ОТДЕЛ ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

И ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ

ГРОДНЕНСКОГО ГОРОДСКОГО ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА

**Информационный вестник**

(материалы в помощь заместителю руководителя по идеологической работе

предприятия (учреждения)

октябрь, 2021 г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

**1. Добровольное страхование дополнительной накопительной пенсии – доступный способ повысить доход в пенсионном возрасте……3**

**2. О способах противодействия распространению коронавирусной инфекции……………………………………………………………………….15**

**1. Добровольное страхование дополнительной накопительной пенсии – доступный способ повысить доход в пенсионном возрасте**

*Материалы подготовлены*

*Академией управления при Президенте Республики Беларусь*

*на основе сведений Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь, Министерства финансов Республики Беларусь, материалов БелТА, «СБ. Беларусь сегодня»*

В основе государственной политики Республики Беларусь – всегда человек. Социальная защита и поддержка белорусов старшего поколения в любых условиях, при любых обстоятельствах – важнейший приоритет.

**«Социальное государство – это наш неизменный национальный бренд. Принцип равноправного, равномерного распределения благ до недавнего времени всецело подкреплялся запросом общества на опеку государства. Данная логика заложена в основу таких важнейших институтов, как солидарная пенсионная система, бесплатное для всех здравоохранение и образование, поддержка многодетных семей и иных категорий населения»**, – отметил Президент Республики Беларусь А.Г.Лукашенко на VI Всебелорусском народном собрании.

Усилия белорусского государства по обеспечению устойчивого роста пенсий, улучшению социальной среды постепенно меняют качество жизни пожилых граждан.

**Белорусские пенсионеры стали жить лучше**. Если в 2000-е гг.средняя пенсия по возрасту была фактически на уровне прожиточного минимума пенсионера, то сегодня превышает этот бюджет в 2,4 раза.

Пенсионеры выведены из категории малообеспеченных граждан. Доля получателей с размером пенсии ниже бюджета прожиточного минимума пенсионера с 2011 г. составляет менее1%.

За истекшее пятилетие – 2016–2020 гг. – пенсии в реальном выражении (с учетом инфляции) выросли в 1,2 раза.

**Пожилые белорусы стали жить дольше**. За период с 2001 г. по   
2019 г. ожидаемая продолжительность жизни граждан, достигших   
65-летнего возраста, увеличилась в среднем на 2,3 года и составляет 13,02лет у мужчин, 18,35 лет у женщин. Важно, что продолжительность жизни растет не только у женщин, но и у мужчин.

***Справочно.***

*За 2001-2019 гг. продолжительность жизни увеличилась:*

*–у мужчин, достигших 65 лет, – с 11,35 до 13,02 лет (рост на 1,67 года);*

*–у женщин, достигших 65 лет, – с 15,57 до 18,35 лет (рост на 2,78 года);*

*–у обоих полов в данном возрасте – с 13,90 до 16,20 лет (рост на   
2,3 года).*

**Меняются сами взгляды на потребности и образ жизни в пожилом возрасте**. Сегодня при выходе на пенсию белорусы хотят не только уделять внимание родным и близким, но и сохранять активный стиль жизни: путешествовать, заниматься хобби, осваивать новые знания, использовать современные средства коммуникации.

Чтобы реализовать все желаемое, только государственной пенсии уже недостаточно. **Нужно подключать дополнительные источники пенсионного дохода.** Не дожидаясь пенсионного возраста каждый может определиться с собственной стратегией жизни– социально ответственной, ориентированной на будущее.

Государство гарантирует трудовую (солидарную) пенсию по возрасту. Именно эта пенсия выступает основным источником дохода пожилых граждан.

***Справочно.***

*Размер пенсии исчисляется с учетом стажа и заработка работника до обращения за ней. С учетом перерасчета пенсий с 1 сентября 2021 г.средняя пенсия по возрасту составляет 545 рублей.*

При этом **можно самостоятельно повлиять** на размер своего дохода в старости. С учетом возраста человека в республике **предусмотрены и действуют разные механизмы**.

Работникам, которые уже достигли пенсионного возраста, адресован **механизм отложенной пенсии**.

Как это работает. Если работник продолжает работать после назначения пенсии по возрасту, он может отказаться от ее получения. В этом случае после увольнения к пенсии будет выплачиваться **дополнительная премия**. Размер премии **прогрессивно** увеличивается в зависимости от числа полных лет или месяцев такой работы. То есть, чем дольше период работы без пенсии, тем выше и премия. За пять лет работы без получения пенсии можно увеличить ее размер в 1,7–1,8 раза.

***Вниманию выступающих:*** *подробная информация об отложенном выходе на пенсию доступна на сайте Министерства труда и социальной защиты https://mintrud.gov.by/system/extensions/spaw/uploads/flash\_files/Otlozhennyj-vyxod-na-pensiju.pdf.*

**Более молодым работникам** адресованы программы **добровольного пенсионного страхования.**

Как это работает. Работодатель или сам работник заключают договор со страховой организацией и начинают уплачивать дополнительные взносы. При достижении работником пенсионного возраста из накопленных взносов и доходов от их инвестирования выплачивается дополнительная пенсия. Если человек принял решение получать страховое обеспечение не разово (единовременно), а в течение определенного периода, то есть в виде дополнительной пенсии, то эту пенсию можно получать пожизненно или по выбору в течение 3, 5, 10 или 15 лет.

***Справочно.***

*В накопительной пенсионной программе размер периодической выплаты (пенсии) зависит не только от объема пенсионных сбережений, но и от длительности периода, в течение которого будет выплачиваться пенсия до полного исчерпания сбережений. Чем короче срок получения пенсии, тем выше ее размер. То есть, принимая решение о периоде получения дополнительной пенсии, работник одновременно принимает решение и по ее размеру.*

Такие пенсионные программы сегодня в республике предлагают две страховые организации:

–республиканское унитарное страховое предприятие «Стравита»;

– страховое общество с ограниченной ответственностью «Приорлайф».

**Дополнение государственной пенсии** накопительными уровнями пенсионной системы – корпоративными пенсиями от работодателей, личными пенсионными сбережениями работников – **широко практикуется** в экономически развитых странах. Именно сочетание нескольких уровней пенсионной системы позволяет поддерживать высокий уровень дохода на пенсии, в том числе относительно заработка работника в допенсионный период.

***Справочно.***

*В* ***Дании, Нидерландах, Швеции*** *государственные пенсии дополняются профессиональными пенсиями от предприятий, охватывающими порядка  
90% работников. Это позволяет при выходе на пенсию получать до 55–75% прошлого заработка (работникам со средней зарплатой по стране).Приветствуются индивидуальные добровольные пенсионные сбережения.*

*В* ***Германии****государственная пенсия также дополняется производственной пенсией – для работников государственного сектора и   
для сотрудников крупных кампаний частного сектора, подпадающих под сферу контроля соответствующего профсоюза.*

*Государством особо поощряются индивидуальные (частные) пенсии. В зависимости от вида частного пенсионного страхования государство предоставляет застрахованному лицу дотацию для уплаты его взносов на страхование и налоговые льготы, либо только налоговые льготы.*

*Сочетание государственной и дополнительных пенсий позволяет работнику при выходе на пенсию иметь пенсионный доход 50–60% прошлого заработка.*

В Беларуси в добровольном пенсионном страховании пока участвуют только порядка 5% граждан, занятых в экономике. В основном это инициатива работодателей, включающих дополнительное пенсионное страхование в социальный пакет предприятий.

В то же время иметь комфортный уровень дохода в старости желают все. Поэтому важной задачей стало создание пенсионных программ, которые пробудили бы интерес граждан к формированию личных пенсионных сбережений как финансовой «подушки безопасности» на посттрудовой период.

**В докладе на VI Всебелорусском народном собрании**11 февраля  
2021 г. Президент Республики Беларусь А.Г.Лукашенко отметил:**«Видится правильным сохранить статус государства как оплота гарантированной пенсионной поддержки. Поэтапно внедрять элементы накопительной пенсионной системы, позволяющей каждому работающему гарантированно увеличить будущую пенсию. Государство создаст для этого нужную инфраструктуру»**.Глава государства предложил подготовить программу «три плюс три»: работник сможет перечислять на свой счет до трех процентов заработной платы, столько же добавит и его работодатель.

**27 сентября 2021 г.** Президентом Республики Беларусь подписан   
Указ № 367 **«О добровольном страховании дополнительной накопительной пенсии»**(далее – Указ).Указом с **1 октября 2022 г.** вводится дополнительный вид пенсионного страхования – **добровольное страхование дополнительной накопительной пенсии с финансовой поддержкой государства.**

При этом появление новой добровольной пенсионной программы   
**не затрагивает государственные обязательства по солидарной пенсионной системе**. Конституционные гарантии по социальному обеспечению граждан в старости, инвалидности, в случае потери кормильца остаются неизменными. **Все гарантии государства по трудовым пенсиям и их повышению будут неукоснительно выполняться.**

Как уже отмечалось, накопительное пенсионное страхование для республики не является новым институтом. Но, в отличие от действующих программ, при страховании дополнительной пенсии с применением норм Указа задействуется **новый финансовый стимул** – **государственное софинансирование**. Оно заключается в том, что **часть взносов** на накопительную пенсию **будет оплачена из государственных средств**. То есть **государство материально поддержит работников**, принявших решение самостоятельно повлиять на свой доход в пенсионном возрасте.

**Как будет работать новая программа**

Работник, желающий участвовать в страховании, с **1 октября 2022 г.** сможет уплачивать дополнительный взнос на накопительную пенсию  
(в дополнение к обязательному 1-процентному взносу на трудовую (солидарную) пенсию). Размер этого взноса – в процентах от фактической заработной платы – он выбирает сам. Максимальный (предельный) размер дополнительного взноса работника – **10%**.

Если работник принял решение участвовать, то к этому подключается и его работодатель. Он будет обязан платить взнос в размере взноса работника, но **не более 3%**.

Например, работник выбирает взнос на накопительную пенсию в размере 1% от заработной платы. В этом случае еще 1% доплатит его работодатель. В общей сложности в добровольные пенсионные накопления этого работника поступит взнос в размере 2% от его фактической зарплаты.

При трехпроцентном взносе работника работодатель доплатит уже 3%. В пенсионные накопления работника поступят 6% от его заработной платы. 5% платит работник – еще 3% платит работодатель и так далее. Максимально возможный общий взнос работника и работодателя в новой программе составляет 13%: 10% взнос работника плюс 3% взнос работодателя.

Таблица

**Взносы работника и работодателя в новой программе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Работник** | **Работодатель** | **Итого: размер тарифа по договору страхования** |
| 1% | 1% | 2% |
| 2% | 2% | 4% |
| 3% | 3% | 6% |
| 4% | 3% | 7% |
| 5% | 3% | 8% |
| … | 3% | … |
| 10% | 3% | 13% |

Вступление работника в новую программу никак не отразится на его трудовой (солидарной) пенсии. Ее размер будет определяться по тем же правилам, что и у работников, не участвующих в добровольном страховании – исходя из показателей стажа и заработка до обращения за пенсией.

Важно отметить, что при вступлении работника в новую программу **расходы его работодателя на уплату пенсионных взносов не увеличатся**. Его обязательный 28-процентный взнос в бюджет фонда социальной защиты населения соразмерно уменьшится. Например, если в пенсионные накопления работника нужно будет направить 3%, то в бюджет фонда соцзащиты будут перечислены 25%. В итоге, в сумме взнос работодателя, как и ранее, составит 28%.

В то же время, передача части взноса работодателя в пенсионные накопления работнику – это выпадающие доходы бюджета фонда социальной защиты населения. Поэтому на этом этапе подключается государство. Оно принимает на себя обязательства по сохранению доходов бюджета фонда для обеспечения выплаты текущих пенсий в рамках солидарной пенсионной системы.

Таким образом, механизм государственного софинансирования заключается в том, что при вступлении работника в программу, его будущая накопительная пенсия на **30–50% будет сформирована за счет государственных средств**. Через такое весомое финансовое участие государство не только материально поддерживает работников, принявших решение в пользу добровольных сбережений на старость, но и **подтверждает гарантированность устойчивого функционирования** новой системы дополнительного пенсионного страхования. К тому же **оплата части взносов** на будущую накопительную пенсию **за счет государственных средств** делает участие в новой программе **финансово посильным** для всех категорий работников независимо от уровня их дохода.

**Для участников новой программы** предусмотрены и другие **финансовые стимулы**:

–**льгота по подоходному налогу**. Так, работникам предоставляется право на получение **социального налогового вычета** на сумму **уплаченных за счет средств работника страховых взносов** на будущую накопительную пенсию. Это означает, что размер заработка работника, с которого работодателеми счисляется подоходный налог (13%), будет уменьшен на величину страхового взноса, уплаченного за счет средств работника.

***Справочно.***

*Например, работник с фактической заработной платой 1500 рублей участвует в новой программе и за счет его средств уплачивается дополнительный взнос на накопительную пенсию в размере 45 рублей. Заработок, с которого будет исчисляться подоходный налог, у этого работника будет уменьшен на 45 рублей.*

То есть государство освобождает работника от обязанности уплачивать часть налога только потому, что он принял решение в пользу формирования себе дополнительного источника дохода на старость. Гарантированное пользование данной льготой позволяет работникам формировать дополнительную пенсию при минимальных собственных затратах.

**Дополнительные накопительные пенсии** также **освобождаются** от подоходного налога с физических лиц.

–**возможность наследования** пенсионных накоплений;

– **гарантия сохранности** пенсионных накоплений. Осуществление добровольного страхования дополнительной накопительной пенсии Указом возложено на **государственную страховую организацию**– республиканское унитарное страховое предприятие «Стравита». **Государство гарантирует страховые выплаты по договорам страхования, заключенным этим страховым предприятием.**

***Справочно.***

*Для* ***обеспечения выполнения обязательств по выплате дополнительной накопительной пенсии*** *РУСП «Стравита» дополнительно к страховым резервам, которые образуются для выполнения обязательств ,будет* ***формировать гарантийные фонды****. Размер отчислений в гарантийный фонд составляет 0,5% от суммы страховых взносов по данному виду страхования.* ***Ежемесячно*** *до 22-го числа месяца, следующего за отчетным,* ***средства гарантийных фондов будут перечисляться*** *РУСП «Стравита»****в республиканский бюджет****.*

*Средства гарантийных фондов имеют целевое назначение и выделяются страховщику по решению Президента Республики Беларусь в случае невозможности выполнения страховщиком своих обязательств. Выделенные средства используются страховщиком только на страховые выплаты.*

То есть все обязательства по дополнительным пенсиям в новой программе при любых обстоятельствах будут выполнены в полном объеме – РУСП «Стравита» или правопреемником этой страховой организации   
(в необходимых случаях – с привлечением государственных средств).

**Кто может участвовать в новом страховании**

Право участвовать в программе предоставлено **работникам, за которых их работодателями уплачиваются обязательные взносы** в бюджет фонда соцзащиты. В подавляющем большинстве случаев такой характер имеет работа по трудовым и (или) гражданско-правовым договорам, предметом которых являются выполнение работ, оказание услуг и создание объектов интеллектуальной собственности.

Именно **наличие работодателя** и факта уплаты им обязательных страховых взносов позволяет «запустить» механизм государственного софинансирования будущей накопительной пенсии.

Начинать участвовать в новом страховании можно **не позднее, чем за 3 года до достижения общеустановленного пенсионного возраста**. Ограничение связано с тем, что при менее продолжительных сроках участия накопленные средства и результаты от их инвестирования объективно   
не смогут стать существенными.

**Размер будущей накопительной пенсии**

Размер накопительной пенсии будет исчисляться из сумм дополнительных взносов с учетом доходов от их инвестирования (по принципу – сколько накопил, столько и получил).

Инвестирование РУСП «Стравита» средств страховых резервов, которые образованы из поступивших страховых взносов, в новой программе будет осуществляться по правилам, которые сегодня уже применяются в программах добровольного страхования дополнительной пенсии. Поступающие средства инвестируются страховыми организациями на условиях возвратности, прибыльности, ликвидности и диверсификации.

***Справочно.***

*Порядок инвестирования установлен Советом Министров Республики Беларусь (постановление от 29 декабря 2006 г. № 1750 «Об осуществлении инвестиций и размещении средств страховых резервов страховыми организациями»).*

*Данный порядок определяет перечень объектов инвестиций, в которые страховые организации могут вкладывать средства страховых резервов, а также соотношения (в процентах от суммы страховых резервов), которые страховые организации обязаны соблюдать при вложении средств страховых резервов в объекты инвестиций.*

*В соответствии с данным порядком РУСП «Стравита» инвестирует и размещает страховые резервы в такие финансовые инструменты, как:*

*–ценные бумаги:*

*государственные ценные бумаги;*

*ценные бумаги Национального банка;*

*ценные бумаги Банка развития и государственных банков, за исключением акций;*

*ценные бумаги местных исполнительных и распорядительных органов;*

*ценные бумаги юридических лиц Республики Беларусь, в уставных фондах которых более 50% долей (простых (обыкновенных) или иных голосующих акций) находятся в собственности Республики Беларусь и (или) ее административно-территориальных единиц, не являющихся банками, за исключением акций и векселей;*

*- банковские вклады (депозиты) в государственных банках;*

*- драгоценные металлы, за исключением их лома и отходов, с размещением их в государственных банках.*

Указом гарантируется норма доходности по пенсионным сбережениям в размере ставки рефинансирования Национального банка, действующей в соответствующем периоде (на 7 октября 2021 г. ставка рефинансирования –9,25%). Кроме этого, предусматривается начисление дополнительной доходности (страхового бонуса) по результатам инвестиционной деятельности РУСП «Стравита».

Также на сумму пенсии в месяц повлияет и **выбранный работником срок ее получения** – 5 либо 10 лет. **На данном этапе** такой период получения дополнительной пенсии является оптимальным – ее размер более ощутим для человека (при удлинении периода выплаты пенсии размеры накопительных пенсий уменьшаются). При желании работника формировать пожизненную накопительную пенсию, это можно сделать в других добровольных программах страхования дополнительной пенсии, предлагаемых страховыми организациями.

Возможные размеры дополнительной накопительной пенсии (если бы Указ уже действовал более 20 лет):

**Пример 1.**

Работник **с зарплатой на уровне средней по стране** вступил в новую программу **за 3 года до достижения пенсионного возраста**. Уплачивал взнос – 5%, еще 3% перечислял его работодатель. В совокупности на накопительную пенсию направлялось **8%** заработка работника. Если он выбирает получение дополнительной накопительной пенсии **в течение 5 лет** после достижения пенсионного возраста, то размер ежемесячной выплаты сегодня был бы **около 70 рублей**.

**Пример 2.**

Работник с таким же заработком и тарифом взноса (5%+3%) участвовал в новом страховании **начиная с 45 лет** до достижения нового пенсионного возраста, то есть мужчина – в течение 18 лет (с 45 до 63 лет), женщина – 13 лет (с 45 до 58 лет). При выборе **5-летнего срока получения** дополнительной накопительной пенсии ее размер сегодня **ориентировочно** составил бы у мужчины – **325 рублей**, у женщины **280 рублей**.

**Как начать участвовать в новой программе**

С 1 октября 2022 г. работникам, желающим формировать дополнительную накопительную пенсию, необходимо обращаться в  
РУСП «Стравита». Подать заявление и заключить договор можно при личном визите в эту страховую организацию или в электронном виде через ееофициальный сайт. О заключении договора и участии в новой программе нужно уведомить работодателя.

Дополнительные взносы работника на накопительную пенсию по его заявлению будут ежемесячно перечисляться самим работодателем.

**Возможные вопросы работников**

*При вступлении в новую программу какие условия договора страхования может выбирать непосредственно сам работник?*

Тариф взноса работник выбирает сам. В совокупности со взносом работодателя взнос не может превышать 13%. Тариф можно менять, но не чаще 1 раза в год.

В любой момент можно приостановить свое участие в программе и затем вернуться к уплате дополнительных взносов.

Работник выбирает срок выплаты дополнительной пенсии – 5или  
10 лет после достижения общеустановленного пенсионного возраста.

*Может ли инициатором вступления в новую программу быть работодатель?*

Нет. Инициатором заключения договора страхования может быть только работник – физическое лицо. Только работник решает, участвовать ему в новой программе или нет. Если работник принимает положительное решение, то работодатель обязан уплачивать свою часть взноса.

*Как будет производиться расчет дополнительных взносов в новой программе? Кто должен перечислять взносы в РУСП «Стравита»?*

Обязанность по расчету дополнительных взносов работника и работодателя и их перечислению на счет страховщика возложена на работодателя. Эти взносы будут уплачиваться работодателем ежемесячно не позднее установленного дня выплаты заработной платы за истекший месяц.

*Может ли РУСП «Стравита» отказать в заключении договора страхования?*

Да. Указом предусмотрено, что страховщик отказывает в заключении договора дополнительного накопительного пенсионного страхования, если работодатель работающего гражданина находится в **процессе ликвидации** и (или) **экономической несостоятельности** (банкротства).

*Что делать тем гражданам, которые по нормам Указа не могут участвовать в новом страховании? Какие возможности по дополнительному накоплению на пенсию есть у них?*

Такие граждане, как и сегодня, могут заключать договоры добровольного страхования дополнительной пенсии со страховыми организациями, осуществляющими данный вид страхования –   
РУСП «Стравита» и СООО «Приорлайф».

*Можно ли прервать договор, забрать деньги раньше наступления пенсионного возраста?*

Забрать взносы досрочно нельзя (за исключением случаев установления работнику в период до достижения общего пенсионного возраста 1 или 2 группы инвалидности). Но прекратить уплату страховых взносов можно. В этом случае фактически уплаченные страховые взносы фиксируются на именном лицевом счете работника, на них продолжит начисляться доходность.

Выплата дополнительной накопительной пенсии будет осуществляться после наступления общеустановленного пенсионного возраста исходя из накопленных средств и избранного работником срока получения дополнительной накопительной пенсии – 5 или 10 лет.

*Есть ли право наследования накопленной суммы в случае смерти работника?*

В случае, если смерть работника наступила **до достижения** им общеустановленного пенсионного возраста, его наследникам выплачивается выкупная сумма в размере суммы фактически уплаченных страховых взносов (с учетом доходности) за вычетом расходов страховщика на ведение дела.

В случае, если смерть работника наступила **после достижения** общеустановленного пенсионного возраста и он **не успел получить** причитающуюся ему всю сумму страхового обеспечения, остаток накопленной суммы также выплачивается его наследникам.

*Что будет с 1 октября 2022 г. с уже действующими договорами добровольного страхования дополнительной пенсии, заключенными   
с СООО «Приорлайф» или РУСП «Стравита» до появления новой программы?*

Заключенные договоры страхования продолжат свое действие до полного исполнения страховыми организациями своих обязательств.

Работающий гражданин, являющийся страхователем по действующему договору добровольного страхования дополнительной пенсии (независимо от того, заключен этот договор с СООО «Приорлайф» или   
РУСП «Стравита»), вправе обратиться в соответствующую страховую организацию для расторжения такого договора и последующего направления денежных средств, имеющихся на его именном лицевом счете, на формирование дополнительной пенсии в новой программе.

\* \* \*

Введение в Беларуси с 1 октября 2022 г. добровольного страхования дополнительной накопительной пенсии с поддержкой государства – ожидаемая мера. Спрос на возможность формирования дополнительной накопительной пенсии **под контролем государства** у работников есть уже давно.

**«О достойном доходе в старости нужно заботиться заранее через дополнительную добровольную пенсионную программу, – такие вопросы поднимались на VI Всебелорусском народном собрании. Предложения по подходам к решению этой проблемы подготовлены»,** – сказал Президент Республики Беларусь А.Г.Лукашенко накануне принятия Указа.

В целом новая программа добровольных накопительных пенсий – **программа «три плюс три»**– это три главных плюса, **сочетающих интересы работника, работодателя и государства**:

**плюс для работника** – доступный и понятный механизм заблаговременного сбережения средств на старость с финансовой поддержкой государства;

**плюс для работодателя** – его затраты на пенсионные взносы не увеличатся;

**плюс для государства** – появление в экономике внутреннего источника длинных денег, долгосрочного инвестиционного ресурса.

Еще более важно, что новая программа и финансовые стимулы заставляют каждого задуматься над **собственной стратегией подготовки к старости**.

Можно заблаговременно, в течение жизни (оптимально – с начала трудовой деятельности) добровольно формировать дополнительные пенсионные сбережения.

Если пенсионный возраст уже наступил, можно использовать стимулирующий алгоритм **отложенной пенсии** – дольше оставаться на рынке труда и начать получать пенсию позднее достижения общего пенсионного возраста. Это эффективный способ сформировать высокую пенсию на посттрудовой период.

Забота о будущей пенсии должна стать привычной для каждого человека. Только в этом случае в старости можно иметь комфортный уровень дохода, позволяющий вести образ жизни, соответствующий личным ожиданиям.

**2. «О СПОСОБАХ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЮ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ»**

Информационные материалы по профилактике распространения инфекции covid-19 и вакцинации

<http://minzdrav.gov.by/ru/dlya-belorusskikh-grazhdan/profilaktika-zabolevaniy/covid-materialy.php> (плакаты, буклеты и другую информацию расположенную по этой ссылке необходимо разместить в общественных местах: транспорт, объекты общественного питания, объекты спортивной и культурной направленности.)

Серия видеороликов «Ковид в вопросах и ответах», посвященных вопросам вакцинации против COVID-19 <https://www.youtube.com/playlist?list=PLCGJRj7tF-mcqoj0BvZgGXgHU9eN0dv1a>(разместить на сайтах и в соц сетях)

Серия видеороликов Министерства здравоохранения Республики Беларусь «Ковид в вопросах и ответах», посвященных вопросам вакцинации против COVID-19, реализована в рамках проекта Всемирного банка «Экстренное реагирование на COVID-19 в Республике Беларусь».

Ответы на вопросы дают эксперты – врачи-практики, ученые, специалисты разных сфер здравоохранения.

1. Вакцины против COVID-19 прошли все стадии исследования до внедрения в практику?
2. Нужен ли тест на антитела перед вакцинацией?
3. Нужно ли вакцинироваться тем, у кого снижен иммунитет?
4. Не хочу прививаться сейчас, хочу подождать другие вакцины.
5. Правда ли, что вакцинация – удар по иммунной системе?
6. Как формируется иммунитет после вакцинации?
7. Какие реакции наблюдаются после введения вакцин?
8. Тем, кто переболел COVID-19 нужно ли вакцинироваться против этой инфекции?
9. Блиц - опрос.
10. Нужно ли определять антитела и делать ПЦР перед прививкой против COVID-19?
11. Я переболел COVID-19. Когда мне вакцинироваться?
12. Почему привитым нужно соблюдать меры социального дистанцирования?
13. Что такое коллективный иммунитет?
14. Вакцины против COVID-19 защищают от заболевания, вызванного другими вариантами вируса?
15. Нужно ли делать повторные прививки против COVID-19?
16. Какие вакцины формируют защиту от COVID-19?
17. Насколько эффективна и безопасна вакцина "Спутник V"?
18. Может ли привитой против COVID-19 человек заразится этой инфекцией при контакте с заболевшим?
19. Вакцинация против COVID-19 – это защита иммунной системы
20. Все вакцины хороши?
21. Есть ли риск развития поствакцинальных реакций?
22. Интернет: как относиться к «слухам» о вакцинации?
23. Есть ли в реанимации те, кто прививался?
24. Блиц-опрос. Вы привились? Зачем вы привились? Вы болели?
25. Правда ли, что вакцины против COVID-19 не прошли все исследования?
26. Ждать ли другие вакцины или уже стоит привиться?
27. Можно ли заболеть после прививки?
28. Почему вирус изменяется?
29. Что нам даст «коллективный иммунитет»?
30. Блиц-опрос.
31. Ваше отношение к вакцинации?
32. Что такое «постковидный синдром»?
33. Нужно ли прививаться против COVID-19 пациентам с сердечно-сосудистой патологией?
34. Прививаться ли тем, кто переболел?
35. Вакцинация снизит риск «постковидного синдрома»?
36. Нужна ли вакцинация тем, у кого сахарный диабет?
37. Нужно прививаться пациентам с аутоиммунным тиреоидитом?
38. Есть ли дополнительные рекомендации по вакцинации для пациентов с сахарным диабетом?
39. Могут ли быть реакции после вакцинации против COVID-19?
40. Нужно ли вакцинироваться после операции на щитовидной железе?
41. Нужна ли вакцинация тем, у кого сахарный диабет?
42. Есть ли дополнительные рекомендации по вакцинации для пациентов с сахарным диабетом?
43. Могут ли быть реакции после вакцинации против COVID-19?
44. Нужно ли вакцинироваться после операции на щитовидной железе?
45. Нужна ли вакцинация тем, у кого сахарный диабет?

# ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА:

**ДЛЯ ТЕХ, КТО ПОДЛЕЖИТ ЛЕЧЕНИЮ НА ДОМУ**

* пациенты с бессимптомным и легким течением заболевания, младше 55 лет, не имеющие хронических заболеваний, которые обычно усугубляют течение любой вирусной инфекции - сахарный диабет, хроническая сердечная недостаточность, бронхиальная астма и др.;
* пациент должен иметь возможность обслуживать себя самостоятельно или с помощью родственников;
* жилищные условия пациента позволяют ему жить изолировано, в том числе и от совместно проживающих родственников;
* в сельской местности должны приниматься во внимание время доезда скорой медицинской помощи и территориальная близость организации здравоохранения.

**Обращаем внимание,**

**что решение о необходимости госпитализации или лечении на дому принимает не сам пациент, а ВРАЧ!**

Такое решение врач принимает с учетом осмотра, диагностических исследований, сопутствующих заболеваний и социальных факторов (жилищные условия, обеспечение продуктами жизнедеятельности, средствами связи и другое).

Пациент подписывает информированное согласие о лечении на дому.

# КАК ЛЕЧИТЬСЯ НА ДОМУ?

На дому у пациента должны быть:

* термометр для измерения температуры тела (норма 36.7° С);
* часы с секундной стрелкой, для измерения пульса и частоты дыхания (норма: в возрасте 15-50 лет - 60-85 уд/мин, в возрасте от 50 и выше - 70-90 уд/мин);
* тонометр (норма 120/80 мм.рт.с. до 140/90мм.рт.с.);
* пульсоксиметр (если есть), при подтвержденной пневмонии диагностику обязательно проводит медработник поликлиники на дому (норма от 95-98%);

- работающий телефон.

В обязательном порядке, при наличии сопутствующих заболеваний, иметь дома все базовые препараты для лечения основных заболеваний. С учетом состояния нужно уточнить дозировку у лечащего врача.

Через каждые три часа (если есть необходимость - чаще) необходимо проводить измерение основных показателей здоровья: температуры, частоты дыхания, пульса, артериального давления (при наличии болезней системы кровообращения), при необходимости показатели пульсоксиметрии.

# Маркерами продолжения лечения на дому являются:

# температура тела не ниже 35° С и не выше 38,5° С;

# свободное дыхание, отсутствие сухого упорного кашля; пульс не ниже 40 и не выше 90 в минуту;

# частота вдоха и выдоха меньше 22 цикла за минуту;

# насыщение крови кислородом больше 94% (по пульсоксиметру); отсутствие заторможенности сознания, головокружений,

# нарастающей головной боли:

отсутствие резких перепадов артериального давления, снижения систолического (ниже 100 и подьем выше 180 -200 мм.рт.ст.), бледности кожных покровов, посинения губ, носогубного треугольника, крыльев носа.

**Если ваше состояние ухудшилось - вызывайте бригаду скорой**

**помощи!**

Если перечисленные признаки у вас не совпадают, то есть состояние

ухудшается, вас необходимо госпитализировать в больницу для лечения под наблюдением врачей.

**Если ВРАЧ принимает решение об отсутстии показаний для госпитализации, он назначает лечение, которому пациент должен**

**следовать неукоснительно!**

Составляющие лечения:

**обильное теплое питье**, которое рекомендуется при простуде и гриппе;

**жаропонижающие средства**, при повышенной температуре. На сегодняшний день, в качестве основного препарата, чаще всего рекомендуется парацетамол;

**постельный режим** — в первые дни необходим. Важно знать, что специалисты рекомендуют чаще лежать и спать лежа на животе (предварительно положив валики под грудную клетку и таз с таким расчетом, чтобы живот не оказывал избыточного давления на диафрагму, голову поворачивают в сторону).

В дальнейшем двигательный режим щадящий, без форсирования, по самочувствию. После стабилизации основных показателей здоровья необходимо как можно раньше начать делать дыхательную гимнастику.

Для усиления работы легких можно использовать метод - надувание воздушных шариков (вначале можно лежа). И другие физические упражнения.

Питание должно быть полноценным, легкоусвояемым, особенно важно содержание витаминов группы С (лимон, апельсин, клюква), В (хлеб грубого помола) и белка (мясо, овощи).

Очень важны полноценный сон и позитивное настроение!

# ТРЕБОВАНИЕ К ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ И УХОДУ ЗА

**ПАЦИЕНТОМ.**

После назначения лечения врач (помощник врача) оценит жилищные условия на предмет успешной организации медицинского ухода на дому. А также возможность организовать пациенту доставку лекарственных средств, пищи и другое. Проведет беседу по особенностям ухода с родственниками, если такие проживают в квартире. При необходимости проинформирует социальную службу или волонтеров.

# Санитарные условия.

Необходимо обеспечить постоянную влажную уборку квартиры, проветривание и обработку обеззараживающими средствами всех поверхностей. Особенно важно как можно чаще обрабатывать посуду больного, постельное белье и столовые приборы.

# Меньше контактов, в том числе с родственниками!

Даже если коронавирус у больного проходит в легкой форме, он все равно максимально опасен для всех его домочадцев!

* + Необходимо минимизировать количество человек, находящихся в контакте. Если пациент — пожилой человек, то желательно, чтобы уход за ним осуществлял родственник, который сможет не только обеспечить качественный уход, но и организовать все меры безопасности, чтобы не заразиться самому. Кроме того, этот человек должен отличаться крепким здоровьем, не иметь никаких хронических заболеваний или иммунодефицитных состояний, должен носить медицинскую маску, когда находится в одной комнате с пациентом.
  + Ухаживающий не должен приближаться к больному ближе чем на один метр. Исключение - кормящие матери. Они должны носить медицинскую маску, когда находятся рядом с ребенком, и мыть руки теплой водой с мылом в течение 20-40 секунд перед контактом.
  + Если в квартире или доме проживают несколько человек, то необходимо ограничить движение пациента в места общего пользования. Мойте руки после любых контактов с пациентом. После мытья рук с мылом вытирать их следует одноразовыми бумажными полотенцами
  + Используйте одноразовые медицинские перчатки для ухода за пациентом и уборки помещения. До и после снятия медицинских перчаток необходимо мыть руки.
* Перчатки и маски (после ухода за пациентом) складывайте в отдельный контейнер (пакет) в том же помещении, где находится больной. Закройте (завяжите) его и только потом вынесите из комнаты.
  + Посуду после индивидуального использования необходимо мыть с моющим средством. Выбрасывать посуду не следует.
  + Необходимо ежедневно очищать и дезинфицировать поверхности, а также ванную комнату и туалет бытовым моечно- дезинфекционным средством.
  + Стирать вещи пациента можно обычным мылом. Для машинной стирки рекомендуется температура 60-90 °C и обычные стиральные порошки. Загрязненное белье запрещено встряхивать, но можно собирать в общий мешок.
  + Если у члена семьи возникают симптомы острой респираторной инфекции (лихорадка, кашель, боль в горле, затрудненное дыхание), с ним следует обращаться как с возможным инфицированным COVID-19 и необходимо немедленно позвонить - лечащему врачу или в скорую медицинскую помощь.

**Пациент, которому выставлен диагноз COVID-19, необходимо помнить об ответственности за выход из дома или квартиры!**