

# Пенсия из трёх составляющих

Индексация пенсий будет происходить с учётом прожиточного минимума

Президент Владимир Путин, выступая с посланием Федеральному собранию, высказал пожелание: индексация пенсий и ежемесячной денежной выплаты должна происходить с учётом прожиточного минимума пенсионера. В результате принят закон от 1 апреля 2019 года «О внесении изменений в статью 12.1 Федерального закона «О государственной социальной помощи» и статью 4 Федерального закона «О прожиточном минимуме в Российской Федерации». О чём говорит этот закон?

Прибавка в результате проводимых индексаций будет устанавливаться не к текущему размеру пенсии и ежемесячной денежной выплаты, а к общим выплатам пенсионера. Они за счёт социальной доплаты обеспечиваются на уровне прожиточного минимума пенсионера в регионе.

До принятия закона индексация выплат происходила без учёта прожиточного минимума пенсионера. Поэтому каждая новая индексация увеличивала размер пенсии, но пропорционально

уменьшала размер социальной доплаты до прожиточного минимума. Получалось, что размер получаемых пенсионером выплат даже после индексации мог оставаться без изменений.

Изменения в закон позволят не только доводить общую сумму доходов пенсионеров до прожиточного минимума, но и не терять при этом сумму индексации. Материальное обеспечение пенсионеров будет осуществляться по следующей формуле: пенсия + социальная доплата до величины прожиточного минимума + сумма индексации.

Приведём конкретный пример

Как было до принятия закона? Сегодня прожиточный минимум для пенсионера в Пермском крае составляет 8539 руб. Допустим, он получает пенсию в размере 7300 руб. Это значит, что социальная доплата до прожиточного минимума составит 1239 руб. В России регулярно проводится индексация пенсий, и с 1 января 2019 года они были увеличены на 7,05%.

По старому законодательству к пенсии 7300 руб. прибавлялась бы сумма индексации 515 руб. (7,05%) и только потом социальная доплата до прожиточного минимума — до 8539 руб.

В итоге, несмотря на индексацию, материальное обеспечение пенсионера сохранилось бы в том же размере — на уровне прожиточного минимума.

Как стало сейчас? Законом предусмотрено: сначала довести размер пенсии до величины прожиточного минимума и лишь потом прибавить к ней сумму индексации исходной пенсии.

То есть в нашем конкретном примере материальное обеспечение пенсионера составит 7300 руб. (пенсия) + 1239 руб. (доплата до прожиточного минимума) + 515 руб. (сумма индексации: 7,05% от 7300 руб.) = 9054 руб. Таким образом, пенсия превысит размер прожиточного минимума.

В апреле территориальные органы Пенсионного фонда проводят работу по перерасчёту пенсий. И хотя по закону срок выплат определён до 1 июля, доплату планируется произвести уже к майским пенсиям.

По материалам пресс-службы ОПФР

# Получите электронный сертификат

Каждое третье заявление о распоряжении средствами материнского капитала в Прикамье подаётся в электронном виде

С начала 2019 года в Пермском крае выдано 1676 сертификатов на материнский капитал. При этом 31,69% заявлений о выдаче сертификата подано в электронном виде через личный кабинет гражданина на сайте ПФР ([www.pfrf.ru](http://www.pfrf.ru)) или Единый портал государственных услуг ([www.gosuslugi.ru](http://www.gosuslugi.ru)).

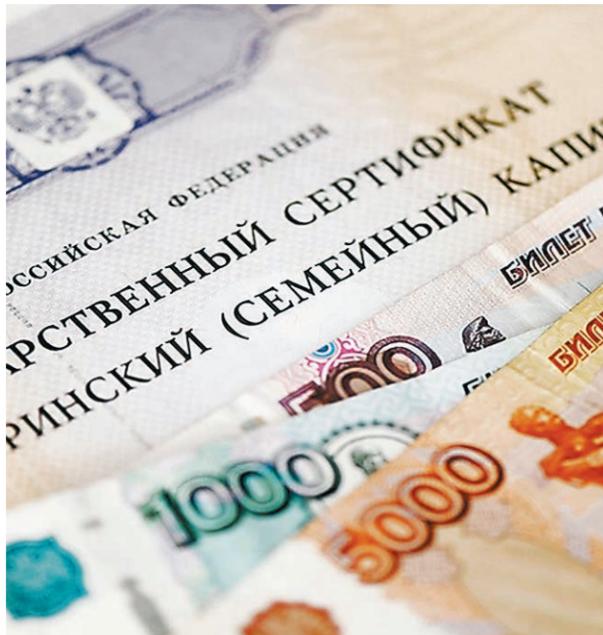
Доля электронных заявлений о распоряжении средствами материнского капитала составляет 11,65% от общего числа. То есть фактически каждое девятое заявление подаётся через интернет, сообщают в пресс-службе Пенсионного фонда в Пермском крае. Кстати, сам сертификат также можно получить в электронной форме. В Прикамье сегодня насчитывается 32 обладателя электронных сертификатов.

Напомним, распорядиться средствами материнского капитала можно по следующим направлениям:

- улучшение жилищных условий семьи;
- образование детей;
- увеличение пенсионных накоплений матери;
- реабилитация ребёнка-инвалида;
- получение ежемесячных выплат из средств материнского капитала.

Размер материнского капитала в 2019 году остался прежним — 453 026 руб.

Владельцами сертификатов на материнский (семейный) капитал в Пермском крае на сегодняшний день являются более 192 тыс. семей, из них 153 тыс. (80%) уже распорядились этими средствами полностью или частично.



По материалам пресс-службы ОПФР

• консультация

**Фирменный центр слуха WIDEX**

Записывайтесь на бесплатную проверку слуха и консультацию

ул. Лебедева, д. 48  
+7(916) 970-42-78  
[www.widex-center.ru](http://www.widex-center.ru)  
ежедневно с 9.00 до 20.00

А вы знали? Снижение слуха, если его не корректировать, часто приводит к ухудшению умственной деятельности. Своевременное применение современных слуховых аппаратов эффективно позволяет компенсировать потерю слуха.

ДАТСКИЕ ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

ООО «Видэкс» 129075, г. Москва, ул. Аргуновская, д.3, корп.1, ОГРН 1057746031034, Рег.уд.№ Р3Н 2017/5778 от 26.05.2017 г. Рег.уд. № Р3Н 2017/5779 от 26.05.2017 г. Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

• вопрос стоматологу

## Скоро начнётся дачный сезон...

Спрашивает Антонина Фёдоровна:

— Сходила в поликлинику — хотела сделать себе протезы, чтобы не мучиться на даче без зубов. Сказали, что готовы протезы будут только через месяц. Как быть? Можно ли сделать где-нибудь быстрее?

Отвечает Сидорук Мария Сергеевна, главный врач сети стоматологических клиник «Аврора-Мед»:

— Благодаря тому, что у «Авроры-Мед» имеется собственная зуботехническая лаборатория, мы изготовим зубные протезы в кратчайшие сроки. Например, мягкий съёмный протез VALPLAST будет стоить 15 000 рублей.



- ЛЕЧЕНИЕ
- ХИРУРГИЯ
- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ
- ИМПЛАНТАЦИЯ
- ОРТОДОНТИЯ

Приём ведётся по адресам:

ул. Куйбышева, 47

Единый телефон для записи пациентов  
(342) 239-29-00

График работы:

пн.–пт. с 9:00 до 21:00; сб. с 10:00 до 16:00

Лицензия на осуществление медицинской деятельности  
№ЛО-59-01004269 от 13.09.2017

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

• опасность

## Клещи проснулись!

Перечень сезонных лабораторий по исследованию клещей в сезон-2019:

1. Лаборатория клинической иммунологии ГБУЗ ПК «ПКИБ» (ул. Восстания, 39; тел. 267-56-84). Режим работы лаборатории: с 8:00 до 20:00 — в будние дни; с 09:00 до 21:00 — в субботу, воскресенье, а также в праздничные дни.

2. Лаборатория ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Пермскому краю» (ул. Лебедева, 26; тел. 260-28-69). Режим работы лаборатории: с 8:00 до 20:00 — в будние дни; с 9:00 до 21:00 — в субботу, воскресенье и в праздничные дни.

3. Бактериологическая лаборатория ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Пермскому краю» (ул. Сыральская, 4; тел. 284-11-92).

Если вам не удалось сдать клеща для исследования, то в течение пяти суток с момента присасывания необходимо обратиться в кабинет инфекционных заболеваний поликлиники для организации и проведения медицинского наблюдения.



## Живот — всему голова

реклама

Возникновение многих проблем со здоровьем связано с нарушением работы внутренних органов, расположенных в области живота. Наши предки это хорошо знали и любое вмешательство в организм начинали с того, что ставили пуп «на место», по-другому это называлось правой живота.

В наше время этот способ вновь набирает популярность. Только называется он теперь иначе. Висцеральный массаж, или висцеральная хиропрактика — это воздействия обдавливающего, сдвигающего и массажного характера на внутренние органы с помощью рук. Это помогает восстановлению работы внутренних органов, что, в свою очередь, влияет на общее самочувствие.

Улучшить самочувствие может только специалист, прошедший обучение и имеющий разрешение на такую деятельность.

Один из таких специалистов — Тамара Андреевна Барбашина\*. Её опыт работы в этом направлении — более 25 лет.

«Одна из частых проблем, с которой ко мне приходят пациенты, — смещение внутренних органов, по-другому — надсада живота. Причин для этого может быть много, начиная от поднятия тяжестей и заканчивая физическими перегрузками организма не только в зрелом возрасте, но и в раннем детстве, — рассказывает специалист. — Под надсадой понимаются изменения в состоянии и положении мышц живота, которые происходят, как правило, из-за резкой или непривычной нагрузки на них. Мышцы спазмируются, словно сжимаются в комок, и начинают подтягивать к себе и напрягать другие органы. Например, напряжение мышц выше пупка способно воздействовать на желудок, почки, печень, селезёнку. Напряжение мышц ниже пупка может повлиять на изменения в органах малого таза у женщин».

По словам Тамары Барбашиной, висцеральный массаж может помочь снять это напряжение и способствует улучшению работы внутренних органов, а значит, положительно влияет на общее состояние человека.

Более подробную информацию о процедуре можно найти на сайте [www.nadsada.ru](http://www.nadsada.ru) или по телефонам: 8-950-174-67-39, 8-952-401-52-25, 8-922-526-83-75, без выходных.

\* Тамара Барбашина имеет сертификат аккредитации специалиста по оздоровлению Российской профессиональной медицинской ассоциации специалистов традиционной и народной медицины.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА