

Статус беженца
Получить работу,
медпомощь
и выплаты
гражданам ЛДНР
и Украины
..4

Бесплатная операция
Помогли получить квоту
на дорогостоящую
операцию
пациентке
из Красноярска
..7

Гости на пороге!
Печем вкусный
хлеб на скорую
руку
..15

ДОМОВОЙ СОВЕТ

Газета для тех, кто любит свой дом

ДОМОВОЙ-СОВЕТ.РФ

МАЙ 2022 (05/185)

ИПОТЕКА С ГОСПОДДЕРЖКОЙ Новые ставки и новые правила оформления



В течение двух последних месяцев Правительство дважды сменило условия получения льготного ипотечного кредита. По какой ставке теперь оформляют ипотеку с господдержкой. Сколько составит первоначальный взнос. Какие банки участвуют в программе. До какого срока будут работать новые правила? Подробности узнавал «Домовой».

..3

ПОЗИЦИЯ

Сергей МИРОНОВ

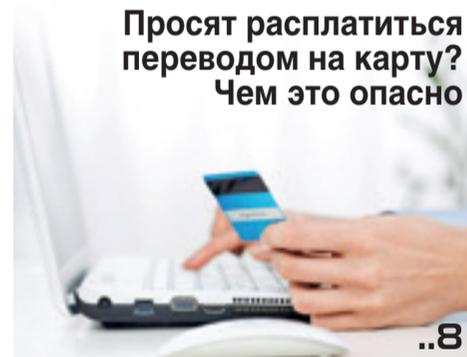
ЗАМОРОЗИТЬ ТАРИФЫ ЖКХ, а не кошмарить людей «коммуналкой»!



..5

БЕРЕЖЕМ КОШЕЛЕК

Простят расплатиться переводом на карту? Чем это опасно



..8

НАШ ИНСТРУКТАЖ

Как добиться открытия почтового отделения



..9

ЗНАЙ СВОИ ПРАВА!

Как получить деньги от государства по социальному контракту



..12

ЦЕНТР

ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН

справедливо-центр.рф
8-800-755-55-77

Центры защиты прав граждан «Справедливая Россия» созданы по инициативе лидера партии Сергея Миронова и при поддержке Президента РФ Владимира Путина.

Научить людей защищать свои гражданские права – такова миссия Центров.

С 2015 года в 73 регионах страны работают 82 Центра. За это время людям удалось вернуть 65 млрд 392 млн рублей. Это деньги, возвращенные по корректировке платы за отопление, излишне собранные ЖКами за «общедомовку» и содержание жилья.

Это доначисления к пенсиям, выплата долгов по зарплатам и возврат отобранных у граждан льгот. Это расторжение кабальных кредитных договоров, строительство детских площадок и ремонт дорог. А также экономия средств, которой Центры добиваются в результате отмены незаконных решений местной власти.

За апрель достигнуто 247 побед в пользу граждан на сумму 17 млн 982 тысячи рублей. Проведено 153 семинара, в которых приняли участие 936 граждан.

Узнать адрес ближайшего Центра защиты прав граждан можно по телефону горячей линии: 8-800-755-55-77. Звонок бесплатный.

ОРЕЛ

ВСЕМ СПАТЬ!

Вынудили владельцев бара соблюдать режим тишины

Жители дома на Планерной, 69 уже не помнили, когда последний раз полноценно выспались. В доме расположен магазин-бар. В увеселительном заведении до рассвета играет музыка и шумят посетители.



Неоднократно жильцы просили владельцев бара соблюдать режим тишины в вечернее и ночное время. Даже в полицию обращались. Но шумные вечеринки не утихали.

На громкую музыку начали жаловаться даже жители соседних улиц. В итоге жилищные активисты пришли за помощью в региональный Центр.

В каждом регионе действуют свои «часы тишины». В Орловской области запрещено шуметь с 23.00 до 07.00 в рабочие дни и с 23.00 до 10.00 – по выходным и в праздники. Чтобы воздействовать на нарушителей покоя, нужно вызвать полицию или пожаловаться в Роспотребнадзор или прокуратуру, – разъяснил руководитель Центра защиты прав граждан в Орле Илья Хомкин.

Поскольку надзорные органы ничего не предприняли, специалисты Центра привлекли депутата Орловского областного Совета народных депутатов от партии «Справедливая Россия – За правду» Руслана Перельгина. Депутат направил запрос в областную прокуратуру с требованием восстановить права граждан на отдых.

Надзорный орган объявил предостережение администрации бара. Кроме того, прокуратура внесла представление об устранении нарушений начальнику местного отдела полиции, который не реагировал на жалобы.

Полиция вмешалась. Тишина и покой были восстановлены.

Как заставить соседей и владельцев коммерческих помещений соблюдать режим тишины?

Подробности – в инструкции на справедливо-центр.рф в разделе ЖИЛЬЕ



ЛИПЕЦК

А ГДЕ ЗАРПЛАТА?

Обязали предприятие выплатить бывшему работнику 43 000 рублей

Владимир Гришенко трудился в транспортной компании «Липецкий пассажирский парк» с июля 2021 года. Уволился. Трудовую книжку отдали, а деньги за последний месяц работы заплатить забыли. В общей сложности работнику задолжали 43 178 рублей.

Самостоятельно Гришенко взыскать долг по зарплате не смог. В Центре защиты прав граждан ему объяснили, как обязать работодателя выплатить кровно заработанное.



С работником должны полностью рассчитаться в день увольнения. Выплатить не только остатки по зарплате, но и компенсировать неиспользованный отпуск, если таковой есть. Об этом говорится в ст. 140 Трудового кодекса РФ, – пояснила руководитель Центра защиты прав граждан в Липецке Ирина Осипова.

Юристы Центра помогли Гришенко составить заявление на имя руководства с требованием произвести полный расчет. Работодателя предупредили: в случае отказа работник подаст жалобу в надзорные органы и в суд.

Транспортная компания не стала рисковать репутацией и погасила задолженность в полном объеме.

Куда жаловаться, если перестали вовремя платить

Как потребовать ежегодную индексацию зарплаты

Подробности – в инструкции на справедливо-центр.рф в разделе РАБОТА



САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

МЕБЕЛЬ С СЮРПРИЗОМ

Заставили магазин вернуть 26 000 рублей за нестандартную мебель

В январе Федор Онищенко заказал кухонный гарнитур в гипермаркете мебели и товаров для дома. Оплатил дизайн-проект, работы по изготовлению, доставке и сборке. В конце февраля гарнитур доставили. В процессе сборки выяснилось, что мебель не подходит – шкафчики больше заданных проектом помещения размеров. Что делать?



Юристы Центра помогли покупателю составить в адрес магазина заявление о возврате товара. Магазин согласился с доводами и вернул Онищенко 26 526 рублей.

Если характеристики товара не соответствуют договору – к примеру, размер, цвет или качество, – это считается недостатком. Потребитель вправе потребовать бесплатно устранить недостатки, уменьшить цену или бесплатно изготовить другую вещь такого же качества. Об этом говорится в ст. 29 Закона «О защите прав потребителей», – разъяснила специалист Центра защиты прав граждан в Санкт-Петербурге Анна Черкас.

Если не подошел
Если обнаружены дефекты
Если товар оформлен в кредит.

Подробности – в инструкции на справедливо-центр.рф в разделе ПОТРЕБИТЕЛЯМ



ПО КАКОЙ СТАВКЕ ТЕПЕРЬ ОФОРМЛЯЮТ ЛЬГОТНЫЙ КРЕДИТ НА ЖИЛЬЕ. СКОЛЬКО СОСТАВИТ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС. КАКИЕ БАНКИ УЧАСТВУЮТ В ПРОГРАММЕ ИПОТЕЧНОГО КРЕДИТОВАНИЯ С ГОСПОДДЕРЖКОЙ. ПОДРОБНОСТИ УЗНАВАЛ «ДОМОВОЙ».

ИПОТЕКА С ГОСПОДДЕРЖКОЙ



НОВЫЕ ПРАВИЛА ОФОРМЛЕНИЯ

КТО МОЖЕТ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛЬГОТНОЙ ИПОТЕКОЙ

Ипотечный кредит по ставке до 9% установлен до конца 2022 года. Его может оформить любой совершеннолетний гражданин РФ без ограничений по возрасту и семейному положению.

Однако банк – участник программы льготного кредитования имеет право установить дополнительные требования к заемщику.

КАКОЕ ЖИЛЬЕ МОЖНО ОФОРМИТЬ

Ипотека по ставке на льготных условиях распространяется на покупку следующих объектов:

- покупка квартиры в строящемся доме;
- приобретение готового жилья у застройщика;
- строительство частного дома по договору подряда;
- покупка земельного участка с дальнейшим строительством дома.

Жилье должно быть куплено у юридического лица. На приобретение вторичного жилья льготная программа не распространяется.

СКОЛЬКО ДЕНЕГ ДАДУТ

12 млн рублей можно занять у банка в Москве, Санкт-Петербурге, Московской, Ленинградской областях.

6 млн рублей – максимальная сумма кредита для остальных регионов.

Первоначальный взнос составляет не менее 15% от стоимости квартиры.

В качестве первоначального взноса можно использовать маткапитал. Но лишь в том случае, если в приобретаемом объекте недвижимости будет выделена доля в собственности каждому ребенку.

КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ ПОНАДОБЯТСЯ

Банк – участник программы самостоятельно готовит перечень необходимых документов. Более подробные условия уточняйте в банке, который вы выбрали в качестве кредитора по ипотечной программе.

Среди обязательных:

- паспорт;
- СНИЛС;
- свидетельство о браке или разводе;
- справка о доходах по форме 2-НДФЛ (можно запросить у работодателя);

□ для мужчин до 27 лет – военный билет или другой документ, подтверждающий, что заемщик не подлежит призыву на военную службу.

У заемщика есть право подать заявку сразу в несколько банков. Чтобы сравнить условия и выбрать наиболее выгодные. Перечень банков – участников программы размещен на сайте спроси.дом.рф.



КАКИЕ ЕЩЕ ЕСТЬ ЛЬГОТНЫЕ ИПОТЕЧНЫЕ ПРОГРАММЫ

СЕМЕЙНАЯ ИПОТЕКА ДО 6% ГОДОВЫХ

Максимальная сумма кредита в регионах страны – 6 млн рублей.

12 млн рублей дадут в Москве, Московской области, Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

Воспользоваться семейной ипотекой могут семьи, в которых с 1 января 2018 года по 31 декабря 2022 года родился ребенок, а также семьи, где воспитывается ребенок с инвалидностью.

При этом период подачи заявок дольше – оформить льготный кредит можно до конца 2023 года (а семье с ребенком-инвалидом – до конца 2027 года).

Требований к возрасту родителей нет, но есть требования к приобретаемому жилью.

Семейную ипотеку под 6% можно оформить:

На покупку у застройщика готового или строящегося жилья.

На покупку дома с земельным участком.

На вторичное жилье у граждан или организаций, но только в сельских поселениях на территориях Дальнего Востока.

Для рефинансирования ранее оформленной ипотеки на новостройку от юрлица.

С момента участия в программе господдержки и до полного возврата кредита будет действовать ставка 6%.

Для Дальнего Востока – под 5% годовых на весь срок кредита.

Минимальная ставка кредитования действует, если заемщик оформил две страховки: приобретаемого жилья и своей жизни/здоровья.

Первый взнос по ипотеке должен составить не менее 15% стоимости жилья. На первоначальный взнос разрешается направить материнский капитал.

ДАЛЬНЕВОСТОЧНАЯ ИПОТЕКА ДО 2% ГОДОВЫХ

Максимальная сумма кредита составляет 6 млн рублей на срок до 20 лет.

Кредит предоставляется на жилье, расположенное на территории Дальневосточного федерального округа.

Первоначальный взнос – не менее 15% стоимости жилья.

Получить кредит можно на покупку квартиры в новостройке или строящемся доме, а также на индивидуальное жилищное строительство.

Также дальневосточную ипотеку можно использовать для приобретения на вторичном рынке частного дома или квартиры в сельской местности или моногородах ДФО.

Оформить ипотеку могут молодые семьи, где оба супруга в возрасте не старше 35 лет. А также граждане не старше 35 лет, имеющие детей в возрасте до 19 лет, участники программы «Дальневосточный гектар» и граждане, прибывшие в ДФО по региональным программам.

СЕЛЬСКАЯ ИПОТЕКА ДО 3% ГОДОВЫХ

Максимальная сумма кредита – до 5 млн рублей в Ленинградской области, Ямало-Ненецком автономном округе и регионах Дальневосточного федерального округа.

В остальных регионах – до 3 млн рублей.

Оформить ипотеку можно на срок до 25 лет.

Программа не распространяется на жилье в Москве, Московской области и Санкт-Петербурге.

Несмотря на наименование «сельская», такая ипотека распространяется не только на села и поселки. Приобрести жилье можно в небольших городах. Конкретный перечень территорий, где работает программа, определяют региональные власти.

Первоначальный взнос составляет не менее 10% стоимости недвижимости.

К сожалению, сейчас программа временно приостановлена. По информации банков, это связано с большим спросом на ипотеку и недостаточным субсидированием со стороны государства.

Оформить СТАТУС БЕЖЕНЦА и получать финансовую помощь от государства



ЗА ПОСЛЕДНИЕ ДВА МЕСЯЦА В РОССИЮ ПРИБЫЛО БОЛЕЕ МИЛЛИОНА БЕЖЕНЦЕВ ИЗ ДОНБАССА И УКРАИНЫ. РАССКАЖЕМ О ПРАВИЛАХ ПОСТАНОВКИ НА УЧЕТ, РАЗМЕРЕ ВЫПЛАТ И ДРУГИХ СОЦИАЛЬНЫХ ГАРАНТИЯХ, КОТОРЫЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ГОСУДАРСТВО.

КАК ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ ПО МЕСТУ ПРЕБЫВАНИЯ

На пограничных миграционных пунктах прибывающим выдают пропуск на территорию РФ. Он дает право на получение питания и первой помощи.

После прибытия в Россию регистрацией тех, кто разместился в пункте временного размещения (ПВР), занимаются сотрудники/волонтеры ПВР. Если беженец остановился у родственников или снял жилье, необходимо самостоятельно обратиться в миграционный отдел при МВД.

КАК ОФОРМИТЬ СТАТУС БЕЖЕНЦА

С пропуском находиться на территории РФ разрешено не более 15 дней. За это время человек должен получить статус беженца.

Для оформления статуса беженца (предоставления временного убежища) нужно обратиться в территориальный орган МВД РФ по месту пребывания. Статус оформляют за три дня. Он действует три года с возможностью продления до двух раз.

ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТУСА В МВД НЕОБХОДИМО ПРЕДОСТАВИТЬ:

- ходатайство о признании беженцем с пояснением причины отъезда из своей страны;
- паспорт Украины или иного государства (если утерян, то без него);
- два фото 3,5x4,5;
- свидетельства о рождении детей;
- свидетельство о браке (если замужем/женат);
- пенсионное удостоверение для пенсионеров.

ВАЖНО!

Обязателен перевод документов на русский язык. Для вынужденных мигрантов услуги переводчика бесплатны.

После получения документов отдел миграции выдает удостоверение о том, что дело о присвоении статуса беженца находится на рассмотрении.

КАКИЕ ПОЛОЖЕНЫ ВЫПЛАТЫ

- 10 000 рублей – единовременная материальная помощь каждому;
- 100 рублей – ежедневно на каждого трудоспособного человека;
- 150 рублей – за каждый день для пенсионеров, несовершеннолетних детей, инвалидов;
- содействие при переезде к месту пребывания и компенсация затрат на билеты.



Пособие также положено женщинам, которые встали на учет в медорганизации на ранних сроках беременности; по беременности и родам; в связи с рождением ребенка и по уходу за ним. Выплаты не зависят от того, эвакуировался человек централизованно или самостоятельно, размещен в ПВР или проживает у родственников/знакомых.

Чтобы получить пособие, регистрация по месту пребывания не требуется. Достаточно предоставить документы в соцзащиту, заполнить заявление и открыть счет в российском банке. Эта процедура занимает один день. На рассмотрение заявления и предоставление помощи уйдет еще 2-3 рабочих дня.

ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВЫПЛАТ В СОЦЗАЩИТУ НУЖНО ПРЕДОСТАВИТЬ:

✓ Заявление

Бланк на выплату эвакуированным выдадут на пропускном пункте, его можно получить и заполнить в соцзащите перед подачей пакета документов или скачать из интернета.

✓ Копия паспорта (первые две страницы и прописка)

Если паспортов несколько (российский плюс ЛДНР или украинский), предоставьте оба. Если документ украинский, а прописки в ДНР нет, приложите копию адресной справки.

✓ Документы на детей

Для получения выплат на ребенка предоставьте ксерокопию свидетельства о рождении или паспорта (РФ, ЛДНР).

✓ Реквизиты счета

Оформить счет можно самостоятельно или с помощью волонтеров в пунктах приема беженцев.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Беженцы могут рассчитывать на бесплатное оказание медпомощи в поликлиниках и больницах, вакцинацию и получение бесплатных лекарств по рецептам врачей. Также в неотложных случаях бесплатно оказывается специализированная медпомощь.

При наличии удостоверения беженца можно получить полис обязательного медицинского страхования.

ПОСОБИЕ ПО БЕЗРАБОТИЦЕ

При наличии статуса беженца пособие выплачивается на тех же основаниях, как и для россиян. Если не получилось трудоустроиться самостоятельно, необходимо обратиться в Центр занятости населения по месту пребывания.

ПЕНСИЯ

Беженцы имеют право на получение пенсии наравне с гражданами РФ на период действия статуса беженца.

Для получения пенсии нужно предоставить документы о стаже и доходах из Пенсионного фонда Украины, ДНР или ЛНР. Если таких бумаг нет, будет назначена социальная пенсия по старости.

Для получения пенсии по инвалидности и по потере кормильца необходимо подать в Пенсионный фонд подтверждающую документацию.

ОБРАЗОВАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Всем вынужденным переселенцам доступно образование в дошкольных, средних, средних профессиональных и высших учебных заведениях наравне с россиянами.

УСТРОЙСТВО НА РАБОТУ

Беженцев принимают на работу по тем же правилам, что действуют для российских граждан. Для приема на работу беженца работодателю не нужно оформлять разрешение на привлечение иностранных работников.

ПОЛУЧЕНИЕ ГРАЖДАНСТВА РОССИИ

После получения статуса беженца желающие остаться в России могут оформить **разрешение на временное проживание (РВП)**. Те, кто решил связать свою жизнь с РФ, могут **получить вид на жительство (ВНЖ)**.

Заявление на получение РВП – первый шаг к гражданству РФ – также подают в миграционный отдел при МВД РФ. Разрешение выдается на срок до трех лет. Срок рассмотрения заявления – до двух месяцев. РВП позволяет покидать территорию РФ и въезжать в нее в течение срока действия.

Через восемь месяцев проживания в России можно обратиться за получением **вида на жительство**, а потом и **гражданства РФ**. Граждане Украины, ЛНР, ДНР имеют право на получение гражданства РФ в упрощенном порядке, без оплаты пошлины.

Наталья ФИЛАТОВА



5,7 млн российских семей арендуют жилье. Это значит, каждая десятая семья ежемесячно отдает на оплату аренды значительную часть заработка. Тем самым ограничивая себя и своих детей в других жизненно важных потребностях. Лидер фракции социалистов в Госдуме Сергей Миронов предлагает ввести новый социальный налоговый вычет за расходы на наем жилого помещения. И возвращать арендаторам до 120 тысяч рублей ежегодно.

Ввести СОЦИАЛЬНЫЙ НАЛОГОВЫЙ ВЫЧЕТ для квартиросъемщиков

По замыслу социалистов, для получения нового социального вычета съемщикам жилья потребуется предоставить в налоговую инспекцию договор найма жилого помещения и документы, подтверждающие расходы на аренду. После этого граждане смогут написать заявление на налоговый вычет. Максимальный его размер должен составлять 120 тысяч рублей в год.

В августе прошлого года Минстрой России подготовил комплекс мер по налоговому регулированию рынка аренды коммерческой и некоммерческой недвижимости. Реализацию этих мер планировали включить в госпрограмму «Обеспечение доступным и комфортным жильем и коммунальными услугами граждан РФ».

В рамках одной из таких мер как раз и планировалось предоставить подобный вычет.

Однако в сентябре 2021 года Минфин выступил против этой идеи. В качестве главного аргумента чиновники назвали снижение доходов региональных бюджетов.

Сергей Миронов с такой аргументацией не согласен. Сокращения доходов региональных бюджетов из-за введения налогового вычета не предвидится. Так как сегодня подавляющее число арендаторов не заключают договор аренды. Введение налогового вычета создаст материальный стимул для оформления договоров. Благодаря этому постепенно вырастут поступления в региональные бюджеты. Большая часть этих средств как раз пойдет на выплату налоговых вычетов.

Социалисты уже направили проект закона на получение отзыва в Правительство РФ.



Сергей МИРОНОВ

Председатель партии «Справедливая Россия – За правду»
Лидер фракции социалистов в Госдуме

«Чтобы оплачивать съемную крышу над головой, люди экономят на продуктах, лечении, отдыхе, дополнительном образовании детей. В нынешней экономической и геополитической ситуации эта проблема приобретает особую остроту. Из-за нестабильности на рынке труда многие семьи вынуждены менять место жительства только ради того, чтобы найти хоть какое-то приемлемое место работы. И там тоже нужно где-то жить. Кроме того, из-за низкого уровня доходов, существенного роста цен на рынке недвижимости и увеличения ставок по кредитам миллионы российских семей не могут взять ипотеку. Остается одно – безвозвратно отдавать «дяде» все больше и больше своих средств за временное пристанище. Государство должно оказать специальную поддержку гражданам, арендующим жилье».

ЗАМОРАЖИВАТЬ ТАРИФЫ ЖКХ, а не кошмарить людей «коммуналкой»!

МИНСТРОЙ ВЫНЕС НА ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБСУЖДЕНИЕ ПАКЕТ ПОПРАВОК В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО ОБ ОПЛАТЕ ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ.



Министерство предлагает ввести двойную плату для собственников, которые не пускают в квартиры проверяющих счетчики и не платят за временно проживающих. Причем двойной тариф станут начислять за три месяца до обнаружения «лишних» жильцов, если не ясно, когда именно они появились.

Число мошенников, «проверяющих» счетчики и состав проживающих, в случае реализации этой инициативы вырастет в разы, считает председатель партии «Справедливая Россия – За правду» Сергей Миронов.

И даже если речь идет о реальных проверках, непонятно, каким образом будут вычислять «лишних» жильцов, кто и как будет доказывать, что люди там действительно проживают, а не зашли в гости. Будет некая видеофиксация, сбор доказательств или просто начнут «рисовать» этих жильцов всем и каждому, лишь бы содрать двойную плату? Эта абсурдная инициатива приведет к массовым злоупотреблениям и поборам.

«Совершенно недопустимо изобретать новые непрозрачные схемы. Напротив, необходимо пресекать незаконные поборы в ЖКХ, замораживать тарифы на уровне начала года, ограничивать расходы людей на ЖКУ 10% их доходов, как предлагает наша фракция. Более того, на фоне ограничений экспорта сегодня есть возможность снизить стоимость энергоресурсов для внутренних потребителей. Это стало бы одной из эффективных мер социальной поддержки, – подчеркнул лидер социалистов».

Предоставить одиноким родителям ПОСОБИЕ НА ДЕТЕЙ в размере двух прожиточных минимумов

Депутаты фракции «Справедливая Россия – За правду» внесли в федеральный парламент проект закона о мерах дополнительной поддержки неполных семей. Социалисты предложили выплачивать родителям-одиночкам пособие в размере двух прожиточных минимумов на каждого ребенка. Это от 20 до 46 тысяч рублей – в зависимости от региона проживания.

Это не акт благотворительности, а прямая обязанность государства, которое думает о будущем, – считает лидер фракции Сергей Миронов.

– Сегодня в России около 6 млн неполных семей. Последние исследования благосостояния российских граждан показывают, что многим из родителей-одиночек не хватает денег даже на покупку продуктов.

Очевидно, что без нормальных социальных выплат, льгот по оплате ЖКХ и возможности бесплатного обучения детей в вузах государство будет скатываться в демографическую



яму. Выползти из этой ямы через несколько лет будет практически невозможно.

Поддерживать семьи надо прямо сейчас. Для федерального бюджета это небольшие деньги, убеждены социалисты.

Для получения НАЛОГОВОГО ВЫЧЕТА на лечение теперь

достаточно одного документа

Федеральная налоговая служба упростила процедуру оформления вычета по расходам на медицину.

В своем письме от 25 марта 2022 года №БС-4-11/3605 Федеральная налоговая служба уточнила, что для оформления налогового вычета на лечение достаточно предоставить всего один документ: справку об оплате медицинских услуг для предоставления в налоговые органы Российской Федерации.

ВНИМАНИЕ!

Требовать иные документы (например, договор об оказании платных медицинских услуг или чеки об оплате) – незаконно.

Согласно Постановлению Правительства РФ №201 от 19.03.2001, вычет можно получить за:

- покупку лекарств;
- диагностику и лечение при оказании скорой медицинской помощи;
- диагностику, профилактику, лечение и реабилитацию в амбулаторной, поликлинической и стационарной формах (включая проведение медицинской экспертизы);
- диагностику, профилактику, лечение и реабилитацию, проводимые в санаториях. Получить налоговый вычет можно за предыдущие три года при условии официального трудоустройства.



Изменилось расписание ГОСЭКЗАМЕНОВ для девятиклассников

В скорректированном графике предусмотрено по два дня для сдачи массовых экзаменов (по русскому языку, математике и обществознанию) в основной период.

В соответствии с обновленным расписанием, в основной период ОГЭ пройдет:

- 19 и 20 мая – по иностранным языкам;
- 23 и 24 мая – по математике;
- 27 и 28 мая – по обществознанию;
- 1 июня – по истории, физике, биологии и химии;
- 7 и 8 июня – по русскому языку;
- 15 июня – по биологии, информатике и ИКТ, географии и химии;
- 22 июня – по литературе, физике, информатике и ИКТ, географии.

С 4 июля по 9 июля в расписании предусмотрены резервные дни для сдачи ОГЭ.

Отметим: решение о проведении экзаменов в один или два дня будет приниматься региональными властями самостоятельно исходя из их организационных, кадровых и технологических ресурсов. Такое право делегировано Приказом Минпросвещения России и Рособнадзора от 14 марта 2022 года №128/387.

9 АПРЕЛЯ ПОСТАНОВЛЕНИЕМ №630 ПРАВИТЕЛЬСТВО РФ УТВЕРДИЛО ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОРЯДКУ И УСЛОВИЯМ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ВЫПЛАТ НА ДЕТЕЙ ОТ 8 ДО 17 ЛЕТ

Утверждены правила выплаты пособий на детей в возрасте от 8 до 17 лет

Новые выплаты будут назначаться с учетом комплексной оценки нуждаемости (подразумевается оценка не только доходов семьи, но и ее имущества и сбережений), а также применением правила нулевого дохода.

Ежемесячная денежная выплата осуществляется в размере:

■ **50% от прожиточного минимума для детей**, установленного в регионе проживания семьи на дату обращения за выплатой – если размер среднедушевого дохода семьи не превышает величину прожиточного минимума на душу населения, установленную в регионе проживания семьи;

■ **75% от прожиточного минимума для детей** – если размер среднедушевого дохода семьи, рассчитанный с учетом ежемесячной денежной выплаты в размере 50% величины прожиточного минимума для детей, не превышает величину прожиточного минимума на душу населения;

■ **100% величины прожиточного минимума для детей** – если размер среднедушевого дохода семьи, рассчитанный с учетом ежемесячной денежной выплаты в размере 75% величины прожиточного минимума для детей, не превышает величину прожиточного минимума на душу населения.

По заявлениям, поданным до 1 октября 2022 года, выплата осуществляется за прошедший период начиная с 1 апреля 2022 года, но не ранее месяца достижения ребенком возраста 8 лет.

По заявлениям о назначении выплаты, поданным начиная с 1 октября 2022 года, выплата осуществляется начиная с месяца достижения ребенком возраста 8 лет, если обращение за ее назначением последовало не позднее 6 месяцев с этого месяца.

В остальных случаях ежемесячная денежная выплата осуществляется с месяца обращения заявителя за ее назначением.

При наличии в семье нескольких детей в возрасте от 8 до 17 лет ежемесячная денежная выплата осуществляется на каждого ребенка.

Ее назначение в очередном году осуществляется по истечении 12 месяцев со дня предыдущего обращения.

Выплата производится за полный месяц независимо от даты рождения ребенка, даты исполнения 17 лет в конкретном месяце или даты обращения за ее назначением.



Размер ежемесячной денежной выплаты подлежит перерасчету в беззаявительном порядке с 1 января года, следующего за годом обращения за ее назначением, исходя из ежегодного изменения величины прожиточного минимума для детей.

Заявления о назначении выплаты принимаются с 1 мая 2022 года.

Подать заявление в территориальный орган ПФР или уполномоченный на осуществление выплаты региональный орган можно будет через Единый портал госуслуг (или региональные порталы госуслуг, если выплата осуществляется уполномоченным региональным органом), в МФЦ или лично.

Решение о назначении либо об отказе в назначении ежемесячной денежной выплаты принимается органом, осуществляющим ежемесячную денежную выплату, в течение 10 рабочих дней со дня приема заявления о назначении ежемесячной денежной выплаты.

В случае принятия решения об отказе в назначении ежемесячной денежной выплаты органом, осуществляющим ежемесячную денежную выплату, в срок, не превышающий 1 рабочего дня со дня принятия такого решения, гражданину направляется уведомление с указанием аргументированного обоснования.

● КРАСНОЯРСК

В мае 2021 года 39-летняя Оксана Махмутова упала, после чего появилась боль в ноге. В поликлинике невролог назначил лечение, но оно не помогало. Спустя месяц боль только усилилась. Тогда женщина сделала рентген – оказалось, сломана шейка бедра. Перелом был сложный, при таком диагнозе необходима операция по замене тазобедренного сустава. Врач выписал лекарства и назначил день плановой госпитализации. Однако прооперироваться не получилось.

Как получить КВОТУ на БЕСПЛАТНУЮ ОПЕРАЦИЮ

«В день, когда меня должны были положить в больницу на обследование, заведующий травматологическим отделением отказался принимать меня, сославшись на пандемию. Ждать окончания пандемии я не могла, так как уже лишилась и денег, и здоровья. И с каждым днем мне становилось все хуже и хуже, – пояснила женщина.

С просьбой помочь в операции в красноярский Центр защиты прав граждан обратился родственник Оксаны, так как сама она ходить не могла.

«Во время пандемии плановая медпомощь в некоторых регионах была приостановлена, но даже тогда при направлении лечащего врача пациент получал лечение, которое нельзя было откладывать. Заявительнице не имели права отказать в госпитализации и лечении, – пояснил руководитель регионального Центра Михаил Костюк.

Правозащитники подготовили жалобы в областной Минздрав, районную прокуратуру, Роспотребнадзор и главному врачу клинической больницы с требованием немедленно провести операцию по замене тазобедренного сустава.

Благодаря вмешательству Центра защиты прав граждан женщине сделали операцию бесплатно по квоте Минздрава. Женщине не пришлось оперироваться за собственный счет в коммерческой клинике. К слову, стоимость операции в Красноярске достигает 220 000 рублей.

Что такое квота и как ее получить

Некоторые недуги настолько серьезные, что вылечить их можно только с помощью дорогостоящих процедур, препаратов или операций. Оплатить их может далеко не каждый человек. Именно поэтому был создан механизм квотирования, который позволяет ежегодно определенному количеству людей получить подобное лечение за счет бюджета.

Квота выделяется, в случае если лечение не является базовой частью программы обязательного медицинского страхования граждан (ОМС), в рамках которой оказывается первичная медико-санитарная помощь.

Включая профилактическую помощь, скорую медицинскую помощь (кроме специализированной санитарно-авиационной помощи).



По квотам же чаще всего оказывается так называемая высокотехнологичная медицинская помощь (ВМП), не входящая в базовый полис ОМС.

Заболевания, подлежащие квотированию

Разумеется, квота не выдается по каждому «чиху». Для ее оформления нужны веские основания. А именно – наличие одного из недугов, прописанных Минздравом в специальном перечне заболеваний. Перечень содержит порядка 140 наименований. Каждый этап получения квоты регулируется нормативно-правовой базой. Процесс их выделения определяется рядом правительственных документов.

Вот некоторые виды ВМП из перечня:

1. Оперативное вмешательство (в том числе повторное) при заболеваниях сердца.
2. Пересадка внутренних органов.
3. Протезирование суставов, если необходимо эндопротезирование.
4. Нейрохирургическое вмешательство.
5. Экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО).
6. Лечение наследственных заболеваний в тяжелой форме, в том числе лейкоза.
7. Хирургическое вмешательство, требующее специализированного оборудования, то есть высокотехнологичной медицинской помощи (ВМП), – на глазах, на позвоночнике и т. д.

Как получить квоту на лечение

Получить лечение по квоте сложно, но можно. Для этого пациенту предстоит дождаться положительного решения трех комиссий: по месту наблюдения, в региональном Департаменте здравоохранения и выбранном для проведения лечения учреждении.

СПРАВКА:

для получения льготного планового лечения нужно подтвердить диагноз. Для этого могут понадобиться платные анализы и обследования. Их пациенту придется сделать самостоятельно.

Причем процесс этот проходит поэтапно. Такой порядок получения квоты установлен Постановлением Правительства РФ №2299 от 28.12.2020:

- I этап – комиссия в медучреждении, где наблюдается пациент;
- II этап – комиссия регионального Департамента здравоохранения;
- III этап – комиссия по месту оказания ВМП пациенту.

Лечение по квоте за рубежом

Если в России нет нужного оборудования или специалистов для проведения полноценной диагностики и операции, пациент вправе просить квоту на лечение за рубежом. Порядок получения гражданами РФ лечения за рубежом за счет бюджета регулируется Приказом Минздравсоцразвития России от 19.12.2011 №1571н.

Для этого понадобится собрать еще один пакет документов и пройти еще одну (четвертую) медкомиссию. Все расходы по отправке пациента за границу берет на себя федеральный бюджет. В случае одобрения услуга должна быть предоставлена в течение 92 рабочих дней со дня поступления в Минздрав письменного заявления о предоставлении услуги и документов.

Что такое квота на высокотехнологичную медпомощь
Кто имеет право на квотирование
Как оформить квоту
Подробности – в инструкции на справедливо-центр.рф в разделе **ЗДОРОВЬЕ**



Наталья ФИЛАТОВА

В магазине требуют заплатить переводом на карту. Рассказываем, почему не стоит так делать

ВО ВРЕМЯ РЕМОНТА КВАРТИРЫ АНТОНИНА НЕВОЛИНА ЗАКАЗАЛА НОВЕНЬКИЕ ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА. ПОДРЯДЧИКОМ ВЫБРАЛА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ С ХОРОШИМИ ОТЗЫВАМИ. НЕ НАСТОРОЖИЛА ЖЕНЩИНУ ПРОСЬБА ОПЛАТИТЬ 17 000 РУБЛЕЙ НЕ НА РАСЧЕТНЫЙ СЧЕТ ИП, А ПЕРЕВОДОМ НА КАРТУ РОДСТВЕННИКА ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ.

«Пожалела об этом я только тогда, когда подрядчик привез не те окна, что я заказывала: двухкамерные вместо трехкамерных. Я сразу отказалась от продолжения работы и попросила вернуть деньги. Но предпринимательница заявила мне, что возвращать нечего, поскольку на расчетный счет ИП от меня оплата не поступала, – вспоминает Антонина.

За помощью в урегулировании спора женщина обратилась в Центр защиты прав граждан в Екатеринбурге.

«Женщина заключила письменный договор подряда с ИП, но перевела деньги она на карту физлица. Поэтому требовать вернуть деньги от предпринимателя действительно нет причин. Но сделать это можно. Средства, которые получил муж ИП, по закону называются «неосновательное обогащение». Ст. 1102 ГК РФ обязывает гражданина вернуть полученные средства обратно Неволной. Если гражданин отказывается делать это, придется обращаться в суд, – пояснил специалист Центра Георгий Книжин.

Правозащитники помогли пострадавшей составить исковое заявление в суд с требованием взыскать с мужа предпринимательницы необоснованное обогащение. К иску Неволина приложила подтверждающую перевод банковскую квитанцию. В ходе рассмотрения дела мужчина добровольно вернул деньги.

РИСКИ ОПЛАТЫ ТОВАРА ИЛИ УСЛУГ ПЕРЕВОДОМ

Риски оплаты с карты на карту или через Систему быстрых платежей (СБП – по номеру телефона) существуют как для потребителя, так и для самого продавца.

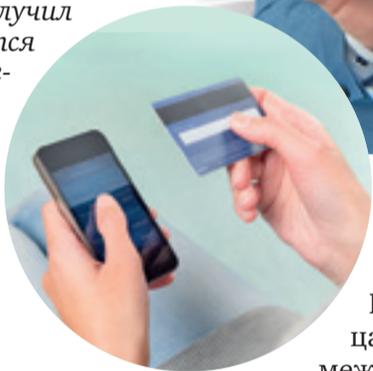
Они могут быть следующими:

■ Ошибка при переводе – можно перевести деньги человеку, не имеющему никакого отношения к сделке.

■ Товар не доставят или доставят не то, что покупатель заказывал. Есть риск, что деньги не вернут.

■ Банк может заблокировать счет предпринимателя, если заподозрит, что он использует личную карту для ведения бизнеса.

■ К предпринимателю могут возникнуть вопросы у налоговой.



Если покупатель без заключения договора перевел деньги за товар не на счет юрлица или ИП, а переводом на карту физлица, то с юридической точки зрения между ними нет отношений, которые защищает закон «О защите прав потребителей».

В случае претензий к качеству покупателю остается надеяться только на добросовестность предпринимателя.

А если возникнут проблемы, то вернуть деньги поможет только суд. Туда нужно подать исковое заявление о взыскании неосновательного обогащения.

ПОРЯДОК ВОЗВРАТА ДЕНЕГ

Лица, которые приобрели или сберегли средства или недвижимость за счет других лиц, не имея на то установленного законом, правовым актом или другим законным документом основания, обязаны вернуть потерпевшему все незаконно приобретенные или сбереженные средства.

Об этом говорит ст. 1102 Гражданского кодекса России.

Исключение составляют лишь случаи, которые предусмотрены ст. 1109 Гражданского кодекса России:

1) имущество, переданное во исполнение обязательства до наступления срока исполнения, если обязательством не предусмотрено иное;

2) имущество, переданное во исполнение обязательства по истечении срока исковой давности;

3) заработная плата и приравненные к ней платежи, пенсии, пособия, стипендии, возмещение вреда, причиненного жизни или здоровью, алименты и иные денежные суммы, предоставленные гражданину в качестве средства к существованию, при отсутствии недобросовестности с его стороны и счетной ошибки;

4) денежные суммы и иное имущество, предоставленные во исполнение несуществующего обязательства, если приобретатель докажет, что лицо, требующее возврата имущества, знало об отсутствии обязательства либо предоставило имущество в целях благотворительности.

Для взыскания перечисленных денег истец должен всего лишь подтвердить перевод денег соответствующим банковским документом (чек, выписка) (Решение Верховного суда России от 16 февраля 2021 года №69 КГ20/23/К7).

Ответчику же придется предоставить доказательства того, что средства получены на законном основании, а все товары и услуги предоставлены покупателю. Если он не сможет этого сделать, суд обяжет вернуть деньги покупателю.

Если деньги были переведены не по реквизитам, а по номеру телефона через СБП, в чеке будут отсутствовать данные получателя: ФИО. В такой ситуации придется сначала подавать иск в суд для установления личности ответчика, а уже после этого – второй иск о возврате средств.

Помимо возврата денег потребитель может взыскать в суде и проценты за пользование чужими денежными средствами. Это право закреплено в ст. 395 ГК РФ.

В случаях неправомерного удержания денежных средств, уклонения от их возврата, иной просрочки в их уплате подлежат уплате проценты на сумму долга. Размер процентов определяется ключевой ставкой Банка России, действовавшей в соответствующие периоды.

Если за то время, пока деньги были в чужом владении, ставка изменилась, то придется высчитывать размер процентов для каждого интервала отдельно. Помочь в расчетах могут специальные калькуляторы.

Наталья ФИЛАТОВА

КОСТРОМА

В СЕЛЕ МАТВЕЕВО ПАРФЕНЬЕВСКОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ ПРОЖИВАЮТ 300 ЧЕЛОВЕК. ОТПРАВЛЯТЬ И ПОЛУЧАТЬ ПИСЬМА, ПОСЫЛКИ, ОПЛАЧИВАТЬ УСЛУГИ ЖКХ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ – НАСТОЯЩАЯ БЕДА. ВЕДЬ ДО БЛИЖАЙШЕГО ОТДЕЛЕНИЯ ПОЧТОВОЙ СВЯЗИ 22 КМ. ЗА ПОМОЩЬЮ ЖИТЕЛИ ОБРАТИЛИСЬ В РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН.

КАК ДОБИТЬСЯ ОТКРЫТИЯ ПОЧТОВОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Почтовое отделение закрыли два года назад. Ссылались на пандемию. Вирус победили, а почтальоны Печкины в село так и не вернулись. Жители жаловались, просили, требовали. В «Почте России» пообещали возобновить работу в октябре 2021 года. Да, видно, забыли.

В каждом муниципальном образовании должно быть расположено не менее одного отделения почтовой связи. Эти нормативы утверждены Правилами территориального распределения отделений почтовой связи, утвержденными Постановлением Правительства от 15 сентября 2020 года №1429. Проконтролировать, чтобы даже в самом маленьком населенном пункте была почта, должны местные органы власти, – пояснила обратившимся в приемную жителей специалист Центра защиты прав граждан Анна Корытова.

Правозащитники попросили помочь депутата Костромской облдумы, справедливоросса Николая Цвиля. Депутат направил запрос в Управление федеральной почтовой связи Костромской области с просьбой ускорить процесс открытия отделения.

После вмешательства депутата отделение наконец-то заработало.

ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ УСЛУГ ПОЧТОВОЙ СВЯЗИ

Права пользователей услуг почтовой связи защищают Федеральный закон «О почтовой связи», Федеральный закон «О связи», Закон РФ «О защите прав потребителей», гражданское законодательство, Правила оказания услуг почтовой связи, законы и иные нормативные правовые акты субъектов России.

В соответствии со ст. 19 Федерального закона №176-ФЗ «О почтовой связи», пользователи услуг почтовой связи имеют право на получение почтовых отправлений по своему почтовому адресу.

Почтовые отделения размещаются согласно Правилам территориального распределения отделений почтовой связи акционерного общества «Почта России», утвержденным Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 года №1429.



Согласно этому документу:

- в каждом муниципальном образовании должно быть минимум одно почтовое отделение;
- средний радиус обслуживания одним отделением в городах – до 1,5 км, на селе – до 10 км;
- почтовые отделения должны размещаться с учетом плотности и потоков движения населения так, чтобы максимальное время ожидания в очереди не превышало 15 минут;
- на селе количество почтовых отделений определяется из расчета не более 5 тысяч человек на одно отделение;
- в труднодоступных населенных пунктах с периодической (сезонной) труднодоступностью, численность населения которых составляет менее 1 тысячи человек, а также в труднодоступных населенных пунктах с круглогодичной труднодоступностью, численность населения которых составляет менее 2 тысяч человек, могут применяться иные формы обслуживания, а именно:
 - а) использование передвижных отделений почтовой связи, организованных на базе транспортных средств;
 - б) обслуживание структурными подразделениями других отделений почтовой связи или почтальонами.



Труднодоступные населенные пункты – это те, с которыми в силу природно-климатических причин (разлив рек, ледостав, ледоход, распутица и др.) отсутствует транспортное сообщение в течение определенного периода времени и с которыми круглогодично отсутствует возможность осуществлять транспортное сообщение не менее чем 3 раза в неделю в связи с неразвитой транспортной инфраструктурой (круглогодичная труднодоступность населенных пунктов).

ЕСЛИ В НАСЕЛЕННОМ ПУНКТЕ ОТСУТСТВУЕТ ПОЧТОВОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

Подготовьте письменное обращение к главе администрации.

Лучше, если обращение будет коллективным и подписи поставят большинство жителей.

В обращении сошлитесь на положения Федерального закона №176-ФЗ и Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020 года №1429 и потребуйте организовать в населенном пункте почтовое отделение.

Также с жалобой граждане вправе обратиться в прокуратуру. На ответ госоргану дается 30 дней.

ЕСЛИ ОТДЕЛЕНИЕ ЕСТЬ, НО РАБОТАЕТ С ПЕРЕБОЯМИ

Обращение/жалобу по качеству оказания услуг в отделении почтовой связи можно направить по почте в филиал управления «Почты России» в вашем регионе, подать лично, через официальный сайт «Почты России» или мобильное приложение.

Полномочия органов государственной власти и субъектов Российской Федерации в области почтовой связи закреплены ст. 6, 7 Федерального закона №176-ФЗ.

За нарушения законодательства в области почтовой связи предусмотрена ответственность согласно ст. 33–34 того же закона.

К примеру, нарушение оператором почтовой связи сроков и/или порядка доставки адресату судебных извещений, несвоевременное сообщение суду о доставке/вручении или невозможности доставки/вручения судебного извещения влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от 500 до 1000 рублей; на юридических лиц – от 5000 до 10 000 рублей.

Наталья ФИЛАТОВА

МЫ ЗА ТЕХ, КТО ТРУДИТСЯ.



Сергей МИРОНОВ

Председатель партии «Справедливая Россия – За правду»
Инициатор создания Центров защиты прав граждан

Наши Центры помогают сохранить доходы и работу, добиться льгот и выплат, обеспечить гарантированные Конституцией права. Девиз Центров – «В трудное время рядом с тобой!». Обращайтесь в наши приемные с вопросами и за советом, читайте полезные инструкции и помните: мы готовы прийти на помощь!



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

После того как против России была развязана финансово-экономическая война, Центры защиты прав граждан сосредоточили деятельность на оказании помощи тем, кто столкнулся с последствиями экономических санкций.

По поручению инициатора создания Центров Сергея Михайловича Миронова наши специалисты консультируют тех, кто оказался под риском увольнения, столкнулся с грабительскими ценами на прилавках, дефицитом жизненно важных лекарств или произволом чиновников, которые отказывают в мерах социальной поддержки.



Андрей КУЗНЕЦОВ

Руководитель проекта сети Центров защиты прав граждан
Депутат Государственной Думы РФ

На сайте справедливо-центр.рф создан специальный раздел «АНТИСАНКЦИИ». Здесь аккумулируется вся актуальная информация по изменениям в трудовом, пенсионном, налоговом и социальном законодательстве. Нашими юристами подготовлены полезные инструкции и образцы заявлений в органы власти.

Проект «Антисанкции» будет работать до тех пор, пока существуют риски по ущемлению гражданских прав. Но это не значит, что мы отложили в долгий ящик наши постоянно действующие программы и проекты по защите прав пенсионеров, потребителей, пациентов, семей с детьми, заемщиков или дачников. Я хочу напомнить вам, какие проекты разработаны Центрами. И как с нашей помощью можно отстоять свои права.

Обратиться с проблемой можно лично, в ближайший региональный Центр. Узнать адрес и часы приема ближайшего Центра можно по номеру горячей линии: 8-800-755-55-77.

Также обратиться в Центр можно дистанционно, оставив заявку на консультацию на сайте справедливо-центр.рф.

Обращаю ваше внимание: все звонки и консультации, обучающие семинары и онлайн-курсы по правовой самообороне, мы проводим абсолютно бесплатно.

ПРОЕКТЫ ЦЕНТРОВ ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ И ЖИЛИЩНЫХ АКТИВИСТОВ

Программа «ВЗЯТЬ СВОЙ ДОМ ПОД КОНТРОЛЬ»

разработана в помощь жилищным активам домов



Программа поможет:

- Организовать и провести общее собрание собственников
- Создать Совет дома, который защитит интересы жильцов
- Заработать на аренде и рекламе, размещенных в доме организаций
- Отремонтировать двор за счет государства
- Защитить земельный участок от точечной застройки
- Открыть спецсчет на капремонт своего дома

Проект «СОВЕТЫ МКД МИКРОРАЙОНА»

поможет председателям Советов МКД организовать правовое самоуправление и общественный контроль в ЖКХ



Проект поможет:

- Оспорить тарифную и ценовую политику муниципальных властей
- Заставить управляющие и ресурсоснабжающие организации выполнять свои обязанности по обслуживанию жилфонда
- Влиять на принятие социальных законов и постановлений в регионе
- Обязать чиновников строить объекты социальной инфраструктуры и ремонтировать дороги

Благодаря участию в программе «Взять свой дом под контроль», проектах «Проверь платежку!» и «Мусорная реформа» жители добились перерасчетов и экономии на оплате жилищно-коммунальных услуг на общую сумму **39 млрд 619 млн рублей.**

Проект «ПРОВЕРЬ ПЛАТЕЖКУ!»

поможет жителю разобраться в начислениях за жилищно-коммунальные услуги



Проект поможет:

- Проверить обоснованность начислений в коммунальной платежке
- Исключить поборы и переплату за ЖКУ
- Получить перерасчет за ненадлежащее оказание услуг УК и поставщиками коммунальных ресурсов

Программа «БЕСПЛАТНОЕ И ДОСТУПНОЕ ЖИЛЬЕ»

поможет получить квартиру льготникам и переселенцам из аварийного жилфонда



Программа поможет:

- Признать дом аварийным
- Получить бесплатное жилье детям-сиротам
- Применить санкции к муниципалитетам, не исполняющим сроки предоставления социального жилья льготникам

Благодаря работе программы «Бесплатное и доступное жилье» **11 тысяч** россиян получили новые квартиры или оформили жилье внаем суммарно на **1 млрд 422 млн рублей.**

ЗА ТЕХ, КОМУ ТРУДНО!

ДЛЯ ЛЬГОТНИКОВ

Проект «УЗНАЙ О СВОИХ ЛЬГОТАХ»

поможет проверить и получить меры социальной поддержки, предусмотренные региональным и федеральным законодательством



Проект поможет:

- Узнать о выплатах для семей с детьми
- Заключить социальный контракт с государством
- Оформить ипотеку с господдержкой
- Стать участником программы социальной газификации
- Оформить гараж в собственность по «гаражной амнистии»

Благодаря проекту «Узнай о своих льготах» Центры помогли назначить и восстановить льготы гражданам суммарно на **776 млн 375 тысяч рублей**.

ДЛЯ РАБОТНИКОВ

Проект «СОХРАНИТЬ РАБОТУ И ЗАРПЛАТУ»

разработан для защиты трудовых прав граждан



Проект поможет:

- Добиться выплаты долгов по заработной плате
- Заставить работодателя выплатить все компенсации при увольнении по собственному желанию
- Оспорить незаконное увольнение
- Защитить доходы в случае простоя или ликвидации предприятия
- Оформить повышенное пособие по безработице

Благодаря проекту «Сохранить работу и зарплату» работники предприятий и организаций добились выплаты долгов по зарплате суммарно на **1 млрд 606 млн рублей**.

ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ И ПРЕДПЕНСИОНЕРОВ

Проект «ПРОВЕРЬ ПЕНСИЮ!»

защищает пенсионеров от ошибок Пенсионного фонда при назначении пенсии



Проект поможет:

- Проверить размер начисленной пенсии, если она маленькая
- Оформить досрочную пенсию, если Пенсионный фонд отказывает в ее назначении
- Найти утерянный спецстаж и увеличить размер пенсии
- Получить положенные льготы от государства

Проект «ПРАВА И ЛЬГОТЫ ПРЕДПЕНСИОНЕРА»

защищает права предпенсионеров



Проект поможет:

- Защитить предпенсионера от увольнения
- Добиться для предпенсионера повышенного пособия по безработице или досрочного выхода на пенсию
- Узнать о размере будущей пенсии, накоплениях, перерасчетах и доплатах

Благодаря эффективности проектов по защите прав пенсионеров и предпенсионеров Пенсионный фонд России доначислил **16 тысячам пенсионеров** суммарно **6 млрд 109 млн рублей**.

ДЛЯ ДАЧНИКОВ И ТЕХ, КТО ПЕРЕЕХАЛ ЗА ГОРОД

Проект «ДАЧНАЯ ЖИЗНЬ ПО НОВЫМ ПРАВИЛАМ»

для тех, у кого есть дача или дом за городом



Проект поможет:

- Оформить дом и участок по «дачной амнистии» в СНТ и на землях ИЖС
- Уточнить размеры налогов и получить льготы и прописки
- Узнать о новых правилах строительства домов

ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ТОВАРОВ И УСЛУГ

Проект «БЕРЕЖЕМ КОШЕЛЕК»

защищает права налогоплательщиков и пациентов, заемщиков и покупателей товаров и услуг



Проект поможет:

- Узнать, сколько денег защищено от списания со счета должника
- Отказаться от навязанной банковской страховки при получении кредита
- Вернуть товар в магазин, если выявлен заводской дефект
- Куда жаловаться на навязанные платные медуслуги
- Что делать, если в аптеке нет лекарств по льготным рецептам

Благодаря проекту «Бережем кошелек» Центры помогли дольщикам и пациентам, налогоплательщикам и покупателям – **265 тысячам граждан** – вернуть и (или) сэкономить **14 млрд 776 млн рублей**.

Проект «КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ ОТ МОШЕННИКОВ»

поможет уберечься от телефонных мошенников и нечистых на руку торговцев товарами и услугами



Проект поможет:

- Защитить от несанкционированных списаний банковскую карту, счет или онлайн-кошелек
- Распознать опасные фишинговые программы и вирусные электронные письма
- Расторгнуть кабальный кредитный договор с продавцом навязанного товара или услуги

Благодаря проекту «Как защитить себя и близких от мошенников» Центры помогли избавиться от кабальных кредитов **173 тысячам граждан**, сэкономив на навязанных услугах **1 млрд 84 млн рублей**.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ В ПОМОЩЬ ГРАЖДАНАМ



Сайт справедливо-центр.рф с библиотекой полезных инструкций и хроникой побед по правозащите.



«Справедливое радио» на сайте домовой-совет.рф – с новостными проектами и просветительскими программами по защите прав потребителя, пациента, дольщика, заемщика, пенсионера или труженика.



Канал «Центр справедливости» в «Яндекс.Дзен»



Газета «Домовой совет» рассказывает о новостях законодательства простым языком и публикует полезные инструктажи на основе самых ярких побед Центров. Интернет-версия газеты доступна на сайте домовой-совет.рф.



YouTube-канал «Центр справедливости» – с видеуроками по защите прав и примерами побед над нарушителями закона.



Страница Центров в «Одноклассниках»



Страница Центров во «ВКонтакте»

Преимущества СОЦИАЛЬНОГО КОНТРАКТА

Иркутянин получил 250 000 рублей от государства на открытие бизнеса

Вадим МАЛИНОВСКИЙ – предпенсионер. Два года назад он перебрался из Якутска в Иркутск, но найти работу за это время так и не смог. Мужчина – прекрасный специалист с большим опытом по ремонту мебели и автомобильных салонов: может починить сиденья, выполнить полную перетяжку обивки. Но на собеседованиях работодатели отдавали предпочтение более молодым специалистам. В Центр защиты прав граждан Вадим пришел за советом. Специалисты Центра порекомендовали Малиновскому обратиться в соцзащиту по месту жительства за социальным контрактом.



Как безвозмездно получить деньги на запуск своего дела, рассказали в Центре защиты прав граждан.

« Соцконтракт – это вид государственной помощи людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Государство выделяет до 250 000 рублей, тратить которые можно на определенные цели. Например, открыть бизнес, получить образование или найти работу. Чтобы получить такую форму господдержки, гражданин должен быть признан малоимущим. Мы помогли Малиновскому подготовить и подать пакет документов, – разъяснила руководитель регионального Центра Татьяна Токарева.

Мужчина составил бизнес-план по созданию автоателье «УютАвто», его одобрили и заключили соцконтракт на 250 000 рублей. Малиновский уже подобрал помещение под мастерскую и оформился в статусе самозанятого.

ЧТО ТАКОЕ СОЦИАЛЬНЫЙ КОНТРАКТ

Социальный контракт – это вид государственной помощи малоимущим гражданам. Конкретные условия заключения контракта, необходимые документы, виды и перечень мер соцподдержки утверждают субъекты РФ. Но задача везде одинаковая: государство помогает человеку выйти на регулярный доход.

Максимальная сумма, которую можно получить по соцконтракту, зависит от его вида:

■ до 30 000 рублей на переобучение.

Помимо возможности получения денег на переобучение или собственное дело те, кто встанет на биржу труда в качестве безработного, могут получить двойное пособие по безработице: от Центра занятости и от соцзащиты по соцконтракту. При этом человек обязуется устроиться на работу в течение определенного времени. Когда безработный стоит на учете без контракта, такого обязательства нет. В это же время можно выучиться на новую профессию.

■ до 100 000 рублей на ведение подсобного хозяйства.

На эти деньги можно купить семена, инструменты. Важно, чтобы начатое дело в дальнейшем приносило постоянный доход от продажи сельхозпродукции.

■ 250 000 рублей на открытие бизнеса.

Деньги можно потратить на оборудование, расходные материалы и на аренду. Ограничений по видам деятельности нет.

Также в рамках программы социальной адаптации может быть предоставлена и натуральная помощь, если того требует материально-бытовое положение семьи (гражданина). Это могут быть продукты, одежда, уголь и дрова для отопления, лекарства и другое.

КТО МОЖЕТ ПРЕТЕНДОВАТЬ НА СОЦКОНТРАКТ

Главное условие – невысокий доход, ниже прожиточного минимума.

На заключение социального контракта могут рассчитывать:

- малоимущие семьи;
- малоимущие одиноко проживающие граждане (заработок которых ниже регионального прожиточного минимума);
- семьи с инвалидами или пенсионерами на иждивении;
- иные малообеспеченные лица, которые имеют среднедушевой доход менее прожиточного минимума по субъекту РФ по не зависящим от них причинам.

С марта 2022 года возможностей получить деньги или услуги от государства стало больше.

Теперь при расчете среднедушевого дохода не учитывают доход членов семьи, которые:

- потеряли работу с 1 марта 2022 года;
- признаны безработными на день подачи заявления о заключении соцконтракта.

То есть теперь не будут брать в расчет:

- выплаты зарплаты;
- средний заработок, который сохраняется при сокращении;
- выходное пособие при увольнении.

Смягчение требований к доходам касается не всех претендентов, а только тех, кто заключает контракт для:

- поиска работы;
- учебы;
- развития своего дела (в том числе ведения подсобного хозяйства).

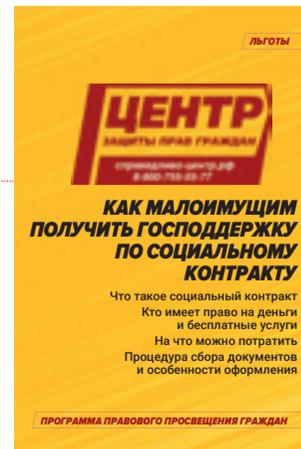
Требования к претендентам на соцконтракт для других целей не изменились.

В ряде случаев соцконтракт могут расторгнуть, а деньги попросить вернуть.

Причины досрочного расторжения социального контракта:

- невыполнение положений контракта без уважительной причины;
- изменение семейного материального положения (когда семья или гражданин перестают быть малоимущими);
- переезд в другую местность или снятие с учета по месту прописки;
- изменение состава семьи.

Кто имеет право на деньги
На что можно потратить
Особенности процедуры оформления –
в инструкции
на справедливо-центр.рф
в разделе ЛЬГОТЫ



Наталья ФИЛАТОВА

Адреса приемных ЦЕНТРОВ ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН

В регионах страны

- **АБАКАН**
ул. Щетинкина, д. 69, телефон 8(3902) 29-78-76.
- **АРХАНГЕЛЬСК**
ул. Карла Либкнехта, д. 18, корп. 2,
телефон 8(8182) 63-90-86.
- **АСТРАХАНЬ**
ул. Советская, д. 8, телефон 8(8512) 28-89-04.
- **БАРНАУЛ**
ул. Дёповская, д. 7, каб. 116,
телефон 8(3852) 29-90-99.
- **БЕЛГОРОД**
ул. Попова, д. 34, оф. 19,
телефон 8(4722) 40-24-97.
- **БЛАГОВЕЩЕНСК**
ул. Лазо, д. 2, оф. 102, телефон 8(4162) 20-98-80.
- **БРЯНСК**
ул. Ульянова, д. 58Б, телефон 8(4832) 59-03-64.
- **ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД**
ул. Бояна, д. 9, телефон 8(8162) 28-01-59.
- **ВЛАДИВОСТОК**
ул. Семеновская, д. 7Б,
телефон 8(423) 249-23-03.
- **ВЛАДИМИР**
ул. Гагарина, д. 18, оф. 106,
телефон 8(4922) 22-22-40.
- **ВОЛГОГРАД**
пр-т Ленина, д. 4, оф. 16,
телефон 8(8442) 78-01-65.
- **ВОРОНЕЖ**
ул. Березовая Роща, д. 36А,
телефон 8(473) 204-52-31.
- **ЕКАТЕРИНБУРГ**
ул. Красноармейская, д. 89А,
телефон 8(343) 318-27-94.
- **ИВАНОВО**
ул. Жиделёва, д. 21, оф. 123,
телефон 8(4932) 77-34-56.
- **ИЖЕВСК**
ул. Горького, д. 151,
телефон 8(3412) 26-04-02.
- **ИРКУТСК**
ул. Сухе-Батора, д. 18, каб. 246,
телефон 8(3952) 79-97-80.
- **ЙОШКАР-ОЛА**
ул. Эшкинина, д. 23а, телефон 8(8362) 34-72-80.
- **КАЗАНЬ**
ул. Марсея Салимжанова, д. 12,
телефон 8(843) 206-01-98.
- **КАЛИНИНГРАД**
ул. Космонавта Леонова, д. 69,
телефон 8(4012) 72-03-35.
- **КАЛУГА**
ул. Тульская, д. 34/2, телефон 8(4842) 92-24-78.
- **КЕМЕРОВО**
пр. Советский, д. 56, оф. 303,
телефон 8(3842) 65-02-03.
- **КИРОВ**
ул. Октябрьский пр-т, д. 125, оф. 306,
телефон 8(8332) 68-02-23.
- **КОСТРОМА**
ул. Советская, д. 97, телефон 8(4942) 46-13-00.
- **КРАСНОДАР**
ул. Мира 28, каб. 19,
телефон 8(861) 203-37-84.
- **КРАСНОЯРСК**
ул. Парижской Коммуны, д. 15,
телефон 8(391) 204-64-30.
- **КУРГАН**
ул. Бурова-Петрова, д. 77, телефон 8(3522) 65-77-38.
- **ЛИПЕЦК**
ул. Пушкина, д. 4, телефон 8(4742) 52-26-10.
- **МАХАЧКАЛА**
ул. Батырая, д. 11, телефон 8(8722) 52-22-10.
- **МОСКВА**
1-й Новоподмосковный пер., д. 4,
телефон 8(495) 268-14-54.
ул. Ак. Пилюгина, д. 14, корп. 2, каб. 4,
телефон 8(495) 822-11-95.
- **МУРМАНСК**
пр-т Ленина, д. 71,
телефон 8(815) 265-51-90.
- **НИЖНИЙ НОВГОРОД**
ул. Большая Покровская, д. 12,
телефон 8(831) 429-16-38.
- **НОВОСИБИРСК**
ул. Колыванская, д. 3, телефон 8(383) 227-86-43.
- **НОЯБРЬСК**
ул. Советская, д. 104.
- **ОМСК**
ул. Красный Путь, д. 11,
телефон 8(3812) 97-23-85.
- **ОРЕЛ**
ул. Сурена-Шаумяна, д. 32,
телефон 8(4862) 44-53-68.
- **ОРЕНБУРГ**
ул. Советская, д. 59,
телефон 8(3532) 37-68-44.
- **ПЕРМЬ**
ул. Тимирязева, д. 52, телефон 8(342) 205-83-41.
- **ПЕТРОПАВЛОВСК-КАМЧАТСКИЙ**
пр. Победы, д. 20, оф. 3,
телефон 8(4152) 30-18-13.
- **ПСКОВ**
ул. Вокзальная, д. 40, телефон 8(8112) 29-60-50.
- **РОСТОВ-НА-ДОНУ**
ул. Социалистическая, д. 74, оф. 501,
телефон 8(863) 303-61-66.
- **РЯЗАНЬ**
ул. Вознесенская, д. 50а, телефон 8(4912) 46-61-53.
- **САМАРА**
ул. Никитинская, д. 96, телефон 8(846)206-04-42.
- **САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**
ул. Серпуховская, д. 20, телефон 8(812) 309-72-67.
Поликарпова д. 4, телефон 8(921) 986-44-12.
- **САРАНСК**
пр-т Ленина, д. 12, корп. 2, телефон 8(8342) 22-33-30.
- **САРАТОВ**
ул. Дачная 3-я, стр. 1, оф. 12, телефон 8(8452) 42-63-09.
- **СЕВАСТОПОЛЬ**
ул. Льва Толстого, д. 22, телефон 8(8692) 22-31-17.
- **СИМФЕРОПОЛЬ**
ул. Горького, д. 24, телефон 8(3652) 77-78-50.
- **СМОЛЕНСК**
ул. Пржевальского, д. 2, телефон 8(4812) 29-42-81.
- **СТАВРОПОЛЬ**
ул. Пушкина, д. 30, телефон 8(8652) 20-65-53.
- **СУРГУТ**
пр-т. Пролетарский, д. 11/1, телефон 8(3462) 75-82-90.
- **СЫКТЫВКАР**
ул. Коммунистическая, д. 46/4, телефон 8(8212) 23-92-80.
- **ТАМБОВ**
ул. Базарная, д. 126, телефон 8(4752) 42-72-70.
- **ТВЕРЬ**
ул. Вагжанова, д. 7, каб. 503, телефон 8(4822) 63-31-52.
- **ТОМСК**
ул. Гагарина, д. 3, стр. 2, телефон 8(3822) 98-41-65.
- **ТУЛА**
ул. Менделеевская, д. 2/8, телефон 8(4872) 74-02-60.
- **УЛЬЯНОВСК**
ул. Льва Толстого, дом 38/16 пом. 58,
телефон 8(842)224-23-92.
- **УФА**
ул. Гоголя, д. 36, телефон 8(347) 229-40-08.
- **ЧЕБОКСАРЫ**
ул. Карла Маркса, д. 52, корпус 30, офис 306, 3 этаж.
- **ЧЕЛЯБИНСК**
пр-т Ленина, д. 83, оф. 310 Б, телефон 8(351) 202-02-19.
- **ЧИТА**
ул. Новобульварная, д. 42Б, телефон 8(3022) 28-41-20.
- **ЭЛИСТА**
ул. Ленина 247, 2 эт. оф. 6, телефон 8(847)224-06-08.
- **ЮЖНО-САХАЛИНСК**
пр-т Мира, д. 88, телефон 8(4242) 49-06-88.
- **ЯРОСЛАВЛЬ**
ул. Угличская, д. 10, оф. 15,
телефон 8(4852) 69-53-96.

* Порядок приема граждан уточняйте в региональном Центре по указанным номерам телефонов.



YouTube-канал
«Центр справедливости»



Телефон горячей линии
8 800 755 55 77



Справедливое радио
на сайте домовой-совет.рф
Сайт Фонда «Центр защиты
прав граждан» справедливо-центр.рф

ДОЛОЙ АВИТАМИНОЗ!

МАЙ ПРИШЕЛ, А ВИТАМИНЫ НА ГРЯДКЕ ЕЩЕ НЕ ВЫРОСЛИ. ЧТО ДЕЛАТЬ? ПОПРОБУЕМ ВОСПОЛНИТЬ НЕДОСТАТОК, ИСПОЛЬЗУЯ ПРИВЫЧНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ.

Витамин В1 (тиамин). При его недостатке повышается умственная утомляемость, мышечная слабость, нарушаются процессы роста организма, обмена веществ, работы сердца, проявляются невроты, неврастения, возникают отеки ног.



Больше всего тиамина содержит свиное мясо, субпродукты, желток яичный. Тиамин содержится в некоторых крупах. На первом месте – бобовые: горох, фасоль, чечевица. Отруби (оболочка семян хлебных злаков) являются также отличным источником витамина В1.

Овощи, кстати, им бедны. Исключение – картофель, шпинат, капуста брюссельская, лук-порей.

Витамин В2 (рибофлавин). При недостатке этого витамина наблюдается расстройство нервной системы, усиленно выпадают волосы, медленнее выводятся из организма канцерогенные вещества, проявляется повышенная утомляемость глаз.



Больше всего содержат рибофлавин капуста, морковь, лук репчатый и батун, чеснок, перец, фасоль, горох и ремень.

Витамин В3 (пантотеновая кислота). При недостатке этого витамина наступает преждевременное поседение волос, чаще возникают заболевания сердца и желудка, воспаляется кожа.



Для пополнения организма пантотеновой кислотой необходимо больше употреблять капусты, редьки, моркови, картофеля.

Витамин В6 (пиридоксин) повышает устойчивость организма к воздействию радиоактивных элементов. Его недостаток вызывает расстройство нервной системы, сонливость или беспокойство, у детей появляются судороги, при длительном недостатке витамина возникают желудочные заболевания, воспаления кожи и глаз.

Пополнять организм этим витамином возможно за счет употребления капусты, моркови, лука репчатого, свеклы, сельдерея, овощного гороха, картофеля, орехов.



Витамин В9 (фолиевая кислота). Недостаток этого витамина приводит к малокровию или белокровию, преждевременно седеют волосы, усиливается рост злокачественных образований.



Больше всего фолиевой кислоты содержится в арбузах, капусте, моркови, картофеле, овощном горохе, салатах, зеленом луке, землянике, малине, вишне, яблоках.

Витамин В12 (кобаламин). Чаще всего при недостатке этого витамина наблюдается возникновение злокачественного малокровия, заболевание печени, поджелудочной железы, нервное расстройство, уменьшается устойчивость организма к лучевой болезни.

Источником этого витамина могут служить в первую очередь морковь, сыр, молоко, рыба, мясо, печень, морская капуста.

Витамин В15 (пангамовая кислота) содержится в печени животных и дрожжах и предупреждает склероз сосудов, цирроз, гепатиты. При недостатке этого витамина усиливаются боли от полиартрита и суставного ревматизма, возможно усиление психических расстройств. Это витамин растительного происхождения, он содержится в злаках, в ядрах плодов с косточками, в орехах, коричневом рисе и рисовых отрубях, во фруктах (дыня, арбуз, тыква), в миндале, кунжуте, семенах подсолнечника, в цельных зернах, в косточках абрикосов и в пивных дрожжах.

Витамин D (кальциферол) регулирует кальциевый и фосфорный обмен организма. При его недостатке замедляется рост у детей, проявляются признаки рахита, у взрослых отмечается хрупкость костей, разрушаются зубы, интенсивно выпадают волосы.



Для пополнения запасов этого витамина необходимо больше употреблять капусты, моркови, чеснока, шляпочных грибов.

Витамин E (токоферол). При E-витаминной недостаточности возможны изменения со стороны щитовидной железы, печени. Относится к жирорастворимым витаминам.



Его больше всего в моркови, петрушке, свекле, сельдерее, луке репчатом, салате, чесноке, а также в растительном масле, ягодах облепихи, миндале, фундуке, семенах тыквы, шиповнике, рябине.

Витамин H (биотин). При недостатке проявляется сухость, чешуйчатость кожи, облысение, слабость мышц, сонливость; оболочки рта и губ приобретают бледно-пепельную окраску.



Не довести до такого состояния организм возможно при регулярном употреблении моркови и капусты.

Витамин K1 (филлохинон). При недостаточности филлохинона наблюдается снижение содержания в крови протромбина, что проявляется кровоточивостью тканей.



Витамины этой группы растворимы в жирах и способствуют повышению свертываемости крови. Большое количество витамина K находится в шпинате, капусте, тыкве, томатах, петрушке, сельдерее, зеленом луке, картофеле, облепихе, шиповнике, черной смородине, рябине.

Витамин P (P-активные полифенолы). Основной эффект заключается в уменьшении проницаемости и ломкости капилляров.

Витамины этой группы содержатся в цитрусовых, плодах шиповника, ягодах черноплодной рябины, зеленых листьях чая. Ими также богаты свекла, томаты, укроп и картофель.

Витамин PP (никотиновая кислота, никотинамид). При его дефиците развивается пеллагра (шершавая кожа). Кроме того, отмечается воспаление языка (глоссит) и гастрит.



Источником витамина служат капуста, морковь, свекла, петрушка, сельдерея, пастернак, лук репчатый, чеснок, горох, томаты, картофель, укроп, салат, грибы.

К витаминоподобным веществам может быть отнесен также **витамин U**, растворимый в воде. Обладает противоязвенным действием. В значительных количествах содержится в спарже, свежих томатах, капусте, сельдерее.

Печем ХЛЕБ по особым рецептам

Дачный сезон открыт. Садоводы и огородники спешат навести порядок на участках. Ситуации могут случиться разные – взяли с собой хлеба меньше, чем рассчитывали. Или гости нагрязнули. В хлебнице только крошки, а до магазина далеко или уже закрыт. На помощь придут наши рецепты.

Хлеб на сковородке

Ингредиенты:

Молоко или вода – 1 стакан, дрожжи сырые – 20–30 г, мука – 3,5–4 стакана, масло растительное – 4 ст. ложки, сахар – 1–2 ч. ложки, соль – 1/4 ч. ложки.

Приготовление:

Разведите в теплом молоке дрожжи и сахар, добавьте муку, соль. Смажьте руки растительным маслом, чтобы тесто не прилипло, и месите до тех пор, пока оно не станет гладким и будет отлипать от стенок миски. Накройте плотной салфеткой и оставьте в теплом месте без сквозняков подняться вдвое. Затем раскатайте из теста шарики, накройте салфеткой и оставьте еще раз подняться. Раскатайте колобки в лепешки толщиной 5–7 мм и оставьте на столе под салфеткой. Когда они удвоятся в толщину, выпекайте на сухой горячей сковороде без крышки на небольшом огне. Как только корочка снизу подрумянится, переверните, накройте крышкой и допеките. Крышка должна быть с отверстием для вывода пара, иначе получится не хлеб, а клеклая лепешка.



Хлеб с пшеном

Ингредиенты:

Пшено – 200 г, мука – 1 кг, дрожжи – 30 г, соль – 2–3 ч. ложки, мед – 2 ч. ложки, молоко – 125 мл.

Приготовление:

Отварите пшено в 800 мл воды примерно 40 минут и слегка охладите. Дрожжи и мед растворите в теплом молоке и дайте им настояться 15 минут.

Просейте муку, добавьте соль, молоко с дрожжами, остывшую кашу, смажьте руки растительным маслом и замесите тесто. Оно должно получиться мягким, слегка липнущим к бортикам посуды.

Накройте и поставьте тесто в теплое место на 1 час, чтобы оно увеличилось в объеме вдвое. Затем обомните тесто и разделите на две-три части в зависимости от размера ваших сковородок. Из каждой части сформируйте лепешку, выложите в смазанную растительным маслом глубокую сковородку с толстым дном, накройте полотенцем и оставьте на 30 минут.

Затем поставьте сковородку на небольшой огонь, накройте крышкой с отверстием и жарьте хлеб по 15 минут с каждой стороны.



Лепешки из манки

Ингредиенты:

Крупа манная – 500 г, дрожжи сухие – 10 г, сахар – 2 ч. ложки, соль – 1 ч. ложка, вода – 300 мл, масло растительное для смазывания рук.

Приготовление:

Замесите тесто из манки, соли, сахара, воды и дрожжей. Накройте полотенцем и поставьте в теплое место на 30–40 минут. После того как тесто поднимется, выложите его на стол или большую доску, смазанную маслом руками еще раз слегка вымесите и разделите на 4 части. Из каждого куса раскатайте лепешку. Выпекайте на разогретой сухой сковороде на среднем огне под крышкой примерно по 3 минуты с каждой стороны.



Хлеб на огуречном рассоле

Ингредиенты:

Огуречный рассол – 0,5 л, мука – 1 кг, дрожжи свежие – 30 г, сахарный песок – 1 ст. ложка, отруби – 2 ст. ложки.

Приготовление:

В небольшом количестве теплой воды растворите сахар и распустите дрожжи. На огуречном рассоле из муки замесите тесто, добавив в него распущенные дрожжи и две столовые ложки отрубей. Тесто должно быть не очень крутым.

Накрыв чистой тканью, выдержите тесто в теплом месте (при комнатной температуре), дайте ему подняться. После того как тесто поднимется, хорошо вымесите его и сформируйте несколько штук круглого хлеба.

Уложите их на чистую ткань, дайте им подняться и затем выпекайте в духовке при температуре 180–200 градусов. Вынутый из духовки готовый хлеб смочите слегка сверху водой, проводя по нему мокрой ладонью, накройте чистой тканью и выдержите до остывания.



Индийские лепешки

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 400 г, сода пищевая – 1 ч. ложка, простокваша (или сыворотка, йогурт, кефир) – 1,5 стакана, сахарный песок – 1 ст. ложка, соль – 1 ч. ложка, растительное масло для жарки.

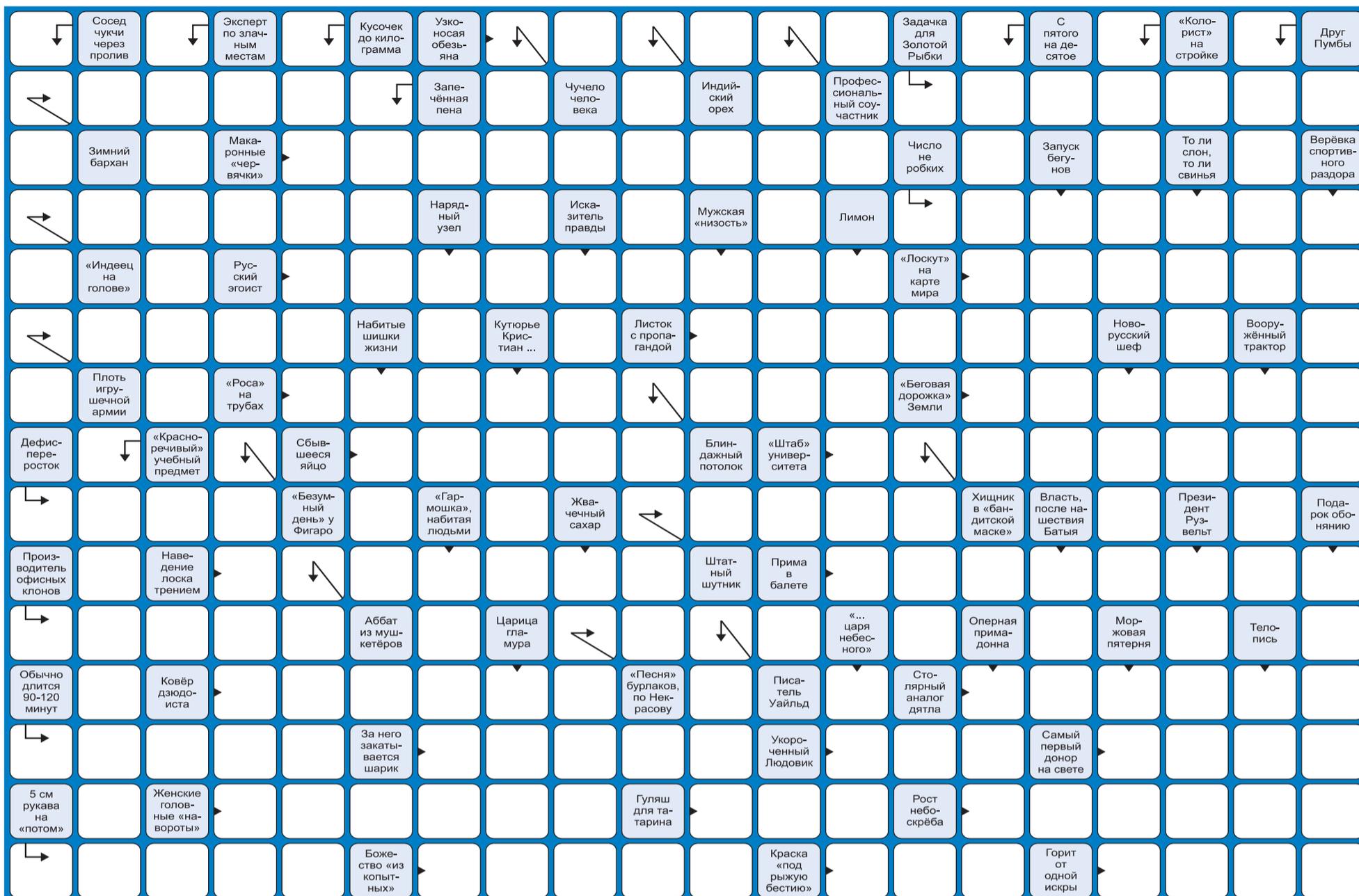
Приготовление:

Смешайте муку с сахаром, содой и солью, влейте простоквашу и замесите тесто. Оно должно получиться средней густоты, мягкое. Смочите руки растительным маслом и снова тщательно вымесите. Разделите тесто на небольшие куски и скатайте



шары по 5–6 см в диаметре. Посыпьте стол мукой и раскатайте шарики в лепешки по 15 см в диаметре. По желанию в тесто можно вкатать какие угодно по вкусу травы и приправы. Даже кусочки дробленого ореха, семечки или кунжут. Налейте на сковороду столько масла, чтобы лепешка могла в нем полностью утонуть, и разогрейте. Утопите лепешку в масле и жарьте по 1–2 минуты с каждой стороны. Готовые лепешки промокните салфеткой и подавайте к столу.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Макака, Сурьоб, Желание, Вермишель, Ирокез, Десяток, Себялюбец, Страна, Оливо, Агитка, Конденсат, Орбита, Птица, Ректорат, Типе, Клоун, Натирка, Солистка, Копир, Стон, Татами, Долого, Фильм, Ролик, Луи, Адам, Бигуди, Азу, Высота, Запас, Сатир, Хна, Трут.
ПО ВЕРТИКАЛИ: Эскимос, Агроном, Довесок, Мумия, Кешью, Колпача, Перескок, Малар, Тимон, Базе, Старт, Тапир, Канат, Бант, Лжец, Бас, Цитрус, Опыт, Дюр, Накат, Босс, Танк, Риторика, Женьба, Енот, Арамис, Икарус, Ксилит, Ито, Теодор, Аромат, Оскар, Мода, Олух, Дива, Ласт, Тату.



Ответы на сканворд – на стр. 15

ЭКСПЕРТИЗА «ДОМОВОГО»

ЧИСТИМ ВЫТЯЖКУ ПИЩЕВОЙ СОДОЙ

В связи с западными санкциями привычная бытовая химия исчезла с магазинных полок или внушительно подорожала. Между тем это не приговор для кухонной утвари и техники. «Домовой» оценил «бабушкины» рецепты и убедился – это работает!

Безусловно, одно из самых проблемных мест на кухне во время уборки – это вытяжка. Обманчиво блестящая после покупки, за годы использования она накапливает жир, который обычные моющие и чистящие средства не берут. Но есть простое средство, которое позволит вернуть вашей вытяжке былую лоск. Специальный раствор из пищевой соды.

Для подготовки самодельного чистящего раствора нужно вскипятить большую кастрюлю воды. Используя чайную ложку, аккуратно насыпьте полстакана соды в кипящую воду.

После этого достаньте из вытяжки металлические фильтры и погрузите их в кипящий раствор.

Всего через несколько минут фильтры вашей вытяжки будут выглядеть как новые. Если жир слишком застарелый, повторите процедуру еще раз.

Для более тщательной прочистки вытяжных створок можете использовать щетку для чистки посуды.



? ...а лимонная кислота справится с пригоревшей сковородой

Во время готовки сожгли сковородку, отвлекшись на любимый сериал или заговорившись по телефону? Не переживайте! Очистить ее от пригара куда проще, чем кажется. Вот простой

и эффективный способ сделать это с помощью подручных средств, которые есть на кухне у каждого. Для этого вам понадобится вода, лимонная кислота и губка. В качестве альтернативы лимонной кислоты можно использовать винный камень.



Итак, залейте пригоревшую сковороду одним стаканом воды и поставьте ее томиться на медленный огонь. После насыпьте в подогретую воду ложку лимонной кислоты (или же винного камня). Перемешав получившийся раствор, дождитесь закипания, после чего снимите сковородку с плиты.

Дайте смеси немного остыть, после чего приступайте к протирке губкой. Губка может быть как мягкая, так и жесткая. А вот металлическую мочалку лучше не использовать, поскольку она может навредить антипригарному покрытию сковороды. После очистки сполосните посуду прохладной водой. При недостаточной очистке можете повторить процедуру еще раз.

Материалы на социально значимые темы подготовлены в рамках Программы повышения уровня правовой грамотности и защиты прав граждан РФ в сферах труда и социальной защиты в 2022 году.