

Пенсионный фонд

УРОК ПЕНСИОННОЙ ГРАМОТНОСТИ В КАРДЫМОВСКОЙ ШКОЛЕ

15 октября по всей России, стартовал Единый день пенсионной грамотности для старшеклассников и студентов. Мероприятие организовано с целью формирования у учащейся молодежи понимания новой пенсионной формулы и особенностей современной пенсионной системы, повышения пенсионной и социальной грамотности через донесение базовых знаний о правилах формирования будущей пенсии.



В Единый день пенсионной грамотности с учениками 11 класса Кардымовской средней школы встретились начальник Отдела пенсионного фонда РФ в Кардымовском районе Т.Н. Ярмолик и ведущий специалист-эксперт М.В. Ярчинская.

Школьникам рассказали о пенсионных правах, о том как

они формируются и от чего зависят, зачем нужна карточка СНИЛС, почему нужно заботиться о будущей пенсии смолоду, почему важно получать «белую зарплату». Особое внимание было уделено новым правилам формирования пенсионных прав граждан. Правила вступят в силу с 1 января 2015г. и в полном объ-

еме коснутся именно сегодняшней молодежи.

Для лучшего восприятия темы ребятам раздали буклеты «Все о будущей пенсии для учебы и жизни». Ежегодно к началу образовательной программы Пенсионным фондом выпускается обновленный буклет с учетом последних изменений в пенсионном законодательстве. Этот небольшой красочный буклет дает молодым людям ответы на главные вопросы: как устроена пенсионная система России, что и когда надо делать для того, чтобы обеспечить себе достойный размер будущей пенсии. Учебник содержит изложенную на доступном языке информацию о правилах пенсионного обеспечения в нашей стране, словарь основных понятий и терминов, в виде схем и рисунков представлена информация об основах обязательного пенсионного страхования. В конце учебника – занимательный тест, чтобы оценить полученные знания.

Единый день пенсионной грамотности дал старт большой информационно-разъяснительной кампании среди учащейся молодежи, которая продлится до конца текущего года.

А. ГУСЕЛЕТОВА

Ваше здоровье!

КАК ПЕРЕЖИТЬ СЕЗОН ПРОСТУДЫ И ГРИППА: 8 СОВЕТОВ

С наступлением осенних дней вероятность подхватить острые респираторные заболевания существенно возрастает. На сегодняшний день не существует гарантированной защиты от этих заболеваний. Вот несколько советов, которые помогут повысить ваши шансы остаться здоровыми в периоды эпидемий простуды или перенести их с наименьшими потерями.



1. Мойте руки

Многие вирусы могут распространяться через руки. Сначала они попадают на них, а затем вы заносите вредоносные микроорганизмы в рот или глаза. Поэтому мойте руки достаточно часто, это поможет снизить риск заражения ОРВИ.

2. Сделайте вакцинацию против гриппа

Грипп, как правило, протекает тяжелее обычной ОРВИ. Грипп может быть опасен для жизни, особенно для маленьких детей, беременных женщин и пожилых людей. Современные вакцины от гриппа при условии своевременного их введения позволяют защитить вас и ваших близких в период эпидемии гриппа.

3. Предотвратите распространение вирусов внутри семьи

Если кто-либо из членов вашей семьи заболел, то сделайте так, чтобы он не пользовался общими предметами гигиены, например не использовал общее полотенце для рук или общий стаканчик для

полоскания рта после чистки зубов. Либо временно замените эти предметы на одноразовые.

Это простые меры, которые помогут снизить риск заболевания простудой или гриппом среди остальных членов семьи.

4. Как можно раньше выявляйте заболевание

Симптомов, на основании которых можно было бы достоверно отличить обычную простуду от гриппа, нет. Внезапное повышение температуры тела, ломота в мышцах и чувство истощения – наиболее частые признаки гриппа. Также отмечаются признаки воспаления слизистой дыхательных путей, например насморк. При обычной простуде указанные симптомы выражены слабее.

5. Если вы больны, то оставайтесь дома

Если вы будете работать, несмотря на инфекционное заболевание, это вызовет более тяжелое и длительное течение заболевания. Также вы подвергаете опасности заражения вирусной инфекцией своих коллег, среди которых могут быть беременные женщины и пожилые люди. Поэтому оставайтесь дома и выздоравливайте, это лучше для вас и ваших сослуживцев.

6. Принимайте правильные медикаменты

Существует множество различных лекарственных препаратов, которые помогут облегчить течение простуды и гриппа.

Практически все из них можно приобрести без рецепта, но все-таки лучше проконсультироваться с врачом.

Если у вас нет такой возможности, то, как минимум, обращайте внимание на показания и противопоказания к применению, которые перечислены в инструкциях к медикаментам.

Также важно при использовании разных препаратов внимательно ознакомиться с их составом. Используйте препараты, действительно показанные при имеющихся у вас симптомах. Не лечите те симптомы, которых у вас нет.

Прием противовирусных препаратов, назначенных врачом, следует начать как можно раньше – не позднее чем через 48 часов от появления первых симптомов простуды или гриппа.

7. Используйте в лечении растительные средства

В борьбе с симптомами заболевания обратите внимание также и на лечебные средства из натуральных компонентов. Например, мед поможет успокоить кашель. Эхинацея и высокие дозы витамина С помогут уменьшить длительность симптомов простуды. А ягоды бузины могут облегчить течение симптомов гриппа. Также может быть полезен сибирский женьшень.

8. Употребляйте больше жидкости

Пейте жидкость – это поможет очистить пазухи носа и уменьшить заложенность носа. Вода или бульон в данном случае хороший выбор, но не алкоголь. Травяной чай также согреет дыхательные пути и поможет отхождению мокроты.

Подготовила А. ГУСЕЛЕТОВА

Итоги за 9 месяцев 2014 года по формированию накопительной части трудовой пенсии застрахованными лицами в Смоленской области



Отделение Пенсионного фонда Российской Федерации по Смоленской области подвело итоги за 9 месяцев 2014 года по переводу гражданами своих пенсионных накоплений в управляющие компании и негосударственные пенсионные фонды (НПФ). Так, за 9 месяцев текущего года территориальными органами ПФР области было принято 6802 заявления граждан, из которых 5181 заявление о переводе средств пенсионных накоплений из Пенсионного фонда РФ (ПФР) в НПФ, 963 заявления от граждан, сменивших страховщика с одного НПФ на другой НПФ, 470 заявлений от граждан, принявших решение вернуть свои средства пенсионных накоплений в ПФР и 188 заявлений о выборе инвестиционного портфеля (управляющей компании).

Общее количество заявлений, принятых за 9 месяцев 2014 года, составляет немногим более 64 процентов относительно результатов аналогичного периода 2013 года. Значительное уменьшение заявлений в первую очередь связано с изменением в 2014 году порядка выбора страховщика по обязательному пенсионному страхованию (ОПС) в части формирования пенсионных накоплений.

Страховщиком по ОПС может выступать как Пенсионный фонд Российской Федерации, так и негосударственный пенсионный фонд. Если гражданин является «молчуном» или выбирает для управления своими пенсионными накоплениями частную управляющую компанию, то страховщиком по ОПС является ПФР. Если гражданин решает перевести средства пенсионных накоплений в НПФ, то страховщиком в дальнейшем будет выбранный НПФ.

Раньше подать заявление о выборе негосударственного пенсионного фонда можно было в любом НПФ. НПФ, будучи трансфергентом Пенсионного фонда России, передавал эти данные в ПФР, и на их основании пенсионные накопления гражданина переводились в выбранный негосударственный пенсионный фонд.

В текущем году негосударственные пенсионные фонды лишены такой возможности. Сегодня подать заявление о выборе управляющей компании, о переходе в негосударственный пенсионный фонд или о переходе в Пенсионный фонд РФ из негосударственного пенсионного фонда, а также заявление об отказе от дальнейшего формирования пенсионных накоплений, можно в любой клиентской службе ПФР.

При этом надо помнить, что выбор страховщика по ОПС в 2014-2015 гг. напрямую связан с выбором варианта пенсионного обеспечения. Застрахованным лицам 1967 года рождения и моложе до конца 2015 года предоставлена возможность выбора: продолжить формирование пенсионных накоплений, либо отказаться и направить все страховые взносы, уплачиваемые работодателями, на финансирование страховой пенсии.

Более подробно ознакомиться с информацией по вопросам реализации прав застрахованных лиц, а также уточнить актуальные перечни управляющих компаний и негосударственных пенсионных фондов, можно в территориальных органах ПФР и на интернет-сайте Пенсионного фонда РФ www.pfrf.ru в разделе «О пенсионных накоплениях».

По информации отделения
Пенсионного фонда по Смоленской области

Внимание - конкурс!

Пенсионный фонд Российской Федерации объявляет о начале Всероссийского конкурса «Лучший страхователь 2014 года по обязательному пенсионному страхованию».

Участники конкурса – страхователи, уплачивающие страховые взносы на обязательное пенсионное страхование в ПФР. Лучший страхователь – это работодатель с высоким уровнем социальной ответственности, который сдает отчетность в срок, использует электронные технологии передачи данных, уплачивает страховые взносы в полном объеме, а значит реально заботится о будущих пенсиях своих работников. Итоги конкурса будут подведены в мае 2015 года.

По информации отделения
Пенсионного фонда по Смоленской области

Здравоохранение

ЕСТЬ ВОПРОСЫ ПО БЕСПЛАТНОЙ МЕДИЦИНЕ? ЗАДАВАЙТЕ!

Общественная палата Смоленской области приглашает жителей Кардымовского района на открытый разговор на тему «Конституционные гарантии граждан на бесплатную медицинскую помощь».

Планируется, что в мероприятии примут участие представители Департамента Смоленской области по здравоохранению, лечебных учреждений области и других профильных учреждений. В рамках открытого разговора можно будет задать любой интересующий вас вопрос и получить на него компетентный ответ.

Диалог состоится в Центре культуры п. Кардымово
30 октября в 12:30 час.