

**АППАРАТ УПОЛНОМОЧЕННОГО ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА  
В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН**



**ДАЙДЖЕСТ  
ПО ВОПРОСАМ ЗАЩИТЫ ДЕТСТВА**

**Сборник новостных материалов  
по актуальным вопросам защиты детства**

**Сборник №17 (2024 год)**

**Составители:**

*И.В. Волынец* – Уполномоченный по правам ребенка в Республике Татарстан;

*Э.Р. Сафина* – начальник отдела по защите прав и законных интересов детей Apparата Уполномоченного по правам ребенка в Республике Татарстан;

*Л.Г. Кадырова* – ведущий консультант отдела по защите прав и законных интересов детей Apparата Уполномоченного по правам ребенка в Республике Татарстан;

*А.М. Меркушева* – ведущий консультант отдела по защите прав и законных интересов детей Apparата Уполномоченного по правам ребенка в Республике Татарстан;

*А.А. Ефремова* – старший специалист отдела по защите прав и законных интересов детей Apparата Уполномоченного по правам ребенка в Республике Татарстан.

Материалы данного сборника адресуются родительской общественности, заинтересованным службам сфера защиты прав детей и семей с детьми, а также будут полезны работникам системы образования, здравоохранения, культуры, спорта, молодежной политики и социальной защиты, студентам профильных специальностей.

## Оглавление

Указ Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения» .....	4
Проекты федеральных законов .....	13
Вносятся поправки в закон для защиты пенсий детей-инвалидов .....	13
Дети-инвалиды и инвалиды с детства получают две пенсии.....	14
Наставники для несовершеннолетних.....	14
Вопросы применения Указа Президента о мерах социальной поддержки многодетных семей ...	15
Работающие родители продолжают получать пособие по уходу за ребенком до 1,5 лет.....	18
Изменения в вычетах НДФЛ.....	19
О системе социальной поддержке семей с детьми .....	20
Защитим детей от киберпреступности .....	26
Какие схемы мошенничества существуют?.....	26
Как обезопасить себя от мошенников? .....	26
Фишинг. Что нужно знать, чтобы обезопасить себя и детей от сайтов подделок? .....	27
<i>Как понять, настоящий это сайт или сайт-подделка:</i> .....	27
Помни базовые правила «внимательного пользователя» Интернета: .....	27
Остерегайтесь - фейки! .....	28
Что делать, когда тебя буллят? .....	29
Что делать, если ты стал свидетелем притеснения (буллинга)? .....	30
Осторожно: йододефицит.....	31
Притча о воспитании .....	34

**Указ Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об  
утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в  
области исторического просвещения»**

В соответствии с Федеральным законом от 28 июня 2014 г. N 172-ФЗ "О стратегическом планировании в Российской Федерации" постановляю:

1. Утвердить прилагаемые Основы государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения.
2. Настоящий Указ вступает в силу со дня его подписания.

Президент  
Российской Федерации

В. Путин

Москва, Кремль

8 мая 2024 года

N 314

**Основы государственной политики Российской Федерации в области  
исторического просвещения**

**I. Общие положения**

1. Настоящими Основами определяются цели, основные принципы, задачи и механизмы реализации государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения (далее - государственная политика в области исторического просвещения).

2. Нормативно-правовую базу настоящих Основ составляют Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры Российской Федерации, федеральные законы, Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, иные нормативные правовые акты Российской Федерации.

3. В настоящих Основах используются следующие основные понятия:

а) **историческое просвещение** - регулируемая государством деятельность по распространению в обществе достоверных и научно обоснованных исторических знаний в целях формирования научного понимания прошлого и настоящего России, являющегося одной из основ общероссийской гражданской идентичности и коллективной исторической памяти, а также в целях противодействия попыткам умаления подвига народа при защите Отечества;

б) **государственная политика в области исторического просвещения** - совокупность действий, реализуемых субъектами государственной политики в области исторического просвещения, направленных на распространение в обществе достоверных и научно обоснованных исторических знаний, поддержку и развитие системы научного исторического знания, формирование личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей и любви к Родине;

в) **субъекты государственной политики в области исторического просвещения** - органы публичной власти, научные и образовательные организации, академические и университетские центры, организации культуры и искусства, культурно-просветительские организации, средства массовой информации, общественно-государственные и общественные объединения и организации, иные некоммерческие организации, деятельность которых направлена на распространение в обществе достоверных и научно обоснованных исторических знаний, поддержку и развитие системы научного исторического знания, формирование личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей и любви к Родине.

## II. Основания для выработки государственной политики в области исторического просвещения

4. Основой исторического просвещения в России является научное историческое знание и образование.

5. Россия - великая страна с многовековой историей, государство-цивилизация, сплотившее русский и многие другие народы на пространстве Евразии в единую культурно-историческую общность и внесшее огромный вклад в общемировое развитие. В основе самосознания российского общества лежат формировавшиеся и развивавшиеся на протяжении всей истории России традиционные духовно-нравственные и культурно-исторические ценности, сохранение и защита которых являются обязательным условием гармоничного развития страны и ее многонационального народа, неотъемлемой составляющей суверенитета Российской Федерации.

6. В условиях роста международной напряженности и кризиса национальной идентичности, в основе которого лежат уничтожение исторической памяти, реабилитация и воскрешение неокOLONиализма, неоимпериализма и неонацизма,

российское общество и государство сталкиваются с целым рядом явлений, несущих в себе риски и угрозы, к числу которых относятся:

а) недружественные действия иностранных государств, направленные на отрицание или преуменьшение исторического вклада России в развитие мировой цивилизации;

б) попытки деформации исторической памяти и искажения исторической правды, негативные оценки событий и периодов отечественной истории, распространение ложных представлений о России;

в) использование коллективным Западом фальсификации истории в качестве оружия в информационной войне, направленной на разрушение целостности российского общества и государства.

7. Для противодействия рискам и угрозам, названным в [пункте 6](#) настоящих Основ, необходимо предпринять скоординированные, комплексные и широкомасштабные усилия по организации и обеспечению системной и масштабной работы в области исторического просвещения, образования и науки. Системное и массовое историческое просвещение населения России имеет большое образовательное и воспитательное значение для безопасного и гармоничного развития личности и государства.

### III. Цели государственной политики в области исторического просвещения

8. Целями государственной политики в области исторического просвещения являются формирование общероссийской гражданской идентичности и укрепление общности Русского мира на основе традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей путем:

а) сохранения памяти о значимых событиях истории России, включая историю государствообразующего русского народа, входящего в многонациональный союз равноправных народов Российской Федерации, и историю других народов России, исходя из понимания преемственности в развитии Российского государства и его исторически сложившегося единства;

б) осознания многонациональной природы социокультурного развития России;

в) популяризации достижений отечественной науки и культуры;

г) патриотического воспитания, сохранения памяти о защитниках Отечества и недопущения умаления значения подвига народа при защите Отечества;

д) сохранения памяти о выдающихся личностях в российской истории, внесших важный вклад в развитие и процветание России;

- е) формирования активной гражданской позиции в отношении важности исторического просвещения и сохранения исторической памяти;
- ж) расширения и совершенствования просветительской работы с соотечественниками, проживающими за рубежом, направленной на сохранение их самоидентификации как части Русского мира;
- з) обеспечения доступа граждан к достоверным и научно обоснованным историческим знаниям и объективной информации о месте и роли России в мировой истории, о ее вкладе в развитие мировой цивилизации;
- и) сохранения традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, создания условий для противодействия попыткам навязывания народу России деструктивных идеологических установок, противоречащих этим ценностям;
- к) совершенствования механизмов государственного управления в области исторического просвещения;
- л) повышения престижа профессий, связанных с историческим просвещением.

#### IV. Основные принципы государственной политики в области исторического просвещения

9. Основными принципами государственной политики в области исторического просвещения являются:

- а) опора на научные знания и фундаментальные научные исследования, традиционные российские духовно-нравственные и культурно-исторические ценности;
- б) понимание истории России, развивающейся по самобытному цивилизационному пути, как неотъемлемой части общемирового исторического процесса;
- в) преемственность всех этапов российской истории;
- г) осознание исторического единства народов Российской Федерации при сохранении ценности истории и культуры каждого ее народа.

#### V. Задачи государственной политики в области исторического просвещения

10. Задачами, связанными с совершенствованием механизмов государственного управления в области исторического просвещения, являются:



- а) координация исследовательской, методической и массовой просветительской деятельности субъектов государственной политики в области исторического просвещения;
- б) совершенствование нормативно-правового, информационно-просветительского и научно-методологического обеспечения противодействия попыткам фальсификации истории в России и за рубежом, умаления значения подвига народа при защите Отечества;
- в) формирование государственного заказа на подготовку научно-педагогических кадров и проведение научных исследований в области истории России и всех народов, ее населяющих, их культур и языков, на разработку и публикацию научно-популярных материалов, создание произведений литературы (в том числе детской) и искусства, кинематографической, театральной, телевизионной продукции, видеопроизведений и интернет-продукции;
- г) совершенствование системы контроля качества содержания историко-просветительских и образовательных программ в области истории и культуры, разрабатываемых в том числе для подготовки научно-педагогических кадров;
- д) упорядочение деятельности органов публичной власти и экспертных советов, связанной с решением вопросов предоставления государственных субсидий либо иного участия государства в финансировании исторических и культурных проектов, а также вопросов выдачи или отзыва прокатных удостоверений на отечественные и зарубежные фильмы;
- е) совершенствование системы грантовой и иных видов поддержки исторических и культурных проектов, в частности связанных с популяризацией работ отечественных историков и изданием историко-просветительской литературы, в том числе на языках народов России и иностранных языках;
- ж) государственная поддержка общественных объединений, деятельность которых направлена на сохранение исторической памяти, и проектов, реализуемых в данной сфере, в целях противодействия идеологической и информационной агрессии против России;
- з) поддержка проектов в области исторического образования и патриотического воспитания, совершенствование форм и методов такого образования и воспитания, повышение эффективности деятельности образовательных и просветительских организаций;
- и) совершенствование системы научной экспертизы содержания издаваемой исторической литературы, а также содержания экскурсионных программ в музеях и организациях культуры;



к) поддержка обновления фондов исторической литературы общедоступных (публичных) библиотек.

11. Задачами, связанными с развитием научной базы исторического просвещения, являются:

а) создание условий для изучения отечественной истории в государственных и негосударственных общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования на основе научных достижений при обеспечении защиты исторической правды и противодействия фальсификации истории;

б) формирование государственной программы, предусматривающей организационную и финансовую поддержку научно-образовательных центров мирового уровня и образовательных организаций высшего образования, проводящих актуальные с точки зрения защиты российских государственных интересов исторические исследования;

в) создание отечественной системы мониторинга публикаций в сфере социально-гуманитарных наук, основой которой должны стать независимые от зарубежных рейтингов отечественные показатели;

г) привлечение ведущих научных, педагогических и научно-педагогических работников к работе со средствами массовой информации в целях продвижения достоверных исторических знаний и популяризации важнейших событий истории России;

д) содействие расширению взаимодействия ученых-историков Союзного государства и ближнего зарубежья, взаимодействие в рамках Содружества Независимых Государств по вопросам, связанным с общей для постсоветского пространства историей, проведением совместных научных исследований, изданием учебных пособий и методических рекомендаций;

е) содействие расширению контактов с учеными-историками иностранных государств и активизации просветительской работы с соотечественниками, проживающими за рубежом;

ж) повышение роли музеев, театров, кинотеатров, библиотек, архивов, средств массовой информации и массовой коммуникации в историческом просвещении, в том числе посредством реализации образовательно-просветительских программ.

12. Задачами, связанными с повышением исторической грамотности граждан Российской Федерации, иностранных граждан, проживающих (пребывающих) на территории Российской Федерации, и соотечественников, проживающих за рубежом, являются:

- а) создание единой методологии преподавания истории, начиная с дошкольных образовательных организаций и заканчивая образовательными организациями высшего образования;
- б) актуализация федеральных основных общеобразовательных программ в части, касающейся внесения изменений в федеральную рабочую программу по учебному предмету "История" в соответствии с новыми вызовами и задачами, стоящими перед Российской Федерацией, а также с учетом современных научных достижений в области истории;
- в) создание единой государственной линейки школьных учебников по истории (истории России, всеобщей истории), в том числе по истории родного края для каждого субъекта Российской Федерации;
- г) разработка и принятие единого федерального историко-культурного стандарта и выработка на его основе региональных компонентов историко-культурного стандарта для каждого субъекта Российской Федерации;
- д) возрождение и поддержка программ внеклассного и внеаудиторного исторического просвещения в студиях, кружках и иных просветительских форматах при организациях культуры, образовательных и научных организациях;
- е) популяризация истории развития культуры, науки и техники, военно-промышленного комплекса и военной истории России;
- ж) закрепление статуса негосударственных музеев, малых исторических (отраслевых) музеев, музеев образовательных организаций как важного компонента научно-практической базы исторического просвещения, оказание им государственной поддержки;
- з) разработка и реализация государственной программы, направленной на развитие школьного и студенческого познавательного туризма и предусматривающей посещение музеев, военно-исторических объектов, памятников истории и культуры, городов-героев, городов воинской славы и городов трудовой доблести, заповедников и других мест, связанных с историей России;
- и) обеспечение работы в области исторического просвещения в образовательных организациях, подведомственных федеральным органам исполнительной власти, уполномоченным в области обеспечения обороны страны, государственной и общественной безопасности, а также с военнослужащими и государственными гражданскими служащими этих органов;
- к) поддержка исторического краеведения;

л) популяризация использования объектов историко-культурного наследия народов Российской Федерации в целях исторического просвещения;

м) содействие повышению роли семьи в историческом просвещении детей и молодежи, в том числе в целях сохранения памяти предков и обеспечения преемственности поколений;

н) создание в научно-просветительских и контрпропагандистских целях произведений, формирующих негативное отношение к идеологии нацизма.

13. Задачами, связанными с формированием каналов получения достоверной исторической информации и обмена такой информацией, являются:

а) совершенствование системы государственного стимулирования создания информационных продуктов, содействующих повышению исторической грамотности населения Российской Федерации;

б) создание и размещение в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" информации и материалов, посвященных истории России и всех народов, ее населяющих, их культур (в том числе на иностранных языках);

в) создание единой цифровой платформы, обеспечивающей доступ к учебным материалам, пособиям и методическим рекомендациям по истории России, в том числе для русскоязычных образовательных организаций за рубежом;

г) замена иностранных образовательных цифровых платформ отечественными аналогами;

д) оцифровка архивных документов, создание общероссийской цифровой платформы по поиску и предоставлению для изучения архивной информации;

е) содействие историческому просвещению посредством создания и трансляции (проката) отечественных исторических кинофильмов;

ж) создание механизмов государственного и общественного контроля в отношении существующего рынка компьютерных игр для исключения неконтролируемого распространения цифровых продуктов, создающих искаженное представление о событиях отечественной и мировой истории, а также о месте и роли России в мире;

з) развитие электронных библиотек и виртуальных музеев;

и) размещение в популярных социальных сетях научно-популярной исторической информации и материалов (в том числе на иностранных языках).

## VI. Механизмы реализации государственной политики в области исторического просвещения

14. Реализацию государственной политики в области исторического просвещения осуществляют субъекты государственной политики в области исторического просвещения в пределах их компетенции.

15. Межведомственная комиссия по историческому просвещению как координационный и совещательный орган при Президенте Российской Федерации:

а) координирует работу субъектов государственной политики в области исторического просвещения по реализации этой политики;

б) осуществляет подготовку предложений Президенту Российской Федерации по корректировке настоящих Основ.

16. Правительство Российской Федерации в целях реализации государственной политики в области исторического просвещения:

а) разрабатывает и утверждает план мероприятий по реализации настоящих Основ, а также предусматривает средства на его финансирование;

б) разрабатывает и утверждает основные характеристики (индикаторы), позволяющие оценивать эффективность деятельности органов публичной власти по реализации настоящих Основ;

в) осуществляет контроль за ходом выполнения плана мероприятий по реализации настоящих Основ и представляет Президенту Российской Федерации ежегодный доклад.

17. Федеральные государственные органы и органы государственной власти субъектов Российской Федерации в пределах своей компетенции участвуют в формировании плана мероприятий по реализации настоящих Основ и его выполнении.

18. По решению Президента Российской Федерации вопросы, связанные с реализацией государственной политики в области исторического просвещения, могут рассматриваться на заседаниях Совета Безопасности Российской Федерации и Государственного Совета Российской Федерации.

19. Реализация государственной политики в области исторического просвещения может осуществляться также путем принятия федеральных законов, издания актов Президента Российской Федерации и Правительства Российской Федерации, принятия законов и издания иных нормативных правовых актов

субъектов Российской Федерации, муниципальных правовых актов или внесения в них изменений.

20. Информационное и аналитическое обеспечение реализации государственной политики в области исторического просвещения осуществляется путем привлечения информационных ресурсов субъектов такой государственной политики.

#### VII. Ожидаемые результаты реализации государственной политики в области исторического просвещения

21. Реализация государственной политики в области исторического просвещения будет способствовать:

а) поддержанию и укреплению общероссийской гражданской идентичности на основе присущей российскому обществу системы ценностей, любви к Родине, сопричастности к истории России и уважения к предкам;

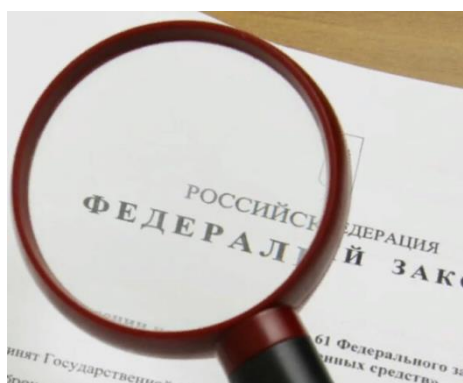
б) усилению сплоченности российского общества, поддержанию гражданского мира и согласия на основе объективного осмысления исторического прошлого;

в) сохранению традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, повышению способности российского общества противостоять деструктивному идеологическому воздействию на него;

г) росту вовлеченности граждан Российской Федерации в решение наиболее актуальных задач местного и государственного значения.

### Проекты федеральных законов

#### Вносятся поправки в закон для защиты пенсий детей-инвалидов



Депутаты Государственной Думы РФ приняли во втором и третьем чтениях закон, который защитит права детей-инвалидов, а также взрослых, признанных недееспособными. Поправки вносятся в закон «Об исполнительном производстве».

«Пенсии детей-инвалидов зачисляются на счета родителей, опекунов или попечителей и должны быть защищены от взысканий», — говорил ранее Председатель ГД Вячеслав Володин.

Вводится запрет на списание получаемых ими пенсий при взыскании долгов с другого человека. «Это может происходить в тех случаях, когда пенсия несовершеннолетних инвалидов и тех, кто признан недееспособным, поступает на счета их родителей, усыновителей или опекунов. Когда эти люди не могут расплатиться с долгами, пенсия инвалида оказывается незащищенной при проведении исполнительных процедур», — пояснял ранее Председатель Комитета по безопасности и противодействию коррупции Василий Пискарев.

Иммуниет от взыскания предлагается также распространить на социальные доплаты к пенсии по случаю потери кормильца.

### **Дети-инвалиды и инвалиды с детства получают две пенсии**

Депутаты Государственной Думы РФ приняли в первом чтении законопроект, в соответствии с которым дети-инвалиды и неработающие инвалиды с детства из семей погибших участников СВО смогут получать одновременно две пенсии: по инвалидности и по потере кормильца.

В настоящее время им по их выбору назначается только одна пенсия — по инвалидности либо по потере кормильца.

Закон в случае его окончательного принятия вступит в силу со дня официального опубликования. Его положения распространятся на правоотношения, возникшие с 24 февраля 2022 года.

<http://duma.gov.ru/news/59157/>

### **Наставники для несовершеннолетних**



В Государственную Думу внесен законопроект о наставничестве для детей, попавших в трудную жизненную ситуацию. Его авторами выступили Председатель Комитета по молодежной политике Артем



Метелев и Первый заместитель Председателя Комитета по защите семьи, отцовства, материнства и детства Татьяна Буцкая, а также сенаторы.

Законопроект предполагает создание специального реестра лиц, допущенных к наставнической деятельности.

Реестр наставников будет формироваться на базе единой информационной системы «Добро.РФ» и ГИС «Профилактика», которая также будет создана законом. Желаящие стать наставниками смогут оставить заявку на внесение в реестр, а комиссия по делам несовершеннолетних с помощью ГИС «Профилактика» направит наставников к подопечным. Наставники будут отчитываться перед комиссией о проделанной работе раз в полгода.

Решения о назначении наставника, его замене или отмене назначения будут принимать комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Необходимые правила и критерии для принятия подобных решений будут утверждены Минпросвещения.

<http://duma.gov.ru/news/59005/>

### **Вопросы применения Указа Президента о мерах социальной поддержки многодетных семей**



Министерством труда и социальной защиты РФ даны разъяснения по вопросам применения Указа Президента от 23 января 2024 года № 63 «О мерах социальной поддержки многодетных семей» (далее - Указ Президента).

Бессрочный статус многодетной семьи распространяется на семьи, признанные многодетными с 23 января 2024 года, семьи, признанные таковыми до этой даты и не утратившие данный статус на 23 января 2024 года, а также семьи, утратившие статус многодетной на основании региональных актов, имеющие трех детей, старший из которых не достиг 18 лет или 23 лет при условии его обучения по очной форме.



**Бессрочный статус многодетной семьи, предусмотренный Указом Президента, распространяется на:**

а) семьи, признанные многодетными со дня вступления в силу Указа Президента;

б) семьи, признанные многодетными до дня вступления в силу Указа Президента и не утратившие данный статус на день вступления в силу Указа Президента;

в) семьи, утратившие статус многодетной семьи на основании нормативных правовых актов субъектов Российской Федерации и соответствующие положениям пунктов 1 и 2 Указа Президента.

**Бессрочный статус многодетной семьи предполагает предоставление родителям следующих мер социальной поддержки:**

а) предоставление мер в сфере трудовых отношений;

б) досрочное назначение женщинам страховой пенсии по старости в связи с рождением и воспитанием трех и более детей;

в) профессиональное обучение многодетных родителей и получение ими дополнительного профессионального образования в целях обеспечения их качественной занятости;

г) право на бесплатное посещение музеев, парков культуры и отдыха, выставок на территории Российской Федерации независимо от места жительства в порядке и на условиях, которые определены в субъектах Российской Федерации;

д) предоставление в приоритетном порядке права на оказание государственной социальной помощи на основании социального контракта в соответствии с условиями, установленными законодательством РФ;

е) предоставление льгот по оплате жилья и коммунальных услуг в размере не ниже 30 процентов от установленного размера оплаты, если это предусмотрено порядком и условиями предоставления мер социальной поддержки многодетных семей, утверждаемыми нормативными правовыми актами субъекта Российской Федерации;

ж) содействие в улучшении жилищных условий и предоставлении земельных участков, обеспеченных необходимыми объектами

инфраструктуры, если это предусмотрено порядком и условиями предоставления мер социальной поддержки многодетных семей, утверждаемыми нормативными правовыми актами субъекта Российской Федерации.

В случае, если многодетная семья имеет более трех несовершеннолетних детей, предоставление мер социальной поддержки осуществляется до достижения старшим ребенком из трех младших несовершеннолетних детей возраста 18 лет или возраста 23 лет при условии его обучения в организации, осуществляющей образовательную деятельность, по очной форме обучения.

Решение о прекращении предоставления мер социальной поддержки не принимается в период со дня завершения старшим ребенком, достигшим возраста 18 лет, обучения в общеобразовательной организации до дня продолжения его обучения по образовательным программам среднего профессионального и (или) высшего образования в том же календарном году.

**При предоставлении мер социальной поддержки, предусмотренных Указом Президента, в составе многодетной семьи не учитываются:**

- а) дети, в отношении которых оба родителя или единственный родитель лишены родительских прав;
- б) дети, приобретшие дееспособность в полном объеме в связи с эмансипацией или вступлением в брак

Если у вас есть вопросы, вы всегда можете обратиться к Уполномоченному по тел. 88432366164 , а также оставить обращение на нашем сайте в специальном разделе <https://rtdety.tatarstan.ru/internet-reception.htm> — перейдите по ссылке и заполните форму «Интернет-приемная».

## Работающие родители продолжают получать пособие по уходу за ребенком до 1,5 лет



Средний размер такой выплаты в 2024 году составит 17, 8 тыс. рублей. Ранее мать или отец, которые были в отпуске по уходу за ребенком до 1,5 лет, могли рассчитывать на выплату, если не работали, трудились на полставки или на дому. Теперь такую выплату получают все работающие родители.

### *Как было раньше*

Мать, отец или другой родственник, ухаживающие за ребенком до 1,5 лет, сохраняли право на пособие только если трудились неполный рабочий день или на дому. Если же отпуск прерывался, и человек выходил на работу на полный день, право на пособие утрачивалось. При этом не было однозначного мнения, что именно считать неполным рабочим днем, что приводило к спорам в судах. Теперь подобных споров не будет.

### *Что изменилось с 2024 года*

Теперь мама или другой родственник, получающий пособие по уходу за ребенком до 1,5 лет, не будут терять право на выплаты при досрочном выходе из отпуска на полный день, в том числе при дистанционной работе. Пособие также сохранится у тех, кто в период отпуска по уходу за ребенком трудится у другого работодателя.

Изменения внесены Федеральными законами от 19.12.2023 № 614-ФЗ и № 620-ФЗ:

1. в статью 256 Трудового кодекса РФ;
2. в статью 13 Федерального закона от 19.05.1995 № 81-ФЗ «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей»;
3. в статью 11.1 Федерального закона от 29.12.2006 № 255-ФЗ «Об обязательном социальном страховании на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством».

### ***Как это будет выглядеть на практике***

Начиная с января 2024 года сотрудница может досрочно выйти на работу на полный день. И если ребенку еще нет полутора лет, пособие за ней сохраняется. Можно также не прерывая отпуск у текущего работодателя устроиться к другому, и продолжать получать пособие.

Если сотрудница не оформляла пособие и не уходила в отпуск по уходу за ребенком, до того, как ему исполнится 1,5 года она еще может оформить пособие. Для этого ей нужно написать заявление на отпуск по уходу за ребенком. Когда работодатель получит заявление, он должен издать приказ и оповестить СФР, то есть инициировать выплату пособия. Чтобы сотрудница при этом могла продолжать работать и получать зарплату, ей нужно написать заявление о прерывании отпуска для работодателя.

Те сотрудницы, которые работали неполный день, чтобы сохранить пособие, при желании могут выйти на полный — пособие до 1,5 лет они продолжат получать.

### **Изменения в вычетах НДФЛ**

Вычеты по НДФЛ на обучение, лечение и спорт можно получать у работодателя. Это удобно, так как вернуть налог можно без подачи декларации до завершения календарного года

Чтобы получить вычет таким способом, необходимо обратиться в свою инспекцию с заявлением о подтверждении права на получение вычета у работодателя. Проще всего отправить такое заявление через Личный кабинет налогоплательщика. О подтверждении права на вычет налоговые органы уведомят работодателя сами.

С 26 марта 2024 года действует обновленная форма заявления. В строке 070 теперь можно указать и расходы на обучение супруга (супруги) по очной форме обучения.

Кроме того, в этом году увеличены лимиты по социальным вычетам:

до 110 тыс. рублей — на обучение ребенка

до 150 тыс. рублей — на собственное обучение, медицинские услуги, покупку лекарств, фитнес-услуги, а также на расходы по договорам негосударственного пенсионного обеспечения и добровольного страхования

Те, кто платит НДФЛ с доходов более 5 млн рублей в год, могут рассчитывать на больший размер возврата – 15% от суммы вычета.

Если не обратиться к работодателю в том же календарном году, в котором возникли расходы, можно в течение трех следующих лет получить налоговый вычет, представив декларацию 3-НДФЛ за год, в котором были понесены расходы.

### О системе социальной поддержке семей с детьми



Управляющий региональным отделением Социального фонда по РТ Эдуард Вафин, рассказал о системе социальной поддержки семей с детьми.

«Сегодня эта система реализована в полном объеме. Более того, назначение мер социальной поддержки семьям с детьми стало самостоятельным блоком в работе фонда», – сказал он.

Социальный фонд предоставляет следующие меры поддержки:

1. пособие по беременности и родам;
2. единовременное пособие при рождении ребенка;
3. ежемесячная выплата в связи с рождением (усыновлением) первого ребенка;
4. ежемесячное пособие по уходу за ребенком до 1,5 года;
5. единовременное пособие при передаче ребенка на воспитание в семью;
6. предоставление дополнительно оплачиваемых выходных дней для ухода за детьми-инвалидами;
7. компенсационная/ежемесячная выплата неработающему родителю ребенка-инвалида;
8. материнский (семейный) капитал;
9. различные пособия и меры поддержки семьям военных и сотрудникам силовых ведомств, а также семьям, подвергшимся воздействию радиации.

С начала 2024 года все выплаты выросли. Это связано с повышением прожиточного минимума, от которого зависит размер пособий.

В Татарстане в 2024 году установлены прожиточные минимумы:

1. на душу населения – 13,1 тыс. рублей (в 2023 году было 12,2 тыс. рублей);
2. на трудоспособного взрослого – 14,3 тыс. рублей (было 13,3 тыс. рублей);
3. на ребенка – 12,7 тыс. рублей (было 11,8 тыс. рублей).

Ежемесячное единое пособие для семей с детьми выплачивается на детей в возрасте до 17 лет и беременным женщинам. Размер выплаты определяется исходя из критериев нуждаемости семьи, зависит от дохода и может составлять 50, 75 и 100% прожиточного минимума на ребенка. Пособие назначается при комплексной оценке движимого и недвижимого имущества и доходов всех членов семьи. Максимальный размер пособия на детей составляет 12,7 тыс. рублей.

«С этого года внесены некоторые изменения в правила назначения пособия. Теперь для определения нуждаемости в доход семьи не учитываются выплаты родителям, удостоенным звания “Мать-героиня” или награжденным орденом или медалью ордена “Родительская слава”, а также проценты по номинальным счетам в банках, открытым на детей в возрасте до 18 лет, находящихся под опекой или попечительством», – заметил Э.Вафин.

Кроме того, с 1 июня 2024 года при назначении пособий не будет учитываться и заработок несовершеннолетних в свободное от учебы время.

При назначении пособий семьям участников СВО не учитываются доходы мобилизованных.

Важнейшее направление деятельности Социального фонда России – соцподдержка военнослужащих и семей погибших участников СВО, отметил Эдуард Вафин.

Семьям мобилизованных татарстанцев выплачиваются:

1. ежемесячное пособие в связи с рождением и воспитанием ребенка (единое пособие);
2. ежемесячная выплата в связи с рождением (усыновлением) первого ребенка до 3 лет;
3. ежемесячная выплата в связи с рождением (усыновлением) ребенка до достижения им 3 лет за счет средств материнского (семейного) капитала.

«Для семей участников СВО предусмотрен упрощенный порядок назначения пособий – без учета дохода мобилизованного. В частности, при оценке нуждаемости семьи при установлении единого пособия и ежемесячного пособия при рождении первого ребенка не учитываются доходы граждан, призванных по частичной мобилизации», – напомнил Вафин.

Пособия семье мобилизованного назначаются сроком на шесть месяцев при первом обращении на основании справки из военкомата. Заявитель представляет

документы, подтверждающие статус мобилизованного по призыву. При продлении выплат на следующие шесть месяцев справка уже не потребуется. Соцфонд запросит необходимые данные самостоятельно.

Единое пособие для семей с низким доходом – оно положено тем, чей среднедушевой доход меньше прожиточного минимума в республике. Выплата назначается сначала беременной женщине, вставшей на учет до 12 недель беременности, а далее – одному из родителей, усыновителей или опекунов ребенка в возрасте до 17 лет. Единое пособие объединило сразу несколько мер поддержки семей с детьми, поэтому их оформление стало более удобным. В этом случае практически все документы СФР запрашивает сам, от будущих получателей требуется лишь заявление.



14,3 тыс. рублей.

Максимальный размер пособия по беременности и родам мамам двойняшек увеличился до 784 тыс. рублей

Государство начинает оказывать социальную поддержку семьям уже на этапе беременности будущей мамы. Единое пособие беременной женщине назначается при ее обращении в медицинское учреждение на сроке 12 недель. Выплата направляется ежемесячно, включая месяц родов. Размер единого пособия составляет 50, 75 или 100% прожиточного минимума для трудоспособного населения в Татарстане. Заявление на его назначение можно подать на портале госуслуг.

«Если женщина пропустила плановый прием к врачу или медучреждение не направило сведения о посещении консультации, то мы обязаны приостановить выплату единого пособия. Возобновить выплату можно, обратившись в клиентскую службу с материнским паспортом, в который внесены все данные о посещениях», – уточнил Эдуард Вафин.

Если беременная женщина получала единое пособие до родов, то после рождения ребенка она может подать другое заявление – на единое пособие, включающее выплаты до достижения ребенком 17 лет.



Размер пособия по беременности и родам составляет 100% среднего заработка за предыдущие два года. Минимум за 140 дней декрета составляет 88,5 тыс. рублей, а максимум – 565,5 тыс. рублей. Заявление на назначение этой меры поддержки женщины подают работодателю. Размер единовременного пособия беременной жене призывника составляет 38,9 тыс. рублей, заявление на его назначение нужно подать на портале госуслуг.

«Больничные по беременности и родам выплачиваются в одинарном размере, но за 194 дня вместо обычных 140 дней при рождении двойни или осложненных родах. Размер выплаты зависит от среднего заработка женщины. Минимум за 194 дня составляет 122,7 тыс. рублей, а максимум – 784,7 тыс. рублей», – уточнили в пресс-службе Социального фонда в Татарстане.

Размер единовременного пособия при рождении одного ребенка составляет 24,6 тыс. рублей, за двойню – 49,2 тыс. рублей, за тройню – 73,8 тыс. рублей.



При рождении двойни или тройни отпуск по уходу за ребенком могут оформить несколько членов семьи

Работающей женщине пособие по уходу за ребенком выплачивается с учетом среднего заработка, но не более 100% на всех детей в совокупности. Например, минимальное пособие до полутора лет на одного ребенка в 2024

году составляет 9,2 тыс. рублей. При рождении двойни минимальное пособие составит 18,4 тыс. рублей, а за тройню – 27,6 тыс. рублей.

«При рождении двойни или тройни отпуск по уходу за ребенком могут оформить несколько человек. Например, мама ухаживает за одним ребенком, а отец или бабушка — за вторым, и каждый получает пособие за того ребенка, по уходу за которым оформил отпуск», – подчеркнул Эдуард Вафин.

Как рассказали «Татар-информу» в Социальном фонде, заявители с детьми составляют 85,4% (или более 23,6 тыс. человек) от общего числа жителей региона, претендующих на меры социальной поддержки.

Общий объем выплат семьям с детьми в 2023 году составил 32 млрд рублей. При этом около 19 млрд рублей было направлено на единое пособие, включая беременных.

В первом квартале 2024 года за различными пособиями обратились более 7,5 тыс. татарстанцев с детьми, а это 85% от общего количества обратившихся за

мерами поддержки. Общий объем выплат в этом году составил 8,2 млрд рублей, из них 6,4 млрд выплачено на единое пособие.



Маткапитал и единое пособие – самые популярные меры соцподдержки

Стоит отметить, что материнский (семейный) капитал и единое пособие – самые популярные и распространенные меры соцподдержки в Татарстане. Маткапитал предоставляется всем по факту рождения детей в беззаявительном порядке.

Выплаты ежегодно индексируются. По большинству направлений расходов сбор документов не требуется.

Четыре новшества программы маткапитала в 2024 году

С начала этого года программа материнского (семейного) капитала претерпела целый ряд изменений. Первое из них заключается в том, что теперь право на господдержку имеют родители с российским гражданством на момент появления ребенка на свет, который является гражданином Российской Федерации.

Во-вторых, увеличен период, в течение которого можно обратиться за выплатой из средств материнского капитала и получить деньги за все время с момента рождения ребенка. В прошлом году это было возможно в течение первых трех месяцев с рождения, сейчас такая возможность у родителей действует в течение полугода после появления ребенка на свет.

Третье новшество заключается в том, что расширился перечень направлений, на которые можно направить материнский капитал. Теперь семьи смогут отремонтировать дом блокированной застройки, площадь которого может быть увеличена в целях улучшения жилищных условий за счет проводимой разрешенным способом реконструкции. Раньше такое не предусматривалось, так как реконструкция дома неизбежно затрагивала жилищные условия не только семьи с материнским капиталом, но и других владельцев дома, напомнил Эдуард Вафин.

Четвертое новшество касается мужчин, которые в одиночку воспитывают детей либо являются их единственными усыновителями. С этого года они могут направить материнский капитал на формирование своей накопительной пенсии, а раньше таким правом пользовались лишь мамы.

Родители детей-инвалидов досрочно выходят на пенсию

Всесторонняя социальная поддержка оказывается семьям, воспитывающим детей-инвалидов. Родители таких ребят могут досрочно выйти на страховую пенсию по старости.

«Право предоставляется одному из родителей, воспитавшему до восьмилетнего возраста инвалида с детства или ребенка-инвалида. Мать может выйти на пенсию в 50 лет либо отец ребенка – в 55 лет», – отметил управляющий Отделением Социального фонда по Татарстану.

Аналогичные меры поддержки оказываются родителям, усыновившим детей. Если в семье два ребенка-инвалида, то досрочную пенсию могут получать оба родителя одновременно. Не имеет значения возраст, в котором ребенок признан инвалидом, в том числе учитываются дети, признанные инвалидами с детства после 18 лет. Также не имеет значения и продолжительность периода инвалидности ребенка, а также является ли он инвалидом на момент обращения за пенсией.



Ежемесячная выплата назначается родителю или другому неработающему трудоспособному гражданину, который ухаживает за ребенком-инвалидом в возрасте до 18 лет или инвалидом с детства первой группы на период ухода. Ее размер для родителей, усыновителей или опекунов составляет 10 тыс. рублей, а для других

людей – 1,2 тыс. рублей.

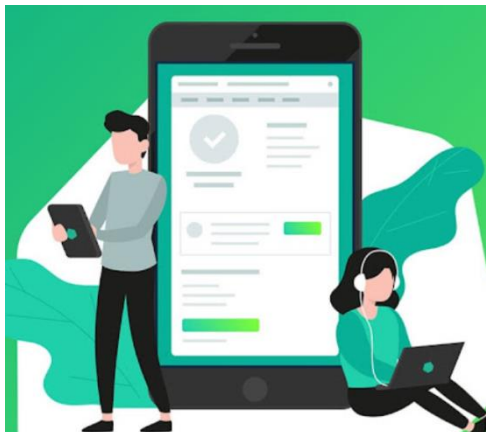
«С 2024 года вступили в силу поправки в закон, позволяющие родителям детей с инвалидностью или гражданином с инвалидностью первой группы с детства получать пособие, работая неполный рабочий день, в том числе дистанционно или на дому», – отметил Эдуард Вафин.

За каждый год ухода за ребенком-инвалидом (в общей сложности до шести лет) начисляется 1,8 пенсионных коэффициента. Раньше при трудоустройстве приостанавливалась ежемесячная выплата в размере 10 тыс. рублей, но с 2024 года выплаты по уходу за ребенком-инвалидом родителям и опекунам, вышедшим на работу на условиях неполного рабочего времени, в том числе дистанционно или на дому, сохраняются.

Также с 2016 года средства маткапитала разрешается использовать на получение компенсации за приобретенные товары и услуги для социальной адаптации детей-инвалидов. И, конечно, родители детей-инвалидов могут обратиться за оформлением стандартных пособий, назначаемых в 2024 году: при рождении ребенка, по уходу до полутора лет и других.

## Защитим детей от киберпреступности

С каждым годом интернет приобретает всю большую популярность среди детей и подростков. Вместе с тем развивается киберпреступность. Для того чтобы обезопасить себя и своих близких нужно знать ряд правил, которые помогут избежать взаимодействия с киберпреступниками.



Никогда не отправляйте свои интимные фотографии даже хорошо знакомым людям, которым вы доверяете. Ваши откровенные фотографии, легкомысленно направленные кому-либо, могут быть украдены, в том числе, для рекламы разного рода неприличных или противоправных услуг. Впоследствии подобные фотографии также могут быть существенным препятствием для зачисления

в ряд ВУЗов или устройства на хорошую работу.

Какие схемы мошенничества существуют?

1. **Взлом аккаунтов в соцсетях и рассылка сообщений от друзей.** Мошенники придумывают разные ситуации и просят срочно перевести деньги.
2. **Сайты-подделки.** Это могут быть копии страниц социальных сетей и Интернет-магазинов. При покупке товара на сайте-подделке ты не получишь ничего, а деньги отправятся напрямую в руки преступников.
3. **Рассылка писем по электронной почте и в соцсетях с выигрышем.** Мошенники вынуждают ввести свои данные для получения выигрыша или отправить им комиссию за получение награды.

Как обезопасить себя от мошенников?

1. **Проверяй адрес сайта** (в адресе сайта может отличаться всего одна буква или символ).
2. **Не переходи по незнакомым ссылкам.**
3. **Не открывай файлы** из писем или сообщений, которые прислали незнакомые люди.
4. **Никому нельзя сообщать свои пароли, пин-коды, коды из СМС и сообщений!** Мошенники могут позвонить и представиться

сотрудником банка, рассказать о том, что прямо сейчас кто-то пытается украсть твои деньги со счета. А чтобы этого не случилось, ты должен сообщить им код из СМС, который сейчас придет на твой номер. Естественно, никто твои деньги не крал. А вот если ты передашь мошенникам этот код, то они получат полный доступ к твоему счету, карте и всем деньгам, которые на ней лежат.

### Фишинг. Что нужно знать, чтобы обезопасить себя и детей от сайтов подделок?



Фишинг – это распространенный вид мошенничества в Интернете с помощью фишинговых сайтов (копии известного ресурса: Интернет-магазина или соцсети).

*Как понять, настоящий это сайт или сайт-подделка:*

1. **Проверяй адрес сайта.** Мошенники рассчитывают на невнимательность пользователей и часто делают похожий на оригинал сайт. В адресной строке сайта может отличаться одна буква или символ.
2. **Обращай внимание** на предупреждение браузера о небезопасном сайте. Проверь, есть ли в адресной строке символ замка, если его нет, то это может быть признаком ненадежного сайта.
3. **Внимательно смотри на наполнение сайта.** Зачастую сайты мошенников, где продается товар, который ты ищешь, имеют ограниченный ассортимент товаров или вовсе могут быть одностраничными сайтами.
4. **Обращай внимание** на правильность написания слов в текстах. Мошенники часто допускают ошибки в словах и тексте, так как делают сайты-подделки на скорую руку.

Тщательно обдумывай ситуацию! Если у тебя возникают сомнения в надежности сайта, – лучше им не пользоваться. Если вы уже стали жертвой мошенников, то следует незамедлительно обратиться за помощью к родителям. Они помогут написать заявление в полицию.

Помни базовые правила «внимательного пользователя» Интернета:



1. Большинство браузеров имеют встроенные системы защиты, предупреждающие, что сайт, на который ты собираешься перейти, может быть небезопасен. **Не игнорируй** подобные предупреждения!
2. **Не вводи** личные данные (имя, фамилию, номер телефона, домашний адрес, номера и пароли банковских карт, свои фотографии и пр.) на незнакомых сайтах и не сообщай их посторонним.
3. **Не пользуйся** функцией некоторых сайтов вместо регистрации зайти через свой профиль в социальной сети. Если преступники получают доступ к твоему профилю в соцсети, то они получают доступ и ко всем сайтам, куда ты через него заходил.

### Остерегайтесь - фейки!



В Интернете есть много интересного, веселого и познавательного контента. Но существуют фейки – целенаправленно распространяемая ложная информация, которую специально создают, чтобы запутать, ввести в заблуждение или посеять панику среди людей.

Очень важно уметь **проверять информацию**, чтобы не попасться на провокацию. На что нужно обратить внимание:

1. **Оригинал всегда лучше любого пересказа.** Очень важно искать оригинальный источник новости, откуда она начала распространяться. Подумай, можешь ли ты доверять этому источнику? Если это «желтое СМИ» или сайт, специально собирающий громкие заголовки, то доверять такому источнику нельзя!

2. **Обрати внимание на текст.** У реальной новости всегда много свидетелей и участников, которые рассказывают о событиях своими словами. Фейки – наоборот, не отличаются разнообразием. Фейковые новости, даже опубликованные на разных сайтах, мало отличаются друг от друга, а иногда и вовсе могут быть написаны «под копирку». Фейк придуман одним источником, откуда его скопировали другие сайты.

3. **Настоящая новость никогда не пройдет мимо популярных, известных и авторитетных СМИ.** Крупные газеты, сайты и телеканалы беспокоятся о своей репутации, поэтому тщательно проверяют любую информацию. Фейки распространяют небольшие

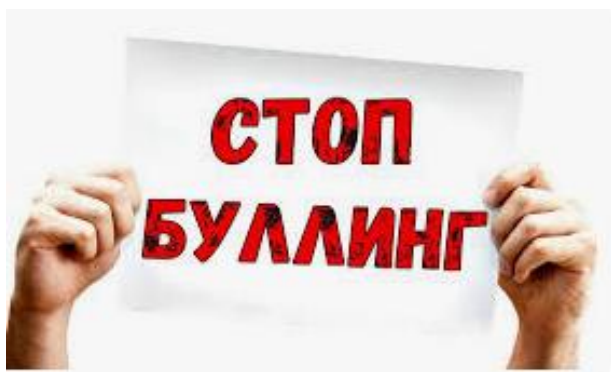
издания, которые могут не проверить информацию, а иногда и заведомо опубликовать ложные сведения.

4. **Проверяй факты и цитаты из новости.** Не важно, кому принадлежит цитата, насколько это уважаемый и популярный человек. Недобросовестные СМИ могут подделать или вырвать из контекста любые слова для создания фейковой новости.

5. **Обращай внимание на основную суть новости, а не на мелкие детали в ней.** Обычно в фейках указывают очень много подробностей, которые создают иллюзию правдоподобности отвлекают внимание от основного смысла.

**Полезный совет!** Если ты нашел или получил недостоверную информацию, не пересылай ее друзьям и родным! Сначала дождись официального опровержения или подтверждения.

### Что делать, когда тебя буллят?



Дети и взрослые всегда выделяют тех, кто чем-то не похож на большинство – ростом, весом, цветом волос, манерами разговаривать или одеваться. В коллективе случаются такие ситуации, когда группа ребят выделяет одного человека для того, чтобы посмеяться над ним и, возможно, повысить свой статус в

коллективе за счет него.

### Что же такое буллинг? И кто его участники?

Буллинг – психологический террор (насмешки, оскорбления), избивание, травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение и злоупотребление.

Участники буллинга:

Агрессор - тот, кто притесняет (или обидчик); «агрессята» - те, кто поддерживают агрессора; наблюдатели - временные участники буллинга;

Жертва - тот, кого притесняют.

### Что делать, если ты стал жертвой притеснения (буллинга)?

1. Обязательно расскажи кому-то из взрослых о сложившейся ситуации;



2. Не стесняйся просить о помощи;
3. Не отвечай агрессией на агрессию, так как это только ухудшит ситуацию;
4. Не соглашайся разобратся с обидчиком один на один, после уроков;
5. Не смиряйся с участью жертвы, старайся привлечь на свою сторону друзей и их поддержку, так будет проще справиться с ситуацией притеснения.

Помни о том, что никто не имеет права тебя унижать и обижать! Ты вправе иметь собственное мнение!

Рассказать о случившемся и обратиться за помощью ты можешь к психологу школы, а так же по телефонам: Общероссийский детский телефон доверия: 8-800-2000-122, круглосуточно

### **Что делать, если ты стал свидетелем притеснения (буллинга)?**

1. Если в твоём классе кого-то постоянно обижают, то ты можешь объединиться с друзьями и заступиться за него вместе со всеми!
2. Не бойся заступиться за одноклассника, если считаешь, что его унижают. Помни, все могут быть в трудной ситуации, и стоит поддержать друг друга.
3. Если ты хочешь помочь, то решай конфликт словами, не пытайся решить конфликт дракой.
4. Ситуация притеснения (буллинга) может иметь очень тяжелые последствия для жертвы, но не обойдет стороной и всех его участников
5. . • Поэтому крайне важно поставить в известность о происходящем взрослых - классного руководителя, родителей.

Чтобы занять свое место в коллективе и наладить отношения с одноклассниками:

1. Старайся не избегать общения. Больше времени общайся со своими одноклассниками. Участвуй в дискуссиях и разговорах.
2. Находи больше общих тем для разговоров. Интересуйся тем, что им нравится. Предлагай свои темы для беседы.
3. Предложи совместное мероприятие всем классом – например, поход в кино.

4. Если какие-то их привычки или внешний вид кажутся тебе странными и отличаются от твоих, постарайся не осуждать их. Для них могут быть непонятными твои привычки.

5. Общайся не только с людьми своего пола.

6. Имей свое мнение, но при этом не доказывай, что мнение других неправильное.

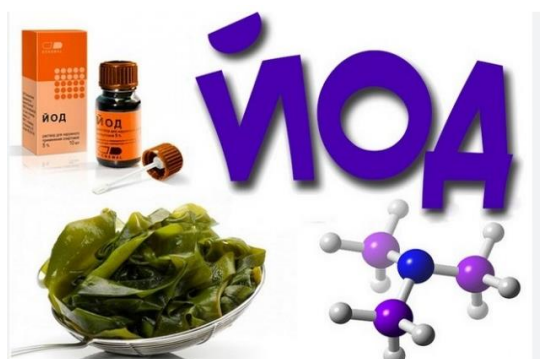


В сложных ситуациях всегда можно обратиться за помощью к психологу или воспользоваться телефоном доверия для детей, подростков, их родителей.

Всероссийский Детский телефон доверия	8-800-2000-122
Горячая линия "Ребенок в опасности" Следственного комитета РФ	8-800-200-19-10
ФГБУ "Центр защиты прав и интересов детей"	<a href="http://www.fcprc.ru">http://www.fcprc.ru</a>
Горячая линия "Дети Онлайн"	8-800-250-00-15
Горячая линия психологической поддержки ФГБОУ "Московский государственный психолого-педагогический университет"	8-800-600-31-14 8-495-624-60-01

### Осторожно: йододефицит

Руководитель Центра Здоровья детей ГАУЗ «ДРКБ» МЗ РТ, Заслуженный врач РТ, отличник здравоохранения РТ, врач-эндокринолог Яруллина Р.Г. рассказала о йододефицитном состоянии у детей.



Для полноценного функционирования человеческого организма, необходимо большое количество различных веществ. Среди них: белки, жиры, углеводы, витамины, макро- и микроэлементы. Одним из наиболее важных микроэлементов, без которого система будет давать сбой, является йод.

Йод – это микроэлемент, который участвует в процессе синтеза тиреоидных гормонов. Их производит щитовидная железа. Эти гормоны непосредственно задействованы в процессах созревания и роста, в адаптации и формировании приспособительных реакций к условиям окружающей среды. Они участвуют в развитии и регуляции психики, нервной,

сердечно-сосудистой, костно-мышечной и репродуктивной системы, а также органов ЖКТ.

В организм йод поступает с продуктами питания. По данным Всемирной организации здравоохранения в день человек должен потреблять не менее 150–200 мкг йода. Большая его часть остается в щитовидной железе, в которую он попадает из крови. Больше всего йода содержат морепродукты: рыба, кальмары, мидии, креветки, морские водоросли. Йодом богаты фейхоа, молочные продукты, гречка, грецкие орехи, лимон, черноплодная рябина, йодированная соль.

### *Чем опасен дефицит йода?*

Недостаток йода в организме не обязательно сопровождается какими-либо явными клиническими проявлениями. Иногда это происходит абсолютно бессимптомно. Именно поэтому дефицит йода специалисты также называют «скрытым голодом».

Нехватка йода у **новорожденных и детей раннего возраста** может привести к снижению интеллекта, поскольку человеческий мозг наиболее интенсивно развивается в период до двух лет. **В более старшем возрасте** возможно развитие легкой умственной отсталости, что выражается в снижении способностей к обучению. При отсутствии своевременного восполнения йодного дефицита такие дети оказываются не способными к получению полноценного школьного образования и приобретению достойной профессии.

### Признаки дефицита йода

- слабость, сонливость и повышенная утомляемость;
- ухудшение памяти;
- проблемы с концентрацией внимания;
- снижение школьной успеваемости;
- задержки развития на первом году жизни;
- предрасположенность к частым простудным заболеваниям
- сухость кожных покровов;
- выпадение волос, замедление темпов роста волосяного покрова;
- ломкость ногтей;
- запоздалое прорезывание зубов;
- патологии зубной эмали;
- частые запоры;
- отставание в росте от сверстников;
- лишний вес;
- сбои менструального цикла;
- пониженная температура тела (гипотермия).

## ***Профилактика йододефицитных состояний у детей***

В настоящее время на государственном уровне в нашей стране проводится **массовая йодная профилактика**, суть которой состоит в йодировании пищевой соли и некоторых других продуктов. Помимо всеобщей профилактики для лиц, относящихся к группе риска (дети до трех лет, подростки, беременные и кормящие женщины), также рекомендованы **индивидуальные профилактические мероприятия**:

- употребление йодированных продуктов питания
- прием препаратов йода.

Поступление йода в организм должно осуществляться в определенных **физиологических дозах**. Восполняется приемом препаратов йодида калия, в которых содержания микроэлемента строго дозировано. При искусственном вскармливании йод поступает в организм малыша в составе адаптированных молочных смесей.

- грудному ребенку необходимо потреблять около 50 мкг йода в сутки;
- детям с двух до шести лет — до 90 мкг;
- школьникам (до 12 лет) — 100 мкг;
- подросткам и взрослым — до 150 мкг;
- беременным и кормящим матерям — до 200 мкг.

*ГАУЗ "РЦОЗ и МП"*



## Притча о воспитании



Как-то раз один человек вернулся поздно домой с работы, как всегда усталый и задерганный, и увидел, что в дверях его ждет пятилетний сынок.

- Папа, можно у тебя кое-что спросить?

- Конечно, что случилось?

- Пап, а сколько ты получаешь?

- Это не твое дело! - возмутился отец. - И потом, зачем это тебе?

- Просто хочу знать. Пожалуйста, ну скажи, сколько ты получаешь в час?

- Ну, вообще-то, 500. А что?

- Пап - сын посмотрел на него снизу вверх очень серьезными глазами. - Пап, ты можешь занять мне 300?

- Ты спрашивал только для того, чтобы я тебе дал денег на какую-нибудь дурацкую игрушку? - закричал тот. - Немедленно марш к себе в комнату и ложись спать! Нельзя же быть таким эгоистом! Я работаю целый день, страшно устаю, а ты себя так глупо ведешь.

Малыш тихо ушел к себе в комнату и закрыл за собой дверь. А его отец продолжал стоять в дверях и злиться на просьбы сына. Да как он смеет спрашивать меня о зарплате, чтобы потом попросить денег? Но спустя какое-то время он успокоился и начал рассуждать здраво: Может, ему действительно что-то очень важное нужно купить. Да черт с ними, с тремя сотнями, он ведь еще вообще ни разу у меня не просил денег. Когда он вошел в детскую, его сын уже был в постели.

- Ты не спишь, сынок? - спросил он.

- Нет, папа. Просто лежу, - ответил мальчик.

- Я, кажется, слишком грубо тебе ответил, - сказал отец. - У меня был тяжелый день, и я просто сорвался. Прости меня. Вот, держи деньги, которые ты просил.

Мальчик сел в кровати и улыбнулся.

- Ой, папка, спасибо! - радостно воскликнул он.

Затем он залез под подушку и достал еще несколько смятых банкнот. Отец, увидев, что у ребенка уже есть деньги, опять разозлился. А малыш сложил все деньги вместе, и тщательно пересчитал купюры, и затем снова посмотрел на отца.

- Зачем ты просил денег, если они у тебя уже есть? - проворчал тот.

- Потому что у меня было недостаточно. Но теперь мне как раз хватит, - ответил ребенок.

- Папа, здесь ровно пятьсот. Можно я куплю один час твоего времени?  
Пожалуйста, приходи завтра с работы пораньше, я хочу, чтобы ты поужинал вместе с нами.