



**Валерия Фадеева**

# **Одна тысяча сто одиннадцать первых дней жизни вашего малыша**



**Все  
о развитии ребенка  
от рождения  
до 3 лет**



*Валерия Фадеева*

*Одна тысяча сто одиннадцать  
первых дней  
жизни вашего малыша*

**Все о развитии ребенка  
от рождения до 3 лет**



АСТ  
Астрель  
Москва

УДК 618  
ББК 57.16  
Ф15

**Фадеева, В.В.**

Ф15 Одна тысяча сто одиннадцать первых дней жизни вашего малыша. Все о развитии ребенка от рождения до 3 лет / Валерия Фадеева. – М.: Астрель: АСТ, 2011. – 367, [1] с.: ил.

ISBN 978-5-17-071439-1 (ООО «Издательство АСТ»)  
ISBN 978-5-271-32507-6 (ООО «Издательство Астрель»)

Тем не менее, благополучно родив ребенка и приехав с ним домой, многие из нас, как правило, сталкиваются с целым ворохом проблем, о которых во время беременности даже не предполагали. Мы не знаем, как подступиться к ребенку, как взять его на руки, переодеть, запеленать. О купании даже подумать страшно...

Малыш в первые дни воспринимается нами, как существо с другой планеты. Мы не понимаем, почему он так часто плачет, почему не спит, что его беспокоит и что же он вообще в данный момент хочет?! Состояние неизвестности нас пугает, а количество вопросов растет день ото дня.

Прочитав эту книгу, вы найдете ответы на многие свои вопросы. Она расскажет вам о том, как заботиться о вашем ребенке с самых первых минут его жизни и до трех лет, поможет понять, как изменяются его потребности и желания, что нужно делать, чтобы малыш правильно развивался, активно познавал окружающий мир и рос счастливым и здоровым.

УДК 618  
ББК 57.16

ISBN 978-5-17-071439-1 (ООО «Издательство АСТ»)  
ISBN 978-5-271-32507-6 (ООО «Издательство Астрель»)

© ООО Фадеева В.В. Текст  
© ООО «Издательство Астрель»

# СОДЕРЖАНИЕ

## 3 От автора

## 4 НОВЫЕ «ПОРЯДКИ» В СЕМЬЕ

### 4 Оформление необходимых документов

4 *Свидетельство о рождении*

5 *Прописка*

5 *Медицинский полис*

5 *Отметка о детях в паспорте*

### 6 Выплаты и пособия

#### 6 Единовременные пособия

6 Пособие по беременности и родам

7 Если беременная женщина была уволена  
в связи с ликвидацией организации

8 Если будущая мама работает у нескольких работодателей

8 Единовременное пособие при рождении ребенка

9 Единовременное пособие женщинам, которые встали на учет  
в медицинских учреждениях в ранние сроки беременности

9 Единовременное пособие беременной жене

9 военнослужащего, проходящего службу по призыву

10 Материнский (семейный) капитал

10 Кому полагается материнский капитал

10 Сумма материнского капитала

11 Как можно потратить материнский капитал

12 Что необходимо предпринять,  
чтобы получить материнский капитал

12 В каких случаях могут отказать  
в получении материнского капитала

13 Когда можно воспользоваться материнским капиталом

13 Дополнительные выплаты в Москве

#### 14 Ежемесячные выплаты после рождения ребенка

14 Ежемесячное пособие по уходу за ребенком до 1,5 года

16 Ежемесячное пособие на ребенка

16 Пособие для детей, чьи отцы уклоняются от уплаты али-  
ментов, и детям военнослужащих срочной службы

16 Компенсационные выплаты многодетным семьям

16 Ежемесячное пособие на ребенка военнослужащего,  
проходящего военную службу по призыву

17 Дополнительные пособия и компенсационные выплаты  
для жителей Москвы

17 Ежемесячное пособие на ребенка для малообеспеченной семьи

- 17 Выплаты студенческим семьям
- 17 Пособия для многодетных семей
- 18 Пособие для матерей, уволенных в связи с ликвидацией  
организации в период беременности, отпуска по беременности  
и родам, отпуска по уходу за ребенком в возрасте до 1,5 года
- 18 Дополнительные выплаты в Московской области
- 19 **Пособия и выплаты в особых случаях**
- 19 *Если вы одинокая мама*
- 20 Ежемесячное пособие на ребенка
- 20 Ежемесячная компенсационная выплата на возмещение  
роста стоимости продуктов питания на детей до 3 лет
- 20 Ежемесячная компенсационная выплата на возмещение  
расходов, в связи с ростом стоимости жизни на детей в  
возрасте до 16 лет
- 20 Льготы и натуральная помощь для одиноких матерей
- 21 *Если вы воспитываете ребенка-инвалида*
- 22 *Помощь многодетным*
- 22 *Если женщина и мужчина жили в гражданском браке  
и расстались, когда она была беременна*
- 23 *Алименты на детей и на жену*
- 23 *Если вы усыновили ребенка*
- 24 **Новый образ жизни молодой мамы**
- 24 **Восстановление мамы после родов**
- 24 *Изменения в организме,  
происходящие в первые 2 месяца после родов*
- 25 *Послеродовая депрессия*
- 26 *Восстановление менструального цикла*
- 27 *Правила гигиены*
- 28 *Срочно обратитесь к врачу, если...*
- 28 *Восстановление сил*
- 29 **Что следует делать, чтобы стать здоровой и привлекательной  
молодой мамой**
- 29 *Уход за кожей*
- 29 *Уход за волосами*
- 30 *Уход за зубами*
- 31 *Избавление от лишнего веса*
- 31 *Всему свое время*
- 31 *Снижение веса во время грудного вскармливания*
- 32 *Программа действий*
- 35 *Что предлагают молодым мамам SPA-салоны*
- 36 *Уход за грудью*
- 37 **Возобновление интимных отношений после родов**
- 37 *Когда можно начинать*
- 37 *Если у вас были нормальные, неосложненные роды*
- 37 *Если вам сделали кесарево сечение*
- 37 *Если вам сделали эпизиотомию*

- 37 *Контрацепция*
- 38 *Изменение интимных ощущений*
- 38 *Как сделать сексуальные ощущения более яркими*
- 40 *Полезные подсказки*
- 40 *Полезные подсказки для папы*
- 41 *Полезные подсказки для мамы*
- 41 **Как все успеть**
- 41 *Полезные подсказки*
- 42 *Стирка*
- 42 *Стирка детских вещей*
- 43 *Стирка многоцветных подгузников*
- 44 *Глажка детских вещей*
- 44 *Чистка игрушек*
- 44 *Уборка в доме*
- 45 **Мамины помощники**
- 45 *Замечательный папа*
- 45 *Полезные подсказки для мамы*
- 47 *Полезные подсказки для папы*
- 48 *Полезные подсказки для обоих молодых родителей*
- 48 *Помощь бабушек и дедушек в воспитании детей*
- 50 *Полезные подсказки для мамы*
- 50 *Юридический справочник*
- 51 **Няня**
- 51 *Способы поиска няни*
- 51 *Через родственников и знакомых*
- 51 *Через Интернет, объявления в газетах и журналах*
- 51 *Через агентства по подбору персонала*
- 52 *«Переманить» няню другого ребенка*
- 52 *Критерии выбора няни*
- 52 *Знакомство с потенциальной няней*
- 53 *Внимание! Няне запрещено!*
- 54 *Заключение договора с няней*
- 54 *Если вы нашли няню через агентство*
- 54 *Если вы нашли няню самостоятельно*
- 55 *Список документов, которые должна предоставить няня до приема на работу*
- 55 *Полезные приобретения*
- 55 *«Радионяня»*
- 55 *На что следует обратить внимание при выборе «радионяни»*
- 56 *«Видеоняня»*
- 57 **Здравствуй, мир!**
- 57 *Новорожденный и старший ребенок*
- 58 *Домашние животные и ребенок*
- 59 *Правила, которые необходимо соблюдать родителям в доме, где есть животные*
- 60 *Прием гостей*

60	Правила приема гостей
61	Русские традиции
62	<b>Комфорт и здоровье малыша</b>
62	<b>Что нужно подготовить для вашего малыша</b>
62	<i>Детская комната</i>
64	<i>Коляска</i>
66	Типы колясок
66	Классическая коляска-люлька
66	Прогулочная коляска
67	Коляска-трансформер
67	Универсальная (комбинированная) коляска
68	Кроватка
68	Виды кроваток
68	Кровать-классика
69	Кровать-качалка
69	Кровать-манеж
69	Кровать-трансформер
70	На что следует обратить внимание при покупке
71	Место кроватки в комнате
71	Экипировка кроватки
72	<i>Для прогулок</i>
72	Автомобильное кресло-переноска
72	Слинг
72	<i>Для гигиены малыша</i>
72	Косметические средства
73	Подгузники и пеленки
73	Все для купания
73	Другие необходимые вещи
73	<i>Посуда</i>
73	Виды сосок для бутылочки
74	Параметры выбора
74	<i>Первый гардероб</i>
75	<i>Детская аптечка</i>
76	<i>Соска-пустышка</i>
76	Польза от использования пустышки
76	Выбор пустышки
79	Размер пустышки
79	«Лечебные» пустышки медицинского назначения
80	Аксессуары
80	Полезные подсказки
81	<b>Что нужно знать о прививках</b>
81	Вакцинопрофилактика
81	Стоит ли делать прививку ребенку
82	Какие бывают вакцины
83	Календарь прививок
84	Безопасны ли прививки

- 84 Когда вакцинация отменяется  
85 Как обращаться с ребенком до и после прививки  
85 Противопоказания для вакцинации  
86 Необходим индивидуальный календарь прививок!  
87 Что делать, если вы решили отказаться от вакцинации

88 **Подсказки астрологии. Каким будет ваш ребенок**

- 88 Овен  
89 Телец  
90 Близнецы  
91 Рак  
92 Лев  
93 Дева  
94 Весы  
95 Скорпион  
96 Стрелец  
97 Козерог  
98 Водолей  
99 Рыбы

100 **Выбор имени для вашего ребенка**

- 100 *Полезные советы*  
101 *Список женских имен, которые происходят от мужских*  
102 *Русские традиции. Именинный календарь*  
107 *Что означают имена*

110 **РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА И УХОД ЗА НИМ ОТ РОЖДЕНИЯ ДО 1 ГОДА**

110 **Первый месяц – период новорожденности**

- 110 Ребенок в первые часы своей самостоятельной жизни  
111 *Шкала Апгар*  
112 *Нормы развития новорожденного*  
113 **Переходные состояния**  
116 **Новорожденный – созревающая личность!**  
116 *Инстинкты и рефлексy,*  
*которыми обладает новорожденный*  
118 **Условия, которые необходимо создать новорожденному**  
118 *Полезные подсказки*  
118 *Детская комната*  
118 Проветривания  
118 Влажность воздуха  
119 **Как понять желания и потребности своего малыша**  
119 *Как научиться наблюдать за ребенком*  
119 *Язык плача*  
119 Виды плача  
120 «Переодень меня!»  
120 «Я хочу есть!»

120	«Меня мучают колики!»
121	«Меня мучают газы в животике»
121	«Я устал»
121	«Мне больно»
121	«Я заболел»
121	«Мне скучно!»
122	«Мне не нравится эта процедура»
122	«Мне страшно!»
122	<b>Правила использования пустышки</b>
123	<i>Ситуации, когда пустышку использовать нежелательно</i>
124	<b>Ношение младенца на руках</b>
124	<i>Важность холдинга</i>
125	<i>Как носить ребенка на руках, не причиняя себе вреда</i>
126	<i>Как поднимать младенца</i>
126	<b>Пеленание</b>
126	Польза от использования пеленки
126	Как пеленать кроху
127	<b>Одежда для самых маленьких</b>
128	<b>Сон ребенка</b>
128	<i>Продолжительность сна в разном возрасте</i>
128	<i>От 0 до 3 месяцев</i>
128	Потребность во сне
128	Что происходит во время сна
128	Устанавливаем время сна
129	<b>Полезные подсказки</b>
129	Может ли младенец спать в одной постели с родителями
130	Подготовка ко сну
131	Как уложить младенца в кроватку
131	<b>Русские традиции. Колыбельные</b>
133	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
133	<b>Развитие зрения</b>
133	Особенности зрения новорожденного
133	Учим кроху фиксировать взгляд
134	Развиваем цветное зрение
134	Полезные подсказки
134	<b>Развитие слуховой системы малыша</b>
134	Особенности слуха новорожденного
135	Как развивается слух ребенка
136	Музыка в жизни новорожденного ребенка
137	<b>Игрушки</b>
137	Важность игрушек и игры для младенца
137	Игрушки для младенца от 0 до 3 месяцев
137	Полезные подсказки
138	<b>Достижения младенца</b>
138	Что умеет ребенок к концу 1-го месяца
138	Прибавка веса
138	Что должно вас встревожить

139	<b>Второй месяц</b>
139	<b>Как развивается ребенок</b>
140	<b>Мамины уроки. Массаж для младенцев</b>
140	<i>Роль массажа и гимнастики в развитии</i>
140	<i>Полезные подсказки</i>
140	<b>Основные приемы массажа</b>
141	Как проводить поглаживание
141	Как поглаживать ручки малыша
141	Как поглаживать ножки малыша
142	Как поглаживать животик и грудь младенца
142	Как поглаживать спинку младенца
142	Как проводить растирание младенца
143	Как разминать младенца
144	Как проводить прием вибрации младенцу
145	<b>Особенности массажа и гимнастики младенца до 1,5 месяца жизни ребенка</b>
146	<b>Особенности массажа и гимнастики детей от 1,5 до 3 месяцев</b>
148	<b>Техника проведения массажа и гимнастики</b>
148	Массаж ног
148	Массаж стоп
149	Рефлекторное сгибание и разгибание стоп
149	Рефлекторное упражнение «ходьба»
150	Массаж рук
150	Встряхивание рук
150	Массаж спины
151	Разгибание позвоночника
151	Выкладывание на живот
151	Массаж живота
152	Упражнение, укрепляющее мышцы живота
152	Рефлекторное ползание
153	Массаж груди
153	Покачивание тела ребенка в позе «эмбриона»
154	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
154	Как развивать слуховую систему малыша
154	Как развивать зрительную систему малыша
154	Как развивать тактильную чувствительность
155	Помощь в умении держать головку
155	<b>Достижения младенца</b>
155	Что умеет ребенок к концу 2-го месяца
155	Что должно вас встревожить
156	<b>Третий месяц</b>
156	<b>Как развивается младенец</b>
156	Развитие слуха и зрения
156	Развитие двигательной активности
157	<b>Мамины уроки. Массаж для младенцев</b>

157	<b>Особенности массажа и гимнастики в 3–4 месяца</b>
158	<b>Техника проведения массажа и гимнастики</b>
158	Массаж ног
158	Скользящие шаги (с вибрацией)
159	Рефлекторное упражнение «ходьба»
159	Массаж ступней
159	Сгибание и разгибание ступней
160	Массаж рук
160	Кольцевое растирание рук
160	Скрещивание рук на груди
160	Поворот на живот
161	Приподнимание головы и туловища из положения на спине
161	Массаж живота
162	Массаж спины
162	Прямое растирание спины
162	Растирание спины по спирали
162	Рефлекторное прогибание позвоночника
162	Массаж груди
163	Упражнение «боксер» (выпады руками)
163	Упражнение на мяче
164	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
164	<i>Игры и игрушки</i>
165	Игрушки
166	Игры
167	<b>Полезные приобретения. Одежда для малыша</b>
167	<i>Юридический справочник</i>
168	<b>Достижения младенца</b>
168	Что умеет ребенок к концу 3-го месяца
168	Что должно вас встревожить
169	<b>Четвертый месяц</b>
169	Как развивается младенец
170	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
170	<i>Игры и игрушки</i>
170	Игрушки
170	Игры
171	<b>Сон ребенка</b>
172	<b>Достижения младенца</b>
172	Что умеет ребенок к концу 4-го месяца
172	Что должно вас встревожить
173	<b>Пятый месяц</b>
173	Как развивается младенец
174	<b>Мамины уроки. Массаж для младенцев</b>
174	<i>Особенности массажа и гимнастики с 4 до 6 месяцев</i>
174	<i>Техника проведения массажа и гимнастики</i>
174	Массаж ног

- 175 Поочередное и одновременное сгибание и разгибание ног
- 175 Массаж стоп и рефлекторный массаж
- 175 Массаж рук
- 176 Массаж груди
- 176 Круговые движения руками
- 176 Скрещивание рук на груди
- 176 Массаж спины и ягодиц
- 177 Поворот со спинки на живот и обратно
- 177 «Полет» на животе
- 177 Массаж живота
- 177 Приседание с прогибанием позвоночника
- 178 Покачивание на мяче
- 179 **Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться**
- 179 **Русские традиции. Забота о малыше**
- 180 **Достижения младенца**
- 180 Что умеет ребенок к концу 5-го месяца
- 180 Что должно вас встревожить

#### 181 **Шестой месяц**

- 181 **Как развивается младенец**
- 182 **Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться**
- 183 Что необходимо малышу в возрасте 3–6 месяцев
- 183 *Игры и игрушки*
- 183 Игрушки
- 184 Игры
- 186 *Как понять невербальные сигналы ребенка*
- 187 *Прощание с пустышкой*
- 187 **Сон ребенка**
- 188 **Достижения младенца**
- 188 Что умеет ребенок к концу 6-го месяца
- 188 Что должно вас встревожить

#### 189 **Седьмой месяц**

- 189 **Как развивается младенец**
- 189 Причины слез ребенка
- 190 **Мамины уроки. Массаж для младенцев**
- 190 *Особенности массажа и гимнастики от 7 до 9 месяцев*
- 190 *Техника проведения массажа и гимнастики*
- 190 Сведение рук на груди
- 190 Поочередное и одновременное сгибание ног
- 190 Переворот со спины на живот
- 191 Массаж спины и ягодиц
- 191 Ползание
- 191 Массаж живота
- 191 Приседание с прогибанием позвоночника
- 192 Поднимание выпрямленных ног
- 192 Приподнимание туловища из положения лежа на животе

192	Массаж груди
193	Приседание с поддержкой за согнутые руки
193	Круговые вращения руками
194	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
194	<i>Безопасность ребенка</i>
194	<b>Русские традиции. Пальчиковые игры для малышей</b>
196	<b>Полезные приобретения</b>
196	<i>Манеж</i>
196	Польза от манежа
197	Вред, который может причинить ребенку нахождение в манеже
197	Безопасность младенца в манеже
198	Как использовать манеж
198	<i>Прыгунки</i>
198	Польза от прыгунок
198	Опасность для ребенка прыжков в течение длительного времени
198	<i>Ходунки</i>
198	Польза от ходунков
199	Опасность, которой подвергается ребенок, находящийся в ходунках
199	<b>Появление зубов</b>
199	Когда начинают появляться зубы
200	В каком порядке появляются зубы
200	Как происходит прорезывание зубов
201	Как облегчить состояние крохи
201	<b>Забота о детских зубах</b>
201	Первый визит к стоматологу
201	Уход за зубками
202	<b>Достижения младенца</b>
202	Что умеет ребенок к концу 7-го месяца
202	Что должно вас встревожить
203	<b>Восьмой месяц</b>
203	<b>Как развивается младенец</b>
204	<b>Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться</b>
205	<i>Как обеспечить безопасность малышу</i>
205	Безопасность в доме
206	Детская комната
206	Игрушки
207	Детская мебель
207	Постельные принадлежности
207	Одежда
207	Кухня
208	Ванная комната
208	<i>Развитие речи</i>
209	<i>Полезные подсказки</i>
209	<i>Игры и игрушки для ребенка с 6 до 9 месяцев</i>

- 209 Игры  
210 Игрушки  
212 **Достижения младенца**  
212 Что умеет малыш к концу 8-го месяца  
212 Что должно вас встревожить
- 213 **Девятый месяц**  
213 **Как развивается младенец**  
214 **Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться**  
214 **Сон ребенка от 9 до 12 месяцев**  
214 Потребность во сне  
214 Устанавливаем время для сна  
215 **Достижения младенца**  
215 Что умеет ребенок к концу 9-го месяца  
215 Что должно вас встревожить
- 216 **Десятый месяц**  
216 **Как развивается младенец**  
216 **Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться**  
217 *Безопасность ребенка*  
218 **Мамины уроки. Массаж для младенцев**  
218 *Особенности гимнастики и массажа детей от 9 до 12 месяцев*  
218 *Техника проведения гимнастики и массажа*  
218 Скользящие шаги  
218 Одновременное и поочередное сгибание и разгибание ног  
218 Подъем выпрямленных ног до палочки  
218 Поочередные и одновременные сгибания и разгибания рук  
218 Вращения руками  
219 Наклоны туловища вперед с выпрямленными ногами  
219 Переворот со спины на живот  
219 Приподнимание туловища из положения лежа на животе  
219 Массаж спины  
219 Массаж живота  
220 Мостик  
220 Приседание и вставание с поддержкой  
220 Ходьба на четвереньках  
220 Ходьба с поддержкой за руки  
221 **Достижения младенца**  
221 Что умеет ребенок к концу 10-го месяца  
221 Что должно вас встревожить
- 222 **Одиннадцатый месяц**  
222 **Как развивается младенец**  
222 **Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться**  
223 **Достижения младенца**  
223 Что умеет ребенок к концу 11-го месяца

223	Что должно вас встревожить
224	<b>Двенадцатый месяц</b>
224	Как развивается младенец
225	Мамины уроки. Как помочь ребенку развиваться
225	Игры
225	Игрушки
227	Полезные подсказки. Прокалывание ушей
227	Достижения младенца
227	Что умеет ребенок к концу 12-го месяца
227	Что должно вас встревожить
228	<b>Питание</b>
228	Грудное вскармливание
228	Появление молока
228	Мамин чудесный подарок
229	Полезные свойства грудного молока
230	Принципы грудного вскармливания согласно Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)
232	Техника кормления
232	Как правильно дать грудь ребенку
233	Как отнимать малыша от груди
233	Что делать после кормления
233	Грудное кормление после кесарева сечения
235	Сцеживание молока
235	Подготовка к ручному сцеживанию
235	Приступаем
235	Возможные проблемы, связанные с грудным кормлением
237	Кормление «по требованию»
239	Срыгивания
240	Полезные подсказки
241	Питание кормящей мамы
243	Искусственное вскармливание
243	Смеси для питания здоровых малышек
243	Смеси для питания малышек, у которых есть проблемы со здоровьем
244	Подготовка и процесс кормления
245	Полезные подсказки
247	Режим кормления
247	Недостатки искусственного вскармливания
247	Знакомство с новыми продуктами
247	Начало введения прикорма при грудном вскармливании
248	К чему может привести несвоевременное введение прикорма
249	Сроки введения отдельных продуктов
249	Введение соков
249	Введение кисломолочных продуктов

249	Введение мяса
249	Введение фруктового и овощного пюре
249	Введение молочной каши
250	Русские традиции
250	Схема введения продуктов и блюд прикорма, одобренная ГУ НИИ питания РАМН
251	Схема введения продуктов и блюд прикорма, рекомендованная американским педиатром Уильямом Сирсом
251	Показатели, что ребенок готов к введению в его рацион твердой пищи
251	<b>Введение прикорма ребенку, находящемуся на искусственном вскармливании</b>
252	Схема введения продуктов и блюд прикорма при искусственном вскармливании детей первого года жизни, одобренная ГУ НИИ питания РАМН
253	Режим питания младенца, находящегося на искусственном вскармливании и получающего прикорм
253	<b>Правила введения прикорма</b>
254	Безопасность при кормлении ребенка
254	Готовить самим или предпочесть продукты промышленного производства?
255	Продукты детского питания промышленного производства
256	<b>Ребенок учится есть с ложки</b>
256	<b>Полезные приобретения. Детский стульчик</b>
256	Виды детских стульчиков
256	Комплект из стула и стола, похожий на взрослую мебель, но в уменьшенном варианте
257	Высокий раскладной стульчик
257	Подвесной стул
257	Дорожный стул
258	Трансформер
258	Что следует учесть при покупке стульчика
259	<b>Отлучение от груди</b>
260	<b>Как лучше всего провести отлучение, если подошел физиологический срок</b>
261	Противопоказания для отнятия от груди
261	Временное отлучение от груди
261	<b>Как прекратить лактацию</b>
262	<b>Гигиенические процедуры</b>
262	<b>Общая гигиена</b>
262	<b>Умывание крохи</b>
262	Подготовка ватных жгутиков
262	Уход за личиком
263	Уход за глазами
263	Уход за ушками
263	Уход за носиком

263	Моем шею
263	Моем подмышки
263	Моем ручки
263	<i>Уход за пупочной ранкой</i>
264	<i>Как подстричь малышу ногти</i>
265	<i>Уход за волосами малыша</i>
265	Русские традиции
265	<b>Использование подгузников</b>
265	<i>Многоразовый подгузник</i>
266	Способы складывания многоразовых подгузников
266	Способы надевания многоразовых подгузников
267	<i>Одноразовый подгузник</i>
267	Что следует учесть при выборе памперса
267	Правильное использование памперса
268	<i>Смена подгузника</i>
268	Что вам понадобится для смены подгузника
269	Меняем подгузник
269	Убираем грязный подгузник
269	Подмывание
269	Подмываем девочку
269	Подмываем мальчика
270	Очищение кожи малыша, если у вас нет возможности его помыть
270	Надеваем одноразовый подгузник
271	<b>Естественный способ поддержания гигиены. «Высаживание»</b>
271	<i>Суть метода</i>
271	<i>Этапы «высаживания»</i>
272	<b>Купание</b>
272	Состав ванн
272	Подготовка к купанию
272	<i>Средства для купания малыша</i>
274	Правила использования
274	<i>В чем купать ребенка</i>
274	<i>Оптимальное время и длительность водных процедур</i>
274	<i>Безопасность ребенка</i>
275	<i>Приступаем к купанию</i>
275	<i>Русские традиции</i>
276	<b>Знакомство с окружающим миром</b>
276	<b>Прогулки</b>
276	<i>Общие правила</i>
276	Первая прогулка
276	Положение ребенка в коляске
277	Можно ли заменить прогулку на улице сном на балконе
277	Когда стоит отказаться от прогулки
277	Безопасность ребенка
277	<i>Летняя прогулка</i>
277	<i>Зимняя прогулка</i>

277	Забота о коже
278	Экипировка
278	Верхняя одежда
278	Защита головы и шеи
278	Белье
278	Варежки
279	Обувь
279	Как одевать ребенка. Примеры полной экипировки
279	Для ребенка до 1 года
279	Для ребенка старше 1 года
279	<b>Ношение малыша в «кенгуру»</b>
280	Правила использования «кенгуру»
280	<b>Ношение малыша в слинге (перевязи)</b>
281	<b>Полезные подсказки</b>
281	<b>Как развлечь ребенка во время прогулки</b>
282	<b>Совместный поход «по делам»</b>
283	<b>Путешествия</b>
283	<i>Куда отправиться с маленьким ребенком</i>
283	<i>Опасности, которые таят в себе дальние путешествия для грудного ребенка</i>
283	<b>Что взять для ребенка с собой в путешествие</b>
284	Что должно быть в детской сумке
284	<b>Что нужно делать, чтобы отпуск удался</b>
285	<b>Перелет на самолете</b>
285	Подготовка к полету
287	<b>Путешествие на поезде</b>
287	Еда
288	Пользование туалетом
288	Юридический справочник
289	<b>Мини-справочник. Медицинская помощь</b>
289	<b>Самые распространенные заболевания младенцев:</b>
	<b>симптомы, профилактика, лечение</b>
289	Пеленочный дерматит
290	Заложенный носик
290	Насморк
290	Запор
291	Дисбактериоз
291	Икота
291	Колики
293	<b>Синдром внезапной смерти младенцев</b>
293	<b>Факторы риска</b>
293	<b>Как избежать беды</b>
294	<b>Взаимодействие с детским врачом</b>
294	<i>Случаи, когда необходимо срочно вызывать врача</i>
295	<b>Мамины уроки: лечение малыша, первая помощь</b>
295	<b>Как давать лекарства грудничку</b>

295	<i>Как измерить малышу температуру</i>
296	<i>Как собрать анализы</i>
296	<b><i>Первая помощь</i></b>
296	Возможные травмы и поражения
296	Удушье
297	Посторонние предметы
297	Шипы и занозы
297	Порезы, царапины и ссадины
298	Ушибы
298	Легкие ожоги
298	Как сделать искусственное дыхание младенцу
299	Наружный массаж сердца

### **300 РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА И УХОД ЗА НИМ ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ**

300	<b>Развитие и уход от 1 до 1,5 года</b>
300	<b>Как происходит развитие здорового ребенка</b>
302	<i>«Лист достижений»: физическое и психическое развитие ребенка</i>
302	Физическое развитие ребенка
302	Психическое развитие ребенка
303	<b>Режим дня. Важность ритуала для ребенка</b>
305	<b>Сон ребенка</b>
305	<b>Как помочь ребенку развивать свои способности</b>
305	<i>Игры</i>
306	<i>Игрушки</i>
306	<i>Полезные подсказки</i>
307	<i>Как развивать мышление</i>
307	<i>Как развивать творческие способности</i>
307	<i>Занятия музыкой</i>
308	<b>Развитие речи</b>
308	Речевые нормы
308	12 месяцев
308	15 месяцев
309	15–18 месяцев
309	Как развивать речь ребенка
310	<b>Развитие и уход от 1,5 до 2 лет</b>
310	<b>Как происходит развитие здорового ребенка</b>
311	<i>«Лист достижений»</i>
311	Физическое развитие ребенка 18–24 месяца
312	Психическое развитие ребенка 18–24 месяца
313	<b>Режим дня</b>
313	<b>Сон ребенка</b>
313	<b>Как помочь ребенку развивать свои способности</b>
314	<i>Игры</i>
315	<i>Игрушки</i>

- 316 *Как развивать мышление*  
316 *Как развивать творческие способности*  
316 Занятия рисованием  
318 *Развитие речи*  
318 Речевые нормы  
318 1,5 года  
318 1 год 9 месяцев  
318 Как развивать речь ребенка
- 320 **Развитие и уход от 2 до 3 лет**  
320 **Как происходит развитие здорового ребенка**  
320 *«Лист достижений»*  
320 Физическое развитие  
321 Психическое развитие  
322 **Режим дня**  
322 **Сон ребенка**  
322 **Как помогать ребенку развивать свои способности**  
322 *Игрушки*  
323 *Игры*  
325 *Как развивать мышление*  
325 *Как развивать творческие способности*  
326 Занятия лепкой  
326 Занятия музыкой  
326 *Развитие речи*  
326 Речевые нормы  
326 2 года  
326 2–2,5 года  
327 2,5–3 года  
327 Как развивать речь ребенка  
328 Действия, необходимые для тренировки  
голосового аппарата ребенка  
328 *Пальчиковые игры*  
328 Связь речи с работой пальцев рук  
328 Игры

330 **«РАННЕЕ РАЗВИТИЕ» И ВОСПИТАНИЕ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК**

- 331 **Мальчики и девочки**  
331 **Различия между мальчиками и девочками в младенчестве**  
332 **Воспитание мальчиков и девочек**  
332 Как следует общаться с девочками на первом году их жизни  
332 Игры для девочек  
333 Как следует общаться с мальчиками на первом году их жизни  
333 Игры для мальчиков  
333 Как успокаивать младенца

334	<b>Развитие способностей ребенка</b>
334	<b>Чего не стоит делать</b>
335	<b>Развивающие системы</b>
335	<b>Метод Марии Монтессори</b>
335	<i>Принципы системы</i>
335	Помощь естественному развитию ребенка
335	Свобода выбора в «подготовленной» среде
336	Индивидуальная активность в обучении
336	<b>Методика раннего развития Никитиных</b>
338	<b>Методика Николая Александровича Зайцева</b>
338	Кубики (материалы)
339	Таблицы
339	Комплекты складовых картинок
339	Пособие «Пишу красиво»
339	Игры
339	Время начала занятий
340	<b>Метод Масару Ибуки</b>
340	<i>Основы метода</i>
340	<i>Что нужно делать для развития ребенка до 3 лет</i>
342	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>
342	<b>Колыбельные</b>
343	<b>Пестушки</b>
345	<b>Потешки</b>
348	<b>Прибаутки и небылицы</b>

## ОТ АВТОРА

Здравствуйте, дорогие читатели!

Прежде всего, хочу вас поздравить с рождением ребенка, а возможно, даже сразу двоих или троих!

Дети — правда, настоящее сокровище! Они наполняют нашу жизнь смыслом, делают ее яркой, насыщенной, похожей на увлекательное приключение. С ними вы уж точно никогда не заскучаете. Они дарят нам столько радости! Когда женщина наблюдает за хохочущим малышом, в ее организме вырабатывается дофамин — «гормон радости», стимулирующий человека к новым свершениям и помогающий справиться со стрессами.

Кроме того, демографы доказали, что, несмотря на то что дети делают нашу жизнь более напряженной, они продлевают ее! Одно из объяснений этого факта состоит в том, что тот, кто имеет детей, предпочитает вести более здоровый образ жизни.

Безусловно, ребенок изменит вашу жизнь. Вместо авралов на работе у вас появится радость от первой улыбки, первого зубика, первого шага вашего малыша, а вместо нотаций шефа вы услышите слово «мама». При этом рождение ребенка не означает окончание вашей карьеры. Совсем не обязательно сидеть с ним дома до его 18-летия. И развлекаться время от времени вы тоже сможете. Няня, бабушки, бабушки побудут

с вашим малышом, пока вы пойдете в магазин, кино или ресторан. Зато среди бонусов, которые дают роды, — новая чувственность. Многие женщины только после родов начинают испытывать вагинальный оргазм.

Ученые выяснили, что материнство улучшает память женщины и ее способность к обучению. После рождения ребенка изменяются формы и размеры отдельных зон мозга. Гормональные колебания во время беременности, родов и кормления грудью увеличивают размеры клеток в некоторых участках мозга. Кроме того, у родившей женщины обостряется восприятие, она лучше ориентируется в запахах и звуках.

Конечно, на родителей возложена большая ответственность, ведь жизнь вашего крохи зависит от вас не только, пока он младенец, но и в дальнейшем. Дело в том, что именно время, проведенное в утробе, и первые годы жизни оставляют в подсознании человека наиболее четкий след, который формирует дальнейшую жизнь и определяет различные события, которые сделают его несчастным или счастливым, больным или полным сил и здоровья. Но вы справитесь!

Главное — любить свое чадо всей душой!!!

*Валерия Фадеева*



# НОВЫЕ «ПОРЯДКИ» В СЕМЬЕ



И вот вы уже не просто супруги, а молодые родители! Начинается новая жизнь. У вас появится множество радостных хлопот. Ведь ваш ребенок пока еще полностью зависит от вас. Конечно, кормить грудью может только мама, но папа тоже очень важен для маленького.

Вам придется действовать сообща, очень слаженно и организованно. Составьте список важных срочных дел. Среди них — оформление необходимых

документов и медицинское наблюдение за мамой и малышом.

Прежде всего маме важно восстановиться после родов. Поэтому ей нужны помощники, которые возьмут на себя большую часть домашней работы. Изменения произойдут и в вашей интимной жизни. Главное — любить друг друга, продолжать проявлять заботу и ласку.

Все будет хорошо. Ведь теперь у вас есть самое большое сокровище — ваш ребенок.

## ОФОРМЛЕНИЕ НЕОБХОДИМЫХ ДОКУМЕНТОВ

### *Свидетельство о рождении*

Прежде всего в течение месяца после родов необходимо получить свидетельство о рождении. Оно выдается в ЗАГСе по месту рождения ребенка или по месту прописки родителей (одного из родителей). Оно выдается в ЗАГСе по месту прописки одного из родителей.

В ЗАГС нужно предоставить следующие документы:

- справку о рождении ребенка, выданную в роддоме;
- паспорт матери;
- паспорт отца;
- свидетельство о браке.

Если родители состоят в браке, то в ЗАГС может приехать один из них с перечисленными документами. Если родители не состоят в официальном браке, то в ЗАГС должны явиться оба родителя, чтобы написать соответствующее заявление. В этом случае отцовство будет признано.

Если отец не является в ЗАГС, отчество и фамилия ребенка записываются со слов матери, а в графе «отец» может быть поставлен прочерк.

В ЗАГСе помимо свидетельства о рождении родители получают 2 справки, необходимые для получения единовременного и ежемесячного пособия на ребенка.



## Прописка

Следующее после получения свидетельства о рождении важное дело — прописка ребенка. Для этого необходимо обратиться в ЖЭК по месту прописки того родителя, к которому будет прописан ребенок.

❁ Если родители прописаны в разных местах, вам понадобятся:

- ☞ паспорт отца;
- ☞ паспорт матери;
- ☞ свидетельство о браке;
- ☞ свидетельство о рождении ребенка;
- ☞ заявление матери (образец можно найти в ЖЭКе);
- ☞ заявление отца (образец можно найти в ЖЭКе);
- ☞ копия финансово-лицевого счета матери (выдается в едином информационно расчетном центре — ЕИРЦ);
- ☞ копия финансово-лицевого счета отца (выдается в едином информационно расчетном центре — ЕИРЦ);
- ☞ выписка из домовой книги отца/матери;
- ☞ форма № 6 (выдается и заполняется на месте).

❁ Если родители прописаны в одном месте, понадобятся:

- ☞ паспорт отца;
- ☞ паспорт матери;
- ☞ свидетельство о браке;
- ☞ свидетельство о рождении ребенка;
- ☞ заявление матери;
- ☞ заявление отца;
- ☞ копия финансово-лицевого счета;
- ☞ форма № 6 (выдается и заполняется на месте).

⚡ **Внимание!** Несовершеннолетние дети могут прописываться только вместе с родителями. Они не могут быть прописаны к другим родственникам.

В соответствии со ст. 70 ЖК РФ, вы имеете право зарегистрировать ребенка

на вашу жилую площадь без согласия других членов семьи — собственников.

До одного месяца после рождения ребенок прописывается на основе заявления матери. После одного месяца после рождения новорожденный прописывается на основе заявления матери и справки с места жительства отца (копии лицевого счета).

## Медицинский полис

Полис обязательного медицинского страхования (ОМС) на детей выдается по месту постоянного жительства в пунктах выдачи полисов ОМС. Чаще всего они расположены при районных поликлиниках.

Для получения полиса необходимы:

- ☞ свидетельство о рождении ребенка;
- ☞ паспорт родителя, который зарегистрирован по адресу, территориально относящемуся к данному пункту выдачи ОМС.

## Отметка о детях в паспорте

С января 2007 года сведения о детях в паспорта родителей могут вноситься только территориальными органами Федеральной миграционной службы. ЗАГСы в настоящее время не имеют таких полномочий.

Отметка о детях (гражданах Российской Федерации, не достигших 14-летнего возраста) заверяется подписью должностного лица и печатью территориального органа Федеральной миграционной службы.

Необходимо напомнить, что сведения о ребенке, внесенные в российский паспорт родителя, являются дополнительным подтверждением того, что ваш ребенок — гражданин Российской Федерации.

Новые «порядки»  
в семье

Развитие ребенка  
и уход за ним  
от рождения до 1 года

Развитие и уход  
за ребенком в возрасте  
от 1 года до 3 лет

Раннее  
развитие

Приложение





## Выплаты и пособия

Существуют средства федерального бюджета, средства Фонда социального страхования Российской Федерации и региональные средства, в частности средства бюджета города Москвы.

В течение 6 месяцев после рождения ребенка необходимо оформить следующие пособия:

- ⇨ единовременное пособие женщинам, которые встали на учет в медицинских учреждениях в ранние сроки беременности;
- ⇨ единовременное пособие при рождении ребенка;

- ⇨ ежемесячное пособие по уходу за ребенком до полутора лет;
- ⇨ ежемесячное пособие на ребенка;
- ⇨ сертификат на материнский капитал (если это не первый ребенок в семье).

В связи с отменой единого социального налога (ЕСН) в 2010 году увеличился предельный размер пособий по беременности и родам и по уходу за ребенком. Ранее размер пособий по беременности и родам устанавливался федеральным законом о бюджете Фонда социального страхования РФ на очередной финансовый год. Теперь максимальный размер пособия отменяется и будет зависеть от предельной величины базы, на которую начисляются страховые взносы. В 2010 году эта база составит 415 000 рублей за календарный год.

### ВАЖНО!

Для получения всех пособий могут понадобиться не только подлинники документов, но и копии, поэтому перед тем, как начать процесс получения пособий, сделайте по несколько копий каждого документа.

## ЕДИНОВРЕМЕННЫЕ ПОСОБИЯ

### Пособие по беременности и родам

Как только будущая мама уходит в декретный отпуск, она имеет право на пособие по беременности и родам.

✚ Беременным женщинам, которые состоят в трудовых отношениях, или учащимся сумма пособия по беременности

и родам рассчитывается как пособие по временной нетрудоспособности. Как долго вы будете получать это пособие, зависит от нескольких факторов: от того, как проходили роды, насколько они были сложными, и от того, сколько родилось детей.

Пособие по беременности и родам выплачивается суммарно за весь отпуск продолжительностью 70 + 70 календарных дней (до родов + после родов), 70 + 86 календарных дней в случае осложненных родов и 84 + 110 календарных дней при рождении двух или более детей. Отпуск по беременности и родам исчисляется суммарно и предоставляет-

### ВАЖНО!

Все денежные выплаты женщина может получить только после родов..





ся женщине полностью независимо от числа дней, фактически использованных до родов.

✂ С 2010 года в связи с изменениями и дополнениями в закон №255-ФЗ от 29 декабря 2006 года (в редакции Федерального закона от 24.07.2009 №213-ФЗ), пособие по беременности и родам выплачивается застрахованной женщине в размере 100% среднего заработка (ч. 1. ст. 11 Закона №255-ФЗ), но при условии, что средний дневной заработок не превышает предельный размер, установленный законом (ч. 3.1 ст. 14 №255-ФЗ). Этот предел высчитывается делением предельной величины базы для начисления страховых взносов (для 2010 года это 415000 рублей) на 365, и равен 1 136,99 руб.

Иными словами, в 2010 году пособие, начисленное за каждый день отпуска по беременности и родам, не может превышать 1 136,99 рублей. Максимальная сумма пособия в месяц из-за разного количества дней в разных месяцах, будет разная по сравнению с 2009 годом, в котором максимальная сумма пособия оставалась неизменной — 25 390 рублей за полный календарный месяц. В 2010 году для 31-дневного месяца — 35 246,69 рубля, для 30-дневного месяца — 34 109,70 рубля, 28-дневно — 31 835,72 рубля, в среднем сумма пособия составляет 34 583 рублей.

Для того чтобы рассчитать пособие по беременности и родам, вам достаточно определить свой среднедневной заработок и умножить на 140 дней, если он меньше 1 136,99 рубля. Если ваш среднедневной заработок больше указанного предела, то умножаем 1 136,99 на 140. Полученная сумма и будет пособием, которое вам причитается.

Если часть отпуска по беременности и родам переходит с 2009 года на 2010, то вам должны пересчитать пособие и сделать доплату, если в вашем случае

действовало ограничение в 25 390 руб. на сумму месячного пособия.

Максимальная сумма пособия по беременности и родам за 140 календарных дней составит 159178,60 руб.

Чтобы получить это пособие, нужно обратиться по месту работы или учебы.

#### ВАЖНО!

Сделать это необходимо не позднее 6 месяцев со дня окончания отпуска по беременности и родам, иначе данные выплаты не будут вам назначены.

✂ Нужен только листок нетрудоспособности, выдаваемый при уходе в декретный отпуск, т. е. больничный лист из женской консультации или другого медицинского учреждения, которое занимается ведением беременности.

#### ВАЖНО!

В случае отказа обращайтесь с жалобой в орган социального страхования.

✂ Если вы учитесь на очном отделении, то институт должен выплатить вам «декретные деньги», даже если обучение проводится на платной основе. При платном обучении пособие составляет 300 рублей в месяц. Для этого вам необходимо написать заявление о предоставлении вам пособия.

✂ Если вы учитесь на заочном отделении, то пособие вам будут выплачивать в районном управлении социальной защиты населения.

### ЕСЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА БЫЛА УВОЛЕНА В СВЯЗИ С ЛИКВИДАЦИЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Женщинам, уволенным в связи с ликвидацией организаций в течение 12 календарных месяцев со дня предоставле-

Новые «порядки»  
в семье

Развитие ребенка  
и уход за ним  
от рождения до 1 года

Развитие и уход  
за ребенком в возрасте  
от 1 года до 3 лет

Раннее  
развитие

Приложение





### ВАЖНО!

Все деньги, полагающиеся при назначении пособия, должны быть выплачены молодой маме не позднее 10 дней с момента подачи требуемых документов.

ния отпуска по беременности и родам и признанным безработными, пособие по беременности и родам устанавливается в размере 412,08 рубля в месяц (Федеральный закон № 308-ФЗ «О федеральном бюджете на 2010 год и на плановый период 2011 и 2012 годов» от 2 декабря 2009 года).

В этом случае нужно обращаться в районное управление социальной защиты населения. Необходимо предоставить:

- больничный лист;
- трудовую книжку с указанием последнего места работы и с записью об увольнении в связи с ликвидацией организации;
- справку из органа службы занятости о признании безработной;
- заявление о назначении пособия по беременности и родам.

### ЕСЛИ БУДУЩАЯ МАМА РАБОТАЕТ У НЕСКОЛЬКИХ РАБОТОДАТЕЛЕЙ

Если будущая мама работает у нескольких работодателей, то размер пособия по беременности и родам не может превышать указанный максимальный размер пособия по каждому месту работы. Это означает, что у каждого работодателя женщина вправе получить пособие исходя из ее среднего заработка, но не выше указанного максимума.

Для этого необходимо по каждому месту работы предоставить больничный лист.

✂ Это правило не распространяется на женщин, чей страховой стаж меньше 6 месяцев. Им полагается пособие в

размере 1100 рублей в месяц. При этом в страховой стаж обычно включается период работы по трудовому договору, работы на государственной и муниципальной службе, когда женщина подлежала обязательному социальному страхованию на случай временной нетрудоспособности или в связи с материнством.

### ВАЖНО!

В случае если застрахованное лицо работает у нескольких работодателей, выплаты пособий производятся по каждому месту работы.

### Единовременное пособие при рождении ребенка

В соответствии со ст.12 Федерального закона от 19 мая 1995 г. №81 ФЗ «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей» и с Федеральным законом №308-ФЗ «О федеральном бюджете на 2010 год и плановый период 2011 и 2012 годов от 2 декабря 2009 г. размер единовременного пособия при рождении ребенка с 2010 г. составляет 10 988 рублей 85 копеек. Этот вид пособия распространяется на все российские семьи независимо от места проживания.

✂ Получить пособие может один из родителей или лицо, его заменяющее.

✂ В случае рождения двух и более детей указанное пособие выплачивается на каждого ребенка.

✂ При рождении мертвого ребенка указанное пособие не выплачивается.

✂ Для получения единовременного пособия после родов вам необязательно становиться на учет в женскую консультацию по месту жительства. Это может быть любое медицинское учреждение,





поставившее вас на учет на ранних сроках беременности. Однако лучше заранее предоставить полную информацию об учреждении в кадровый отдел и в органы социальной защиты.

**ВАЖНО!**

С 1 января 2007 г. данное пособие не назначается лицам, усыновившим ребенка.

☞ Пособие выдается по месту работы матери или отца или в отделе социальной защиты.

Вам необходимо предоставить на работу:

- ☞ заявление о назначении пособия;
- ☞ справку о рождении ребенка, выданную органами ЗАГС (которую вы получили вместе со свидетельством о рождении);
- ☞ свидетельство о рождении малыша;
- ☞ справку с места работы другого родителя о том, что пособие не выдавалось по его месту работы.

☞ Если второй родитель не работает, надо предоставить заверенную в установленном порядке выписку из его трудовой книжки. В случае отсутствия работы у обоих родителей обращаться следует в районное управление социальной защиты населения по месту жительства одного из родителей с пакетом документов, в который, помимо указанных, входят трудовые книжки с записями об увольнении обоих родителей.

☞ Если молодые родители вообще никогда не работали, то им нужно предоставить дипломы или школьные аттестаты и иные документы, подтверждающие отсутствие у них трудовой деятельности (например, справку с биржи труда, если молодые люди встали туда на учет, или справку из территориального органа Пенсионного фонда Российской Федерации, подтверждающую отсутствие начислений страховых взносов на оплату труда.

**ЕДИНОВРЕМЕННОЕ ПОСОБИЕ ЖЕНЩИНАМ, КОТОРЫЕ ВСТАЛИ НА УЧЕТ В МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ В РАННИЕ СРОКИ БЕРЕМЕННОСТИ**

Единовременное пособие женщинам, вставшим на учет в медицинских учреждениях в ранние сроки беременности с 1 января 2010 года составляет 412 рублей 8 копеек (Федеральный закон № 308-ФЗ «О федеральном бюджете на 2010 год и на плановый период 2011 и 2012 годов» от 2 декабря 2009 года).

**ВАЖНО!**

Это пособие вам полагается, если вы встали на учет в женскую консультацию до 12 недель беременности.

Деньги можно получить по месту получения пособия по беременности и родам, так как оба пособия назначаются одновременно.

Выдается пособие в отделе социальной защиты населения.

Для получения пособия необходимы:

- ☞ справка из женской консультации;
- ☞ заявление о назначении пособия (заявление можно написать на месте).

**ВАЖНО!**

Дополнительно к этим пособиям региональными властями могут быть назначены и другие выплаты. Выдаются они в отделе социальной защиты населения.

**ЕДИНОВРЕМЕННОЕ ПОСОБИЕ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЕ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО, ПРОХОДЯЩЕГО ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО ПРИЗЫВУ**

Если срок вашей беременности не менее 180 дней, а мужа призвали в армию, то вы имеете право на единовременное пособие беременной жене военнослужащего, проходящего военную службу по призыву.

Новые «порядки» в семье

Развитие ребенка и уход за ним от рождения до 1 года

Развитие и уход за ребенком в возрасте от 1 года до 3 лет

Раннее развитие

Приложение





### ВАЖНО!

Выплачивается это пособие независимо от наличия права на иные виды государственных пособий гражданам, имеющим детей.

С 1 января 2010 года размер единовременного пособия беременной жене военнослужащего, проходящего военную службу по призыву, равен 17402 рублям (Федеральный закон № 308-ФЗ «О федеральном бюджете на 2010 год и на плановый период 2011 и 2012 годов» от 2 декабря 2009 года).

Женам курсантов военных образовательных учреждений данное пособие не выплачивается.

### Материнский (семейный) капитал

С 1 января 2007 г. вступил в силу Федеральный закон от 29.12.2006 г. № 256-ФЗ «О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей». В начале 2009 г. в него внесены поправки.

### КОМУ ПОЛАГАЕТСЯ МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ

Это право возникает при рождении или усыновлении ребенка у следующих граждан РФ независимо от места их жительства:

Женщин, родивших или усыновивших второго (любого по счету, но не первого) ребенка с 1 января 2007 г. по 31 декабря 2016 г.

Мужчин, единственных усыновителей второго или последующих детей, если решение суда об усыновлении вступило в законную силу с 1 января 2007 г.

Если ребенок стал сиротой после смерти одного или обоих родителей, право распоряжаться средствами пере-

ходит к оставшемуся в живых родителю или законным представителям ребенка: усыновителям, опекунам. Сам ребенок может распоряжаться сертификатом по достижении совершеннолетия.

### СУММА МАТЕРИНСКОГО КАПИТАЛА

Первоначально предполагалось, что сумма выплаты будет составлять 250 тыс. рублей. Однако перед самым принятием закона в него внесли поправки. Теперь каждый год размер материнского капитала будут пересматривать в сторону увеличения с учетом темпов инфляции. Также будет пересматриваться и размер оставшейся части суммы материнского капитала при частичном его использовании.

С 1 января 2010 года согласно Федеральному закону от 2 декабря 2009 г. №308-ФЗ «О федеральном бюджете на 2010 год и на плановый период 2011 и 2012 годов» размер материнского капитала составляет 343 378 рублей 80 копеек.

### ВАЖНО!

Пенсионный фонд до 1 сентября каждого года обязан письменно информировать вас о текущем размере капитала.

Сумма материнского капитала не облагается налогом на доходы физических лиц. Но и социальным вычетом на ту сумму, которая была потрачена из средств материнского капитала на жилье или обучение, воспользоваться уже будет нельзя.

Материнский капитал выплачивается только 1 раз. Это значит, что если женщина, уже воспользовавшаяся правом на его получение, решит родить еще, государство уже не выплатит данную матпомощь. Также не ведет к автоматическому умножению суммы капитала



рождение двойни, тройни и т. д. — деньги полагаются только на одного из малышей.

### КАК МОЖНО ПОТРАТИТЬ МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ

Эти деньги могут быть полностью или частично направлены на 3 важных дела: улучшение жилищных условий (только на территории РФ), оплату образования ребенка до достижения 25 лет (только в российских учебных заведениях) или перевести деньги в накопительную часть своей пенсии.

#### Улучшение жилищных условий

Деньги разрешено использовать:

- ☞ в качестве первоначального взноса при погашении ипотечного кредита;
- ☞ на погашение задолженности по ранее взятой ипотеке;
- ☞ как недостающую сумму при покупке жилья;
- ☞ на уплату взносов в рамках жилищных накопительных программ или взносов по долевого строительству.

С 1 января 2009 г. вступил в силу Федеральный закон № 288 от 25 декабря 2008 г., согласно которому можно направлять материнский капитал на погашение кредитов.

Речь идет только о жилищных кредитах — займах на приобретение (строительство) жилого помещения, ипотеке. То есть какой-нибудь потребительский кредит или кредит на ремонт вы с этих денег погасить не сможете.

Главный плюс нововведения заключается в следующем: если у вас есть заем конкретно на улучшение жилищных условий, то не нужно ждать, пока вашему ребенку исполнится 3 года. Вы можете смело идти в Пенсионный фонд и писать заявление на перечисление денег прямо сейчас. Направить деньги можно на погашение кредита, взятого вплоть до 31 декабря 2010 года.

#### ВАЖНО!

Жилое помещение, приобретенное с использованием средств маткапитала, обязательно должно быть оформлено в общую собственность родителей, детей и других членов семьи.

☞ Раньше гасить ипотеку материнским капиталом можно было, если кредит оформлен на маму или если она — созаемщица. Но в большинстве семей с детьми большие займы предпочитают оформлять на папу. Правительство это учло, и по новым правилам материнский капитал на погашение жилищного кредита можно направлять и в том случае, если договор займа оформлен на супруга. А от мамы потребуется только письменное согласие.

#### Образование ребенка

Материнский капитал можно использовать на оплату обучения ребенка в любом образовательном учреждении, будь то детский сад, школа, вуз или курсы вождения. Главное, чтобы учебное заведение имело соответствующую лицензию.

При этом «купить» образование можно любому ребенку, а не только тому, в связи с рождением которого был выписан маткапитал.

#### Пенсия мамы

После реформы 2001 г. пенсия состоит из 3 частей: базовой, страховой и накопительной. Деньги для первых 2-х «копит» для нас государство, а вот 3-ю часть мы можем либо по умолчанию оставить в государственном пенсионном фонде, либо перевести в частную управляющую компанию.

Средствами маткапитала можно воспользоваться по той же схеме: либо доверить накопительную часть пенсии государству, либо частным компаниям. Кстати, переведя маткапитал в нако-

Новые «порядки»  
в семье

Развитие ребенка  
и уход за ним  
от рождения до 1 года

Развитие и уход  
за ребенком в возрасте  
от 1 года до 3 лет

Раннее  
развитие

Приложение