



ВАШ КАРМАННЫЙ АДВОКАТ

Валерия Фадеева

ПОСОБИЯ И КОМПЕНСАЦИИ МОЛОДЫМ МАМАМ

НА ЧТО ВЫ ИМЕЕТЕ ПРАВО

Работа во время беременности
Родовой сертификат
Материнский капитал
Оформление документов на ребенка
Выплаты и пособия

Книга самого читаемого российского автора
по вопросам материнства

Валерия Фадеева

**Пособия и компенсации
молодым мамам**

«Издательство АСТ»

Фадеева В. В.

Пособия и компенсации молодым мамам / В. В. Фадеева —
«Издательство АСТ»,

Какие права и льготы имеет будущая мама? Что такое родовой сертификат и как его получить? Какие виды медицинского страхования существуют? Что нужно знать о прививках? Как оформить документы новорожденному? Какие виды выплат положены молодой маме и как их получить? Кому и как можно воспользоваться материнским капиталом? На все ваши вопросы ответит эта книга.

© Фадеева В. В.
© Издательство АСТ

Содержание

От автора	5
Работа во время беременности	6
Важные рекомендации	6
Юридический справочник. Права будущей матери	8
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Валерия Фадеева

Пособия и компенсации молодым мамам

От автора

Здравствуйтесь, дорогие читатели!

Прежде всего хочу вас поздравить с тем, что вы решили родить 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 справляться 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, дедушки 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

Работа во время беременности

Важные рекомендации

Большинство женщин могут работать во время беременности и при этом не иметь осложнений, если на это получено согласие акушера-гинеколога. Однако имейте в виду, что некоторые занятия требуют введения определенных ограничений для трудящихся беременных женщин, особенно на поздних сроках. Среди них – работы, требующие подъема тяжестей, наклонов, длительного пребывания на ногах, а также вредное производство. Честно говоря, такую работу лучше бы не просто оставить на время, а вообще сменить.

ВАЖНО!

Если вы чувствуете, что на работе становится напряженно, расскажите об этом своему врачу. Вам выпишут больничный, чтобы вы смогли передохнуть, не рискуя здоровьем ребенка.

Если ваша работа связана с подъемом тяжестей, наклонами или подъемами по лестнице, посоветуйтесь с доктором и вашим руководством о том, как можно найти оптимальный выход из этих ситуаций.

ВАЖНО!

Что касается тяжестей, то беременная может поднимать не более 2,5 кг за раз и не более 480 кг суммарно за смену.

Согласно действующему законодательству РФ беременная женщина имеет право отказаться от ночных и суточных смен, командировок, сверхурочных. Работа не должна требовать излишнего напряжения зрения. Так, беременным запрещена работа в помещениях без естественного освещения. Недопустима работа в загазованном, запыленном помещении. Недопустима работа в постоянном положении, особенно на корточках, на коленях, с упором на грудь или живот, а также работа, связанная с постоянным перемещением. Кроме того, беременные не должны работать в контакте с возбудителями различных заболеваний.

ВАЖНО!

Помните о своих правах и не стесняйтесь напоминать о них администрации.

Если ваша работа требует частых поездок по стране, попытайтесь уменьшить число поездок в последнем триместре беременности. Подумайте о том, что вы будете делать, если роды начнутся, когда вы будете вдали от дома. Обсудите этот вопрос с врачом. Если вам предстоит длительная поездка, попросите у врача порекомендовать вам клинику в городе, в который вы едете, и проверьте, действительна ли ваша страховка в этой местности.

Соблюдайте режим труда за компьютером. Каждые 45 минут работы делайте перерывы на 5–10 минут, чтобы улучшить кровообращение, снять усталость глаз и расслабить мышцы спины. Лучше это время провести на свежем воздухе или хотя бы у открытого окна.

ВАЖНО!

Вы имеете на это право, и вам не нужно дожидаться официального перерыва.

Компьютер должен быть заземлен.

Если большую часть дня вы работаете, сидя напротив монитора компьютера, то вам следует знать, что это не увеличивает риск выкидыша. Однако постарайтесь сократить время работы за компьютером до 4-х часов в день, а если удастся, то и больше.

ВАЖНО! Нормы Минздравсоцразвития РФ ограничивают время работы с компьютером для всех сотрудников (СанПиН 2.2.2./ 2.4. 1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы»), а будущим мамам и вовсе не советуют иметь дело с этим прибором. Пункт 13.2 тех же правил требует перевести беременную женщину на работу, не связанную с ПК, или ограничить суммарное время общения с ним 3 часами в день при условии, что ей будет предоставлено аттестованное по гигиеническим требованиям рабочее место.

Юридический справочник. Права будущей матери

Случается, что будущая мама сталкивается с проблемами при устройстве на работу, уходе в декретный отпуск или при получении пособия по беременности и родам.

Чтобы их решить, очень полезно знать законы, касающиеся вопросов охраны труда и защиты прав беременных женщин.

Гарантии при заключении трудового договора

Многие работодатели не принимают на работу женщину, узнав, что у нее есть маленькие дети или что она скоро станет матерью. Но если вы решили трудоустроиться и готовы отстаивать свои права, знайте, что правда на вашей стороне! Трудовой кодекс категорически запрещает отказывать женщинам в приеме на работу «по мотивам, связанным с беременностью или наличием детей» (ст. 64 ТК РФ). За отказ работодатель может быть привлечен к уголовной ответственности. Ст. 145 УК РФ лишения свободы не предусматривает, но большой штраф и судимость жестокосердному начальнику гарантируются.

Кроме того, женщина вправе подать в суд заявление о компенсации морального вреда, причиненного дискриминацией и нарушением ее права на трудоустройство (ст. 3 ТК РФ). При определении размера компенсации учитываются физические и нравственные страдания из-за невозможности устроиться на работу и другие обстоятельства, которые суд сочтет заслуживающими внимания (количество и возраст детей, социальное положение истицы и т. д.).

Доказать, что мотивы отказа связаны с беременностью или детьми, помогут свидетельские показания, аудиозаписи, любые письменные доказательства.

И еще. По вашему требованию работодатель обязан письменно сообщить вам причину отказа в приеме на работу (ст. 64 ТК РФ). Такой документ пригодится вам в любом случае. Дело в том, что сейчас к желающим устроиться на работу предъявляются неправомерные требования: ограничения по возрасту, условия об опыте работы, регистрации, знании иностранного языка. Если работодатель укажет, что не принял вас из-за несоблюдения подобных требований, то вы также сможете обратиться в суд за компенсацией морального вреда (ст. 3 ТК).

Работодатели нередко используют срочный трудовой договор, позволяющий держать работников «на коротком поводке». По истечении его срока начальник может предложить продлить трудовые отношения, а может попрощаться с сотрудником без объяснений. В таком случае, не продлив договор с беременной подчиненной, он освобождает себя от исполнения ее трудовых льгот. Казалось бы, очень удобный способ. Вместо женщины в положении на ее место можно взять менее «обременительного» работника. Однако...

Если с вами намереваются поступить подобным образом, напомним начальству о ст. 261 Трудового кодекса РФ: «В случае истечения срочного трудового договора в период беременности женщины работодатель обязан по ее заявлению продлить срок трудового договора до наступления у нее права на отпуск по беременности и родам». А это значит, что независимо от того, на каком сроке беременности вы оказались ко дню истечения трудового договора, вас обязаны оставить на работе до появления права на уход в декрет. Напомним, это право возникает за 70 календарных дней до родов, а в случае многоплодной беременности – за 84 дня. Работодатель обязан полностью выплатить вам декретные как за дородовой, так и за послеродовой период отпуска.

Тем, кто устраивается на работу, собираясь вскоре уйти в декрет, стоит иметь в виду недавние изменения в законодательстве (ст. 8 Закона от 08.12.2003 166-ФЗ). Теперь пособие по беременности и родам рассчитывается, исходя из среднего заработка женщины за последние 12 календарных месяцев перед уходом в декрет. Для тех, кто за последний год фактиче-

ски проработал менее трех месяцев, размер пособия не может превышать 1 МРОТ за каждый месяц декрета.

ВАЖНО!

При приеме на работу для беременных женщин не устанавливается испытательный срок.

Неполное рабочее время

В соответствии со статьей 93 ТК РФ по соглашению между работником и работодателем могут устанавливаться как при приеме на работу, так и впоследствии неполный рабочий день или неполная рабочая неделя. Работодатель обязан устанавливать неполный рабочий день или неполную рабочую неделю по просьбе беременной женщины.

При работе на условиях неполного рабочего времени оплата труда работника производится пропорционально отработанному времени или в зависимости от выполненного им объема работ.

Работа на условиях неполного рабочего времени не влечет для работников каких-либо ограничений продолжительности ежегодного основного оплачиваемого отпуска, исчисления трудового стажа и других трудовых прав.

Работа в ночное время

Ночное время – время с 22 часов до 6 часов утра. Согласно статье 96 ТК РФ беременные женщины не допускаются к работе в ночное время. При этом указанные работники должны быть в письменной форме ознакомлены со своим правом отказаться от работы в ночное время.

Порядок предоставления ежегодных оплачиваемых отпусков

В соответствии со статьей 120 ТК РФ оплачиваемый отпуск должен предоставляться работнику ежегодно. Право на использование отпуска за первый год работы возникает у работника по истечении шести месяцев его непрерывной работы в данной организации. По соглашению сторон оплачиваемый отпуск работнику может быть предоставлен и до истечения шести месяцев.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.