).
- ✓ **Dofinansowanie do wynagrodzeń** pracowników.
- ✓ **Dofinansowanie edukacji wyższej** (czesne, koszty kształcenia).
- ✓ **Dotacje** na rozpoczęcie działalności gospodarczej.
- ✓ **Turnusy rehabilitacyjne:** 14-dniowe pobyty.

### Program "Aktywny Samorząd"

Oprzyrządowanie auta, prawo jazdy, sprzęt elektroniczny, wózki elektryczne, nowoczesne protezy (III poziom jakości), skuter inwalidzki.

## Sekcja VII: Wsparcie na rynku pracy

---

Czy można pracować? **TAK**. Renty ZUS/socjalna pozwalają na pracę, ale obowiązują limity (70% i 130% średniej krajowej). Przekroczenie skutkuje zmniejszeniem lub zawieszeniem renty. Pułapka rentowa to realne ryzyko utraty świadczeń przy zbyt wysokich zarobkach.

### Uprawnienia pracownicze:

- ✓ Krótszy czas pracy: 7h na dobę (st. znaczny/umiarkowany).
- ✓ Dodatkowe 10 dni urlopu.
- ✓ Dodatkowa przerwa 15 minut.
- ✓ Zwolnienie na turnus (do 21 dni) lub badania specjalistyczne.

## Wsparcie dla pracodawcy:

- ✓ Dofinansowanie do wynagrodzeń (Zależne od stopnia).
- ✓ Zwrot kosztów przystosowania stanowiska (do 20-krotności średniej).
- ✓ Refundacja szkolenia pracownika.
- ✓ Zatrudnienie asystenta pracownika niepełnosprawnego.
- ✓ Refundacja składek ZUS dla przedsiębiorców z OZN.

## Placówki rynku chronionego:

- ✓ **WTZ (Warsztaty Terapii Zajęciowej):** Rehabilitacja społeczna i zawodowa.
- ✓ **ZAZ (Zakłady Aktywności Zawodowej):** Praca w chronionych warunkach.
- ✓ **ZPCH (Zakłady Pracy Chronionej):** Przedsiębiorstwa aktywizujące OZN.



## Najważniejsze definicje i skróty

- ✓ **OZN:**  
Osoba z Niepełnosprawnością. Termin stawiający człowieka na pierwszym miejscu.
- ✓ **Niezdolność do pracy:**  
Brak rokowań na odzyskanie zdolności do zarobkowania po przekwalifikowaniu (orzeka ZUS).
- ✓ **Niezdolność do samodzielnej egzystencji:**  
Konieczność stałej pomocy w zaspokajaniu potrzeb życiowych.
- ✓ **PFRON:**  
Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.
- ✓ **PCPR / PZON:**  
Powiatowe centra wsparcia i zespoły orzecznicze.
- ✓ **WZON:**  
Wojewódzki Zespół (Świadczenie wspierające).

## Gdzie szukać informacji:



[gov.pl/web/gov/niepelnosprowni-portal-informacyjny](https://gov.pl/web/gov/niepelnosprowni-portal-informacyjny)  
[pfron.org.pl](https://pfron.org.pl) | [zus.pl](https://zus.pl) | [krus.pl](https://krus.pl)



**Infolinia PFRON: 800 007 140**  
**Infolinia ZUS: 22 560 16 00**