

*Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних Заларинского района»*

# **ИНФОРМАЦИОННЫЙ СПРАВОЧНИК ВЫПУСКНИКА**



*р.п.Залари - 2022*

## ***Дорогие выпускники!***

Совсем скоро ваша жизнь будет отделена от коллектива педагогов и сверстников реабилитационного центра. В самостоятельной взрослой жизни вам надо будет решать много вопросов, связанных с учёбой, трудоустройством, жильём, созданием собственной семьи, рождением детей, сохранением здоровья.

В нашем справочнике собрана информация о ваших правах и льготах, которые гарантирует государство, информация о тех учреждениях, где можно получить необходимую помощь. Однако у вас есть обязанности и ответственность перед законом. Каждый свободный человек обязан соблюдать законы и уважать права других людей. Мы хотим, чтобы вы лучше адаптировались в обществе и стали успешными людьми, а практические и полезные советы для вступления в самостоятельную жизнь, собранные в справочнике, помогут вам в этом.

***В добрый путь!***



***КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ У ВАС ДОЛЖНЫ БЫТЬ ПОСЛЕ  
ВЫПУСКА ИЗ УЧРЕЖДЕНИЯ:***

1. Паспорт.
2. Свидетельство о рождении (важный документ, так как в нем содержатся сведения о родителях).
3. Документ об образовании (если неоконченное образование - справка об обучении в организации профессионального образования с указанием периода обучения).

4. Сведения о родителях (свидетельства о смерти родителей, одного из них или единственного, копия приговора или копии решений суда о лишении родительских прав родителей, одного из них или единственного, о признании безвестно отсутствующим(ей), о признании умершим(ей); копии решений суда и приговоров должны быть заверены в суде).

5. Распорядительный документ об определении в организацию для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и сохранении (закреплении) жилой площади (в случае, если на это имелись основания).

6. Пенсионное удостоверение (для получающих пенсию).

7. Сберегательная книжка, ценные бумаги и другие документы, находившиеся в личном деле.

8. Полис обязательного медицинского страхования (документ, удостоверяющий право на бесплатное получение медицинской помощи на всей территории Российской Федерации).

9. ИНН

10. Страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (карточка, где указан СНИЛС (страховой номер индивидуального лицевого счёта), по этому номеру определяется вся информация, связанная со стажем работы и пенсией; без этого документа невозможно официальное трудоустройство).

11. Медицинская карта.

## **Получение документов в случае их отсутствия или замены**

Паспорт гражданина Российской Федерации является основным документом, удостоверяющим личность гражданина на территории Российской Федерации. Паспорт обязаны иметь все граждане Российской Федерации, достигшие 14-летнего возраста. Срок действия паспорта гражданина: от 14 лет – до достижения 20-летнего возраста; от 20 лет – до достижения 45-летнего возраста; от 45 лет – бессрочно. По достижении вами 20 - и 45-летнего возраста паспорт подлежит замене. Если в этот период вы проходите военную службу по призыву, то получить или заменить паспорт можно будет по месту жительства по окончании срока военной службы. Произвести замену паспорта вы обязаны в течение 30 дней, для этого нужно обратиться в подразделение УФМС России по месту вашей регистрации, где вам выдадут перечень документов, которые необходимо представить для получения нового паспорта.



## Если вы потеряли паспорт

### Алгоритм действий:

- приходите в ближайшее подразделение УФМС России по месту вашей регистрации;
- пишите заявление об утере паспорта (в случае, если паспорт украли, вам необходимо написать заявление о краже в полицию, если же вы его потеряли сами, то укажите в заявлении «факт кражи исключая», тогда в полицию идти не надо), бланк заявления вам выдадут;
- с собой необходимо иметь свидетельство о рождении и все иные документы, которые у вас есть (военный билет, заграничный паспорт, водительское удостоверение, студенческий билет и т. п.); желательно заранее сделать ксерокопии документов и передать их пакетом вместе с заявлением;
- сделайте 4 фотографии размером 35 x 45 мм: два фото для получения паспорта и ещё два - для временного удостоверения личности;
- оплатите государственную пошлину (300 рублей за выдачу утраченного паспорта) в Сберегательном банке (номер расчётного счёта вам выдадут в отделении УФМС).

Новый паспорт вы получите в течение 10 дней, если обратились в отделение УФМС по месту жительства, и в двухмесячный срок - если обратились в иное отделение УФМС. В день передачи документов в территориальное отделение УФМС вы можете получить временное удостоверение личности гражданина. Выдача временного удостоверения производится в течение 10 минут. Также вы можете получить справку, подтверждающую приём документов на оформление нового паспорта.

## **В связи с переменной фамилии при заключении или расторжении брака**

В подразделение УФМС России по месту вашей регистрации вам необходимо представить:

1. Паспорт.
2. Свидетельство о заключении или расторжении брака (подлинник).
3. Четыре фотографии.
4. Квитанцию об уплате государственной пошлины.

## **В связи с порчей паспорта (смытые и стёртые надписи, утраченные и обгорелые страницы).**

В подразделение УФМС России по месту вашей регистрации вам необходимо представить:

1. Паспорт (или то, что от него осталось).
2. Свидетельство о рождении (подлинник и ксерокопия).
3. Свидетельство о браке, свидетельство о расторжении брака, свидетельство о смерти супруга (подлинник или ксерокопию).
4. Свидетельство о рождении детей до 14-летнего возраста (подлинник и ксерокопию).
5. Три фотографии.
6. Военный билет или приписное свидетельство.
7. Квитанцию об уплате государственной пошлины.



### **Получение полиса обязательного медицинского страхования**

В страховую компанию вам необходимо представить:

1. Заявление установленного образца.
2. Паспорт.

Страховой полис медицинского страхования действует бессрочно на всей территории России. По месту регистрации, имея полис медицинского страхования, вы можете получить бесплатную медицинскую помощь.





### **Получение страхового свидетельства обязательного пенсионного страхования**

В учреждение социальной поддержки населения по месту жительства вам необходимо предоставить:

1. Заявление установленного образца.
2. Паспорт (до 14 лет - свидетельство о рождении).



## Получение ИНН

В районную налоговую инспекцию вам необходимо представить:

1. Заявление установленного образца.
2. Паспорт (до 14 лет - свидетельство о рождении).
3. Страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования

## ***ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ, ПРЕДУСМОТРЕННЫЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ***

### ***НА ОБРАЗОВАНИЕ.***

Обучающиеся по образовательным программам среднего профессионального образования или высшего образования по очной форме обучения зачисляются на полное государственное обеспечение до завершения обучения.

Обучающимся выплачиваются: - социальная стипендия, размер которой определяется образовательным учреждением самостоятельно (увеличивается не менее чем на 50 процентов), выплату социальной стипендии могут приостановить в связи с задолженностью в экзаменационной сессии; возобновляется выплата после погашения задолженности а не с момента приостановки, следующего месяца, как это практикуется в учебных заведениях; - ежегодное пособие на приобретение учебной литературы и письменных принадлежностей в размере трёхмесячной стипендии.

В каникулярное время, выходные и праздничные дни вас могут принять в вашем учреждении (реабилитационном центре) зачислить на бесплатное питание и проживание на период вашего пребывания в нём.

По окончании учебы в организации профессионального образования вы однократно обеспечиваеься за счёт средств организации, в которой обучались:

1) одеждой, обувью мягким, инвентарём и оборудованием по нормам, утверждённым Правительством Российской Федерации, по

желанию вам может быть выдана денежная компенсация в размере, необходимом для приобретения одежды, обуви, мягкого инвентаря, компенсация может быть перечислена на счёт, открытый на ваше имя.



## ***НА МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ***

Вам предоставляются бесплатное медицинское обслуживание и оперативное лечение в государственных и муниципальных лечебно-профилактических учреждениях, в том числе проведение диспансеризации, оздоровления, регулярных медицинских осмотров.



## ***НА ИМУЩЕСТВО И ЖИЛОЕ ПОМЕЩЕНИЕ***

Органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации, на территории которого вы проживаете, вам однократно предоставляется благоустроенное жилое помещение специализированного жилого фонда по договору найма специализированного жилого помещения, если вы:

- не являетесь нанимателем жилого помещения по договору социального найма;
- не являетесь членом семьи нанимателя жилого помещения по договору социального найма;
- не являетесь собственником жилого помещения;

- являетесь нанимателем жилого помещения или членом семьи нанимателя жилого помещения по договору социального найма, но проживать в нём невозможно;

- являетесь собственником жилого помещения, но проживать в нём невозможно.



**В каком случае проживание в жилом помещении признаётся невозможным?**

1) в жилом помещении проживают родители, лишённые родительских прав, и имеется вступившее в законную силу решение суда об отказе в принудительном обмене жилого помещения (часть 3 статьи 72 Жилищного кодекса РФ);

2) проживающие в жилом помещении или один из них страдают тяжёлой формой хронических заболеваний (часть 1 статьи 51 Жилищного кодекса РФ);

3) жилое помещение непригодно для проживания - не отвечает установленным для жилых помещений санитарным и техническим правилам и нормам;

4) общая площадь жилого помещения менее учётной нормы, приходящейся на одного человека.

**Включить в список на получение жилья вас могут с 14 лет.**

**Жилое помещение предоставляется после совершеннолетия.**

### ***НА ТРУД***

**Если вы впервые обратились в центр занятости населения:**

- с вами проведут диагностику профессиональной пригодности с учётом состояния здоровья;
- вам назначат пособие по безработице в течение 6 месяцев в размере уровня средней заработной платы, сложившейся в регионе;
- осуществят в течение 6 месяцев профессиональную ориентацию, профессиональную подготовку или получение дополнительного профессионального образования, помогут трудоустроиться.





### ***НА СУДЕБНУЮ ЗАЩИТУ***

Если вам до 18 лет и вам необходимо защищать свои права и законные интересы в суде, знайте, что вы имеете право:

- на бесплатную юридическую помощь в соответствии с Федеральным законом «О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации»;
- на защиту ваших законных интересов и прав органами прокуратуры, которые вправе обратиться для защиты ваших прав в суды Российской Федерации.

#### **Виды бесплатной юридической помощи:**

- 1) правовое консультирование в устной и письменной формах;
- 2) составление заявлений, в том числе исковых, жалоб, ходатайств и других документов правового характера;
- 3) представление интересов гражданина в судах, государственных и муниципальных органах, организациях.



## ***ПОРЯДОК ОБРАЩЕНИЯ В СУД***

В случаях нарушения ваших прав или законных интересов вы можете обратиться в суд. Прежде чем обращаться в суд, вам необходимо получить консультацию квалифицированных специалистов. В суд может обратиться любой дееспособный человек, достигший возраста 18 лет. Если вам нет 18 лет, в суд для защиты ваших прав могут обратиться органы опеки и попечительства, прокуратура. Исковое заявление подаётся в суд в письменной форме (напечатанное на компьютере или аккуратно написанное от руки). Необходимо узнать, требуется ли по вашему делу оплата

государственной пошлины. Если требуется, то необходимо оплатить и приложить к исковому заявлению оригинал квитанции. Если в защиту ваших прав обращается прокуратура, то госпошлина не оплачивается. Подать исковое заявление можно в канцелярию суда или направить его в суд заказным письмом с уведомлением о вручении по почте. Образцы оформления заявления можно посмотреть на стендах в здании суда или обратиться в прокуратуру за помощью.

## ***ВИДЫ ОТВЕТСТВЕННОСТИ***

Незнание закона не освобождает от ответственности! Гражданин Российской Федерации может самостоятельно осуществлять в полном объёме свои права и обязанности с 18 лет.

За нарушение прав других людей или за неисполнение обязанностей вы можете понести ответственность.

**Ответственность может быть:** дисциплинарной, административной, уголовной, материальной, гражданско-правовой.

## **Основные виды наказания:**

- при административной ответственности – штраф или предупреждение;
- при уголовной – лишение свободы;
- при материальной – возмещение причинённого материального вреда;
- при дисциплинарной – замечание, выговор, увольнение с работы, если вы обучаетесь – исключение из образовательного учреждения.

**Административная ответственность** наступает с 16-летнего возраста за курение и распитие спиртных напитков в общественных местах, появление в нетрезвом виде в общественных местах, совершение хулиганских действий, проституцию и др.

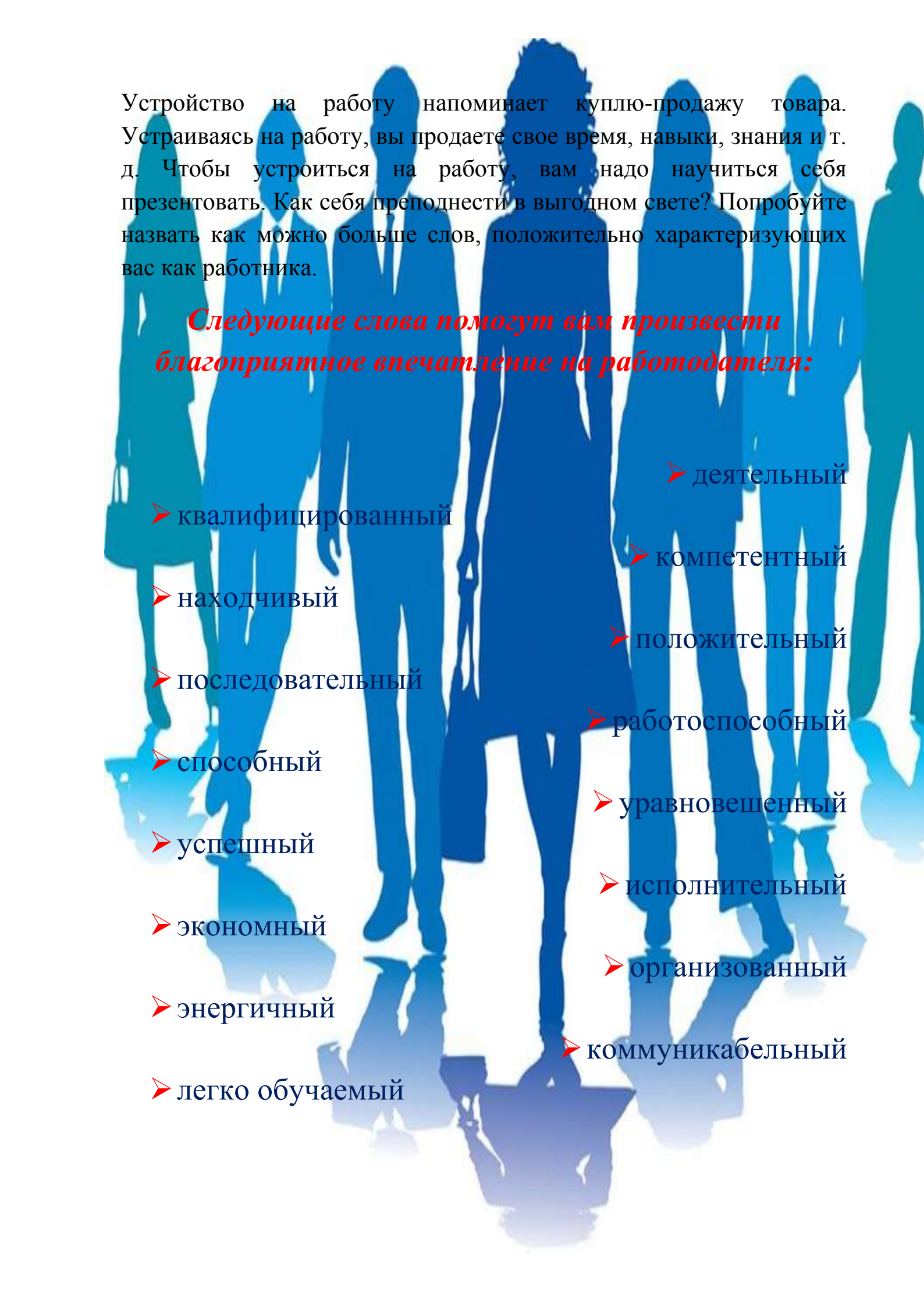
**Уголовная ответственность** в полном объеме наступает с 16 лет за совершение преступлений, в том числе приобретение, хранение и потребление наркотических средств. В некоторых случаях она может наступить с 14 лет – за грабежи, разбои, умышленное убийство, изнасилование, хулиганство, вандализм, угон автотранспортных средств, заведомо ложное сообщение об акте терроризма и др.

**Материальная ответственность** наступает с 14 лет за причиненный вами вред, например за разбитое стекло, сломанную скамейку и так далее. Если вы имеете материальный доход (заработная плата, стипендия), вы возмещаете ущерб из средств своего материального дохода.

**Гражданско-правовая ответственность** возникает в том случае, когда нарушаются договорные обязательства, связанные с имуществом. Предусматриваемая компенсация – возмещение в полной мере ущерба.



# ТРУДОУСТРОЙСТВО ВЫПУСКНИКОВ



Устройство на работу напоминает куплю-продажу товара. Устраиваясь на работу, вы продаете свое время, навыки, знания и т. д. Чтобы устроиться на работу, вам надо научиться себя презентовать. Как себя преподнести в выгодном свете? Попробуйте назвать как можно больше слов, положительно характеризующих вас как работника.

***Следующие слова помогут вам произвести благоприятное впечатление на работодателя:***

- квалифицированный
- находчивый
- последовательный
- способный
- успешный
- экономный
- энергичный
- легко обучаемый
- деятельный
- компетентный
- положительный
- работоспособный
- уравновешенный
- исполнительный
- организованный
- коммуникабельный

## КАК СОСТАВИТЬ РЕЗЮМЕ

**Резюме** – понятие, с которым все чаще приходится сталкиваться тем, кто ищет или меняет работу. Как составить резюме?

Существует традиционная форма:

- **Ф. И. О.** (ваши фамилия, имя и отчество в именительном падеже должны легко читаться в первой строке резюме)
- **АДРЕС И ТЕЛЕФОН** (фактический адрес; номера телефонов, включающие код города; укажите, в какое время с вами удобно связаться по телефону или передать информацию)
- **ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ** (дата рождения и возраст; семейное положение; количество детей)
- **ЦЕЛЬ** (кратко опишите, на какую должность вы претендуете)
- **ОБРАЗОВАНИЕ** (полное наименование учебного заведения (если необходимо, добавьте старое название), диплом (или ступень образования), специальность)
- **КВАЛИФИКАЦИЯ**
- **ОПЫТ РАБОТЫ** (за последние 5 - 7 лет нужно указать даты начала и окончания работы, полное наименование организации, должность, должностные обязанности (перечислить ваши обязанности и задачи на этой должности).
- **УСПЕХИ И ДОСТИЖЕНИЯ** (приведите ваши основные профессиональные достижения, используя выражения типа: «создал, ввел в действие, увеличил, выполнил»)
- **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ** (знание или степень владения иностранными языками, владение компьютером (программы, которые можете использовать в работе), водительские права (категория, наличие транспортного средства)
- **ДАТА**

## ***КАК ПРАВИЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ НА СОБЕСЕДОВАНИИ***

**Правило 1** Не опаздывать.

**Правило 2** Продумать заранее свой внешний вид. Соблюдайте деловой стиль в одежде. Не стоит пользоваться парфюмерией с резким запахом.

**Правило 3** ВЗГЛЯД Не отводите взгляд в сторону, поддерживайте контакт глазами, смотрите собеседнику в лицо, но не «сверлите» глазами.

**Правило 4** ПОЗА Когда вы сидите, не нужно скрещивать руки на груди, соединять их в «замок», можно свободно положить их на колени либо на стол, нежелательно также скрещивать ноги, принимать позу «нога на ногу».

**Правило 5** ЖЕСТЫ И ЛИЦО При разговоре не размахивайте сильно руками, не теребите в руках какой-либо предмет – это подчёркивает волнение и неуверенность. Не хмурьтесь и не принимайте слишком серьёзный вид, улыбайтесь, но в меру, не жуйте жевательную резинку.

**Правило 6** РЕЧЬ Говорите только достоверную информацию, отвечайте на вопросы чётко, конкретно. Избегайте сленга.

**Правило 7** ВЕЖЛИВОСТЬ В начале собеседования поздоровайтесь, представьтесь, в конце – поблагодарите за уделённое время, попрощайтесь. Если вас кому-либо представляют, постарайтесь правильно услышать и запомнить имя этого человека. Не браните своего предыдущего начальника, коллег по работе.



## ***СОВЕТЫ ДЛЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ***

**СОВЕТ ПЕРВЫЙ:** «Работайте!» Если хотите, чтобы вас принимали всерьёз – добросовестно выполняйте свои обязанности, работайте наравне со всеми. Ни в коем случае не принимайте побряжек типа: «Ещё неопытный, ещё научишься...» С такой установкой с продвижением по служебной лестнице не везёт.

**СОВЕТ ВТОРОЙ:** «Не болтайте много!» Говорите по существу. Больше слушайте. Думайте, что и каким тоном вы говорите.

**СОВЕТ ТРЕТИЙ:** «Не хвалитесь!» Не делайте даже в шутку таких заявлений: «Мне еще 19, а я уже...» Коллег это начнёт раздражать рано или поздно.

**СОВЕТ ЧЕТВЁРТЫЙ:** «Не отвергайте предложенной помощи» Цените любую помощь, которую предлагают вам коллеги. Проявляйте уважение и слушайте внимательно. Это настроит коллег положительно и вам пойдёт на пользу.

**СОВЕТ ПЯТЫЙ:** «Во всем должно быть чувство меры» Избегайте крайностей: помогая, не переусердствуйте. Грань между вежливой помощью и рабским угодничеством очень тонка.

**СОВЕТ ШЕСТОЙ:** «Не задирайте нос!» Не нужно избегать так называемой чёрной работы, она вам не повредит и позволит проследить процесс производства с самого начала.

**СОВЕТ СЕДЬМОЙ:** «Несите позитив» Обязательно здоровайтесь. Не ждите, пока поздороваются с вами, сделайте это первым. Чаше улыбайтесь.



## ***КАКИЕ ПРАВИЛА НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ, ОБЩАЯСЬ С ЛЮДЬМИ ПО ТЕЛЕФОНУ***

- ❖ Если у вас есть крайне важные вещи, которые необходимо упомянуть в ходе беседы, запишите их и держите перед глазами. Также всегда держите наготове ручку и бумагу, если придётся что-либо записывать.
- ❖ Инициатива исходит от звонящего человека – если связь оборвалась, то должен перезвонить тот, кто позвонил. Точно так же дела обстоят и с инициативой завершения разговора – тот, кто позвонил, завершает беседу и прощается.
- ❖ При разговоре обращайтесь к собеседнику по имени или по имени и отчеству – это создаст дружественную обстановку. Используя в разговоре имя человека, вы вызываете у него доверительный настрой.
- ❖ Улыбайтесь. Когда вы улыбаетесь, ваши интонации автоматически становятся позитивнее и доброжелательнее, улыбка придает «блеск» вашему голосу.
- ❖ Не стоит перебивать собеседника, если у вас возник какой-либо вопрос. Когда он закончит свою мысль и сделает паузу, тогда и поинтересуйтесь всеми аспектами дела.
- ❖ Во время монолога вашего собеседника давайте понять, что вы на проводе, выражайте согласие с его словами, подчёркивая свой интерес.

Старайтесь не употреблять в речи уменьшительно-ласкательных суффиксов и разговорных словечек. Избавляйтесь от слов-паразитов: «М-м...», «Значит...», «Так вот...», «Ну...», «Как бы...», «На самом деле...» и т. д. Если с ваших уст готов сорваться подобный «мусор», лучше промолчите.





**FAMILY**

## **ПОРЯДОК ЗАКЛЮЧЕНИЯ (РАСТОРЖЕНИЯ) БРАКА**

### **С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО ВСТУПАТЬ В БРАК?**

В брак можно вступать с в 18 лет. Допускается вступление в брак с 16 лет при наличии уважительных причин: рождение ребёнка, беременность (свыше 12 недель), непосредственная угроза жизни одной из сторон (ст. 13 Семейного кодекса РФ). Но при наличии вышеуказанных причин сначала необходимо получить разрешение органов местного самоуправления на вступление в брак (нужно обращаться в администрацию города или района, получить разрешение, а затем идти в ЗАГС).

### **В КАКИХ СЛУЧАЯХ БРАК РАСТОРГАЕТСЯ В ОТДЕЛЕ ЗАГСА,**

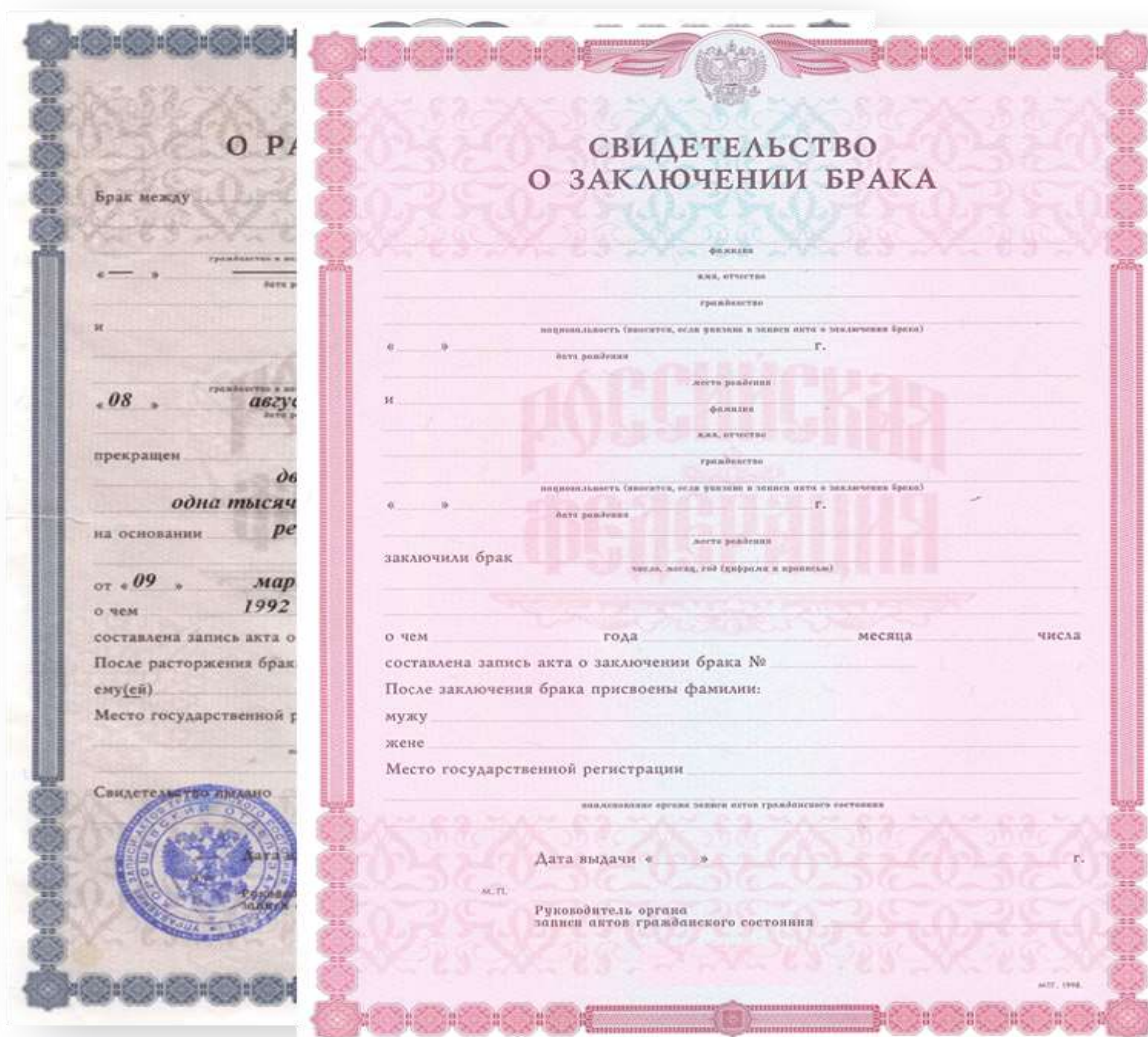
#### **А В КАКИХ - В СУДЕ?**

Брак расторгается в отделе ЗАГС при согласии обоих супругов на расторжение брака и отсутствии у них несовершеннолетних детей, а также в случаях, когда один из супругов признан безвестно отсутствующим, недееспособным или осуждён к лишению свободы на срок более 3 лет. Брак расторгается в суде, если один из супругов против расторжения брака или супруги имеют совместных несовершеннолетних детей (ст. 18-21 Семейного кодекса РФ). При отсутствии согласия одного из супругов на расторжение брака суд вправе назначить супругам срок для примирения до 3 месяцев (ст. 23 Семейного кодекса РФ).

**Вопрос:** Становится ли совместной собственностью супругов при заключении брака имущество, которое имелось у каждого из них до заключения брака, а также имущество, полученное одним из супругов в качестве дара или наследства?

**Ответ:** Нет, не становится. При расторжении брака в судебном порядке суд обязан принять решение по следующим моментам:

- ✓ С кем из родителей останутся несовершеннолетние дети.
- ✓ Кто из супругов и в каком размере будет уплачивать алименты на содержание несовершеннолетних детей.
- ✓ По требованию супругов разделить совместное имущество.
- ✓ По требованию одного из супругов назначить ему денежное содержание (если его доход ниже прожиточного минимума или если он признан судом недееспособным), взыскиваемое со второго супруга.



## **ОФОРМЛЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ НА НОВОРОЖДЁННОГО**

После появления малыша на свет помимо радости появляется множество забот, и одна из них - оформление документов на новорождённого. Как это правильно сделать?

**ПЕРВЫЙ ЭТАП** оформления документов на новорождённого - это регистрация рождения. Зарегистрировать вашего малыша вам необходимо в первый месяц его жизни. Для этого вам нужно выбрать имя ребёнку и подать заявление о регистрации рождения ребёнка в любой отдел ЗАГС вне зависимости от вашего места проживания или места рождения ребёнка. Но, чаще всего, такая процедура осуществляется все-таки в ЗАГСе по месту жительства одного из родителей или по месту нахождения роддома, где малыш появился на свет. Так удобнее. Для оформления новорождённого в отдел ЗАГС необходимо предоставить следующие документы: медицинскую справку о рождении ребёнка (выдают в роддоме при выписке), паспорта матери и отца ребёнка. Также предоставляется свидетельство о браке (расторжении брака, смерти супруга). Если родители ребёнка проживают в незарегистрированном браке, то в отделе ЗАГС отцу необходимо написать заявление об установлении отцовства, только в этом случае сведения о нём будут внесены в свидетельство о рождении ребёнка в графу «отец». **Свидетельство о рождении ребёнка - самый первый документ малыша вручается родителям в тот же день, когда они обратились с заявлением в отдел ЗАГС.**

**СЛЕДУЮЩИЙ ЭТАП** оформления документов на новорожденного - это регистрация по месту жительства. Для этого матери и отцу малыша необходимо обратиться в паспортный стол с паспортами обоих родителей и свидетельством о рождении ребёнка. Если родители имеют регистрацию по месту жительства в разных местах, необходимо предоставить ещё и выписку из домовой книги или копию лицевого счёта квартиросъемщика с

места жительства второго родителя, к которому не будут прописывать малыша. Это необходимо, чтобы ребёнка не зарегистрировали в двух местах жительства. **ВНИМАНИЕ!** Этот этап оформления новорожденного тоже нужно сделать как можно скорее, желательно в первый месяц.

**ТРЕТИЙ ЭТАП** оформления новорожденного - это получение полиса обязательного медицинского страхования (ОМС). Для оформления полиса ОМС необходимо выбрать страховую медицинскую организацию и обратиться туда за получением полиса ОМС для ребёнка. С собой необходимо иметь паспорт одного из родителей, свидетельство о рождении ребёнка, также нужно заполнить бланк заявления на получение полиса ОМС. **ВНИМАНИЕ!** С оформлением полиса не нужно затягивать, так как без полиса в детской поликлинике могут не принять.



## ОФОРМЛЕНИЕ ПОСОБИЙ

После оформления документов на новорожденного можно приступать к оформлению пособий.

**ЕДИНОВРЕМЕННОЕ ПОСОБИЕ ПРИ РОЖДЕНИИ РЕБЁНКА** Право на пособие имеет один из родителей, размер пособия 18886,32 рубля (сумма меняется). Пособие назначается, если обращение за ним последовало не позднее 6 месяцев со дня рождения ребёнка. Куда обратиться? В отдел социальной поддержки населения по месту жительства или по месту работы одного из родителей.

**ЕДИНОВРЕМЕННОЕ ПОСОБИЕ ПРИ РОЖДЕНИИ ВТОРОГО И КАЖДОГО ПОСЛЕДУЮЩЕГО РЕБЁНКА** Право на пособие имеет один из родителей. Размер пособия 6752 рублей (сумма меняется). Куда обратиться? В отдел социальной поддержки населения по месту жительства.

**ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ПОСОБИЕ ПО УХОДУ ЗА РЕБЁНКОМ ДО ПОЛУТОРА ЛЕТ** Право на пособие имеют матери либо отцы, другие родственники, находящиеся в отпуске по уходу за вашим ребёнком. По уходу за первым ребёнком – 4050,92 рубля (сумма меняется). По уходу за вторым и последующими детьми - 7357,64 рубля (сумма меняется). Куда обратиться? В отдел социальной поддержки населения по месту жительства или по месту работы.



## **ПОСТАНОВКА НА ОЧЕРЕДЬ В ДЕТСКИЙ САД**

Идеально - сразу после рождения ребёнка. Вы имеете право выбрать детский сад по месту жительства. Далее необходимо сходить в детский сад и написать заявление на имя директора о предоставлении места в детском саду.

**Вместе с заявлением вы предоставляете следующие документы:**

- копию свидетельства о рождении ребёнка
- копию паспорта одного из родителей,
- справку о регистрации ребёнка по месту жительства (выдается в паспортном столе).



## **ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О СОХРАНЕНИИ ЗДОРОВЬЯ?**

О том, чтобы быть счастливым в будущем, нужно заботиться в настоящем. Будьте внимательны к своему здоровью!

Инфекции, передаваемые половым путем - это инфекции, которые передаются от одного человека к другому при сексуальном контакте.

Если у вас был половой контакт и появились симптомы:

- ✓ язвы, сыпь на половых органах или вокруг них;
- ✓ язвы или сыпь вокруг анального отверстия;
- ✓ необычные (по цвету, запаху) выделения из половых органов;
- ✓ боль или чувство жжения при мочеиспускании;
- ✓ частые позывы к мочеиспусканию;
- ✓ ощущение зуда и боли в половых органах - немедленно обратитесь к врачу!

Инфекции, которые передаются половым путем, могут стать причиной заболеваний, которые часто протекают без явных симптомов. Это может распознать только врач-специалист. Не занимайтесь самолечением по совету рекламы или друзей. Если ваш партнёр не получает лечение одновременно с вами, не ждите эффекта от лечения!

## **ЧТО ТАКОЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ?**

ВИЧ - это вирус иммунодефицита человека. Этот вирус разрушает иммунную (защитную) систему организма, которая отвечает за борьбу с болезнями. Заражение человека ВИЧ-инфекцией приводит к развитию у него СПИДа. СПИД - синдром приобретённого иммунодефицита - это комплекс заболеваний и проблем со здоровьем, который возникает из-за низкого иммунитета. ВИЧ передаётся только через определённые жидкости организма: кровь, сперму, вагинальные жидкости, грудное молоко.

## **В КАКОМ СЛУЧАЕ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ?**

- при незащищённом половом акте;
- при использовании нестерильных шприцев;
- при переливании крови;



- при применении нестерильного оборудования для татуировок и пирсинга;
- от ВИЧ-инфицированной матери к ребёнку во время беременности, родов, кормления грудью.

## **КОГДА НЕЛЬЗЯ ЗАРАЗИТЬСЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ?**

- при кашле и чихании;
- через продукты питания и воду;
- при поцелуях;
- через рукопожатия и объятия;
- через посуду и столовые приборы;
- при совместном купании в бассейне;
- при пользовании общим туалетом и ванной;
- через укусы кровососущих насекомых.

## **КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ?**

- самый безопасный способ уберечь себя от заболевания - это не вступать в беспорядочные сексуальные отношения;
- верность одному партнёру - лучший способ защитить себя от инфекции;
- использование средства «защиты», которое снижает риск заражения, - презерватива;
- использовать одноразовые инструменты для татуировки и пирсинга и/или стерильные медицинские инструменты.