

Перші місяці

Ось простий перелік справ, які треба зробити в перші місяці після народження дитини. Для зручного використання завантажте чи роздрукуйте його.



Зареєструйте немовля



Відповідно до законодавства України заяву про реєстрацію народження дитини батьки зобов'язані подати невідкладно, але не пізніше одного місяця з дня народження дитини.

Оформіть допомогу при народженні дитини



Законом України «Про допомогу сім'ям з дітьми» визначений такий вид допомоги, як допомога при народженні дитини. Крім цього Закону, питання призначення та виплати допомоги при народженні дитини регулює постанова КМУ від 27.12.2001 р. № 1751 «Про затвердження Порядку призначення і виплат державної допомоги сім'ям з дітьми».

За оформленням допомоги необхідно звернутись не пізніше, ніж через 12 місяців після народження дитини.

Для призначення та подальшого отримання допомоги необхідно звернутись до органу соціального захисту населення та надати такі документи:

- паспорт або інше посвідчення особи,
- заяву одного з батьків (опікуна), з яким постійно проживає дитина. Ця заява складається у довільній формі, із зазначенням даних для реєстрації місця проживання дитини,
- свідоцтво про народження дитини (з пред'явленням оригіналу).

Також необхідно буде відкрити рахунок в одному з банків для отримання нарахованих коштів.

Розмір фінансової допомоги у 2015 році становить у загальному розмірі 41 280,00 грн. Вказана сума виплачується частинами, а саме: 10 320,00 грн – це одноразова виплата, яка виплачується одразу після призначення допомоги; решта виплачується щомісяця по 860 грн впродовж 36 місяців.

Зверніть увагу, що сума виплат не залежить від того, чи є в родині інші діти.



САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я



Відпустка для догляду за дитиною



Відповідно до частини першої статті 18 Закону України «Про відпустки» за бажанням жінки після закінчення відпустки у зв'язку з вагітністю та пологами їй надається відпустка для догляду за дитиною до досягнення нею трирічного віку. Ця відпустка може бути використана повністю або частинами також батьком дитини, бабою, дідом чи іншими родичами, які фактично доглядають за дитиною, або особою, яка усиновила чи взяла під опіку дитину, та одним із прийомних батьків (ст. 179, 181 КЗпП та частина 3 ст. 18 Закону «Про відпустки»).

Для оформлення такої відпустки мати або особа, яка фактично доглядає за дитиною, має подати письмову заяву на ім'я власника або уповноваженого ним органу та копію свідоцтва про народження дитини (для підтвердження її віку). Надання відповідної відпустки оформлюється наказом (розпорядженням) власника.

Особа, яка фактично доглядає за дитиною, може оформити таку відпустку як безпосередньо після відпустки у зв'язку з вагітністю та пологами, так і в будь-який інший час, а також має право на свій розсуд неодноразово переривати відпустку, а потім знову її оформляти. Для цього потрібно подати відповідну письмову заяву на ім'я власника, де зазначити термін, на який оформлюється відпустка. Однак в усіх випадках відпустка розпочинається з дати, зазначеної в заяві про її надання, а закінчується в день виконання дитині трьох років (якщо відпустку не буде припинено достроково). Переривання й оформлення зазначеної відпустки щоразу має здійснюватися на підставі наказу (розпорядження) власника.

Слід зазначити, що день подання заяви з проханням про переривання відпустки по догляду за дитиною і день виходу на роботу не можуть збігатися (заява повинна бути подана принаймні в день, що передує дню виходу на роботу). Дотримання цієї рекомендації дає змогу правильно звільнити працівника, прийнятого на роботу тимчасово на період перебування основного працівника у відпустці по догляду за дитиною, оскільки тимчасовий робітник підлягає звільненню в останній день напередодні виходу основного співробітника.

Така відпустка зараховується як до загального, так і до безперервного стажу роботи і до стажу роботи за спеціальністю. Час відпустки до стажу роботи, що дає право на щорічну відпустку, не зараховується.



Оформіть медичне страхування



Якщо у Вас є фінансова можливість, оформіть медичне страхування немовляти.



Відвідування педіатра і щеплення



Не забувайте регулярно відвідувати педіатра у період від 1 до 4 тижнів, від 6 до 8 тижнів, і від 6 до 8 місяців. У перший рік щеплення слід зробити на 2, 4, 6 і 12 місяцях життя.



САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Організуйте післяпологовий медичний огляд

♀ Запишіться на прийом до лікаря через 6 тижнів після пологів, щоб переконатися, що Ви не маєте проблем зі здоров'ям.

Доповнюйте раціон харчування полівітамінними та мінеральними комплексами

♀ Пам'ятайте, що організм мами, яка годує, забезпечує в першу чергу потреби маляти. Якщо в раціоні матері не вистачає для малюка якихось мікроелементів, то компенсуватися вони будуть за рахунок ресурсів материнського організму.

Навіть при великому бажанні задовольнити підвищені потреби (до 188%*) організму в вітамінах та мінералах в період лактації тільки завдяки їжі, відверто кажучи, важко.

Саме тому радимо продовжувати прийом Елевіт Пронаталь.

Займайтеся спортом

♀ Приділяйте 30 хв щодня легким фізичним вправам. Це допоможе Вам відволіктися, підніме настрій, додасть енергії та швидко поверне звичну форму.

Це можуть бути: швидка ходьба, плавання, йога, пілатес тощо.

Почніть з помірної інтенсивності і поступово збільшуйте навантаження. Не забувайте про вправи для зміцнення м'язів малого тазу та живота.

Подбайте про засоби контрацепції

♀ Якщо Ви не плануєте ще однієї вагітності, не забувайте про контрацепцію.

Обов'язково порадьтеся про це з лікарем.

Зверніть увагу на свій емоційний стан

♀ Це цілком нормально, якщо у Вас депресивний настрій в перші тижні після народження.

Якщо дратівливість та депресія не пройдуть за перші 2 тижні після пологів, обов'язково зверніться до лікаря.

*Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes (DRIs). Recommended intakes for Individuals, Food and Nutrition Board. 2002, 2004 National Academy of Science.

РП № UA/9996/01/01 від 01.08.2014, №537. Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням необхідно обов'язково проконсультуватися із лікарем і ознайомитися з інструкцією до застосування, що додається до лікарського засобу. Зберігати в місцях, недоступних для дітей. ТОВ «Байер», м. Київ, 04071, вул. Верхній Вал, 4-Б.



САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я