ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Урайский комплексный центр социального обслуживания населения»

КОНСПЕКТ КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ ПОЖИЛОГО ГРАЖДАНИНА НА ТЕМУ «АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ВЗЫСКАНИИ АЛИМЕНТНЫХ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ В ПОЛЬЗУ ПОЖИЛЫХ РОДИТЕЛЕЙ»

Автор
Чуркина Виктория Константиновна,
юрисконсульт

Урай
2026

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка…… 3

Правовая основа……... 3

Целевая аудитория……... 4

Цель консультации……... 4

Задачи консультации…… 4

Структура консультации…….. 5

Ход консультации……. 6

Этап 1. Установление контакта и выявление запроса…… 6

Этап 2. Проверка законных условий……... 7

Этап 3. Досудебное урегулирование……... 10

Этап 4. Документы для суда……. 13

Этап 5. Подача иска и поведение в суде……. 16

Этап 6. Исполнение решения…….. 19

Этап 7. Выдача и разбор памятки, ответы на вопросы…….. 20

Ожидаемые результаты…… 21

Приложение
Памятка «Алгоритм действий при взыскании алиментов в пользу пожилых родителей»…… 23

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема взыскания алиментов в пользу пожилых родителей относится к числу деликатных: речь идёт о конфликте внутри семьи, чувстве вины, обиды и страхе остаться в одиночестве. Пожилой гражданин часто не решается обратиться в суд не из-за отсутствия правовых знаний, а из-за эмоционального барьера.

Однако за этим барьером нередко теряется главное – то, ради чего стоит преодолеть страх. Взыскание алиментов в пользу пожилых родителей – это не только восстановление справедливости, но и реальная материальная основа для продления периода активного долголетия. Дополнительные средства позволяют пожилому гражданину сохранить привычный уровень жизни, оплачивать лекарства и уход, не отказывать себе в необходимом, оставаться самостоятельным и включённым в жизнь. Это вклад в собственное здоровье, достоинство и качество жизни на годы вперёд.

Задача консультации – не только объяснить алгоритм действий, но и снять страх, вернуть человеку ощущение контроля над ситуацией и показать, что защита законного права не разрушает семью, а служит для укрепления периода жизни, который по праву должен быть активным и достойным.

Консультация построена по принципу «от простого к сложному». Каждый шаг сопровождается практическим разъяснением и отсылкой к памятке, которую гражданин берет с собой. Такой подход помогает не только разобраться в правовых тонкостях, но и увидеть за ними конкретную пользу для собственной жизни – спокойствие, уверенность в завтрашнем дне и возможность качественно продлить период активного долголетия.

ПРАВОВАЯ ОСНОВА

1. Семейный кодекс Российской Федерации: статьи 83, 87, 88, 107 (основания и порядок взыскания алиментов на родителей; дополнительные расходы; сроки взыскания).

2. Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации: главы 11, 12, 23; статьи 29, 154 (подсудность, исковое производство, судебное разбирательство, сроки рассмотрения).

3. Налоговый кодекс Российской Федерации: статья 333.36 (освобождение истцов по искам о взыскании алиментов от уплаты государственной пошлины).

4. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях: статья 5.35.1 (ответственность за неуплату средств на содержание).

5. Уголовный кодекс Российской Федерации: статья 157 (неуплата средств на содержание детей или нетрудоспособных родителей).

6. Федеральный закон от 21.11.2011 № 324-ФЗ «О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации»: основания и порядок получения бесплатной юридической помощи.

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ: граждане старшего поколения (женщины от 55 лет, мужчины от 60 лет), пенсионеры и инвалиды, чьи совершеннолетние трудоспособные дети уклоняются от обязанности по содержанию.

ЦЕЛЬ КОНСУЛЬТАЦИИ – сформировать у пожилого гражданина ясное понимание последовательности действий при взыскании алиментов с детей, снять эмоциональный барьер перед обращением в суд и обеспечить его инструментом самопомощи – памяткой с пошаговым алгоритмом.

ЗАДАЧИ КОНСУЛЬТАЦИИ

1. Разъяснить законные условия, при которых возникает право на алименты, и проверить их наличие в конкретной ситуации.

2. Объяснить значение досудебной попытки урегулирования и научить фиксировать её документально.

3. Показать перечень документов, необходимых для обращения в суд, и порядок их сбора.

4. Разъяснить порядок подачи иска, содержание судебного заседания и поведение в суде.

5. Объяснить механизм исполнения решения и меры ответственности детей при неисполнении.

6. Выдать памятку и обсудить её содержание.

Продолжительность консультации: 45–60 минут (индивидуальная или малая группа 2–3 чел.).

Форма проведения: индивидуальная или групповая беседа с элементами разъяснения, разбором документов и выдачей памятки.

СТРУКТУРА КОНСУЛЬТАЦИИ

Таблица 1 – Структура консультации

Этап	Содержание	Тайминг
1	Установление контакта, выявление запроса	5 мин
2	Проверка законных условий	10 мин
3	Досудебное урегулирование	7 мин
4	Документы для суда	10 мин
5	Подача иска и поведение в суде	10 мин
6	Исполнение решения	5 мин
7	Выдача и разбор памятки, ответы на вопросы	8 мин

ХОД КОНСУЛЬТАЦИИ

Этап 1. Установление контакта и выявление запроса (5 минут)

Приветствие и представление

Специалист: здравствуйте, проходите, пожалуйста, садитесь. Меня зовут [Имя Отчество]. Я юрист, работаю в [название учреждения]. Моя задача – помочь вам разобраться в ситуации и понять, какие шаги возможны. Я не тороплю вас, у нас есть время спокойно всё обсудить. Всё, что вы скажете, останется между нами – я работаю в интересах вас как гражданина».

(Пауза. Дать человеку осмотреться, сесть, успокоиться)



Специалист: если вам удобно, начнём. Расскажите, пожалуйста, своими словами, что происходит в вашей семье. Что вас беспокоит?

(Специалист задаёт вопрос и далее слушает, не перебивая. Делает пометки – это воспринимается как внимание к делу, а не как формальность.)

Важно отметить:

- есть ли пенсионный возраст или инвалидность (какая группа, есть ли справка МСЭ);
- в чём выражается материальная трудность (расходы на лекарства, ЖКУ, уход);
- как ведут себя дети – не помогают вообще, помогают нерегулярно, отказываются после просьб, есть ли конфликт;
- обращался ли гражданин к детям письменно или только устно;

- есть ли у гражданина страх перед судом, чувство вины, обида.

Можно использовать фразы для поддержки в процессе слушания (если человек замолкает или волнуется):

«Не спешите, говорите так, как вам удобно».

«Я слушаю вас внимательно».

«Это важная деталь, спасибо, что сказали».

После того как человек закончил рассказ:

Специалист: спасибо, что рассказали. Я понимаю, что говорить об этом непросто. Когда речь идёт о собственных детях, это всегда тяжело – здесь и обида, и тревога, и нежелание выносить семейное на люди. Вы вправе рассчитывать на поддержку. И то, что вы пришли сюда, – это уже шаг, а не слабость.

Хочу сразу обозначить одну важную вещь, чтобы у вас не было ложного чувства вины. Обращение в суд – это не жалоба на детей. Это способ восстановить справедливость, которую гарантирует закон. И вы имеете на это право. Закон прямо говорит: совершеннолетние трудоспособные дети обязаны содержать нетрудоспособных нуждающихся родителей. Вы не просите милостыню – вы просите то, что вам положено по закону.

Результат этапа: гражданин чувствует себя услышанным, обозначен запрос.

Этап 2. Проверка законных условий (10 минут)

Специалист: спасибо, что поделились. Теперь давайте по порядку разберём, что у вас есть и какие шаги возможны. Я буду задавать вопросы, а вы отвечайте так, как есть. Здесь не нужно ничего приукрашивать или скрывать – наоборот, чем точнее мы поймём ситуацию сейчас, тем спокойнее будет дальше.

Закон обязывает совершеннолетних трудоспособных детей содержать нетрудоспособных нуждающихся родителей. Это статья 87 Семейного кодекса. Но суд удовлетворит иск, только если есть три условия одновременно. Давайте проверим каждое применительно к вашей ситуации.

Условие первое: нетрудоспособность

Вы должны быть нетрудоспособны. По закону это значит одно из двух: либо вы достигли пенсионного возраста, либо у вас есть инвалидность.

Скажите, пожалуйста, вы получаете пенсию по старости?

Есть ли у вас инвалидность – любая группа? И если да, есть ли на руках справка МСЭ, то есть документ, который подтверждает группу?

Если инвалидность есть, но справки нет

Справку нужно будет получить в бюро медико-социальной экспертизы. Без неё суд не сможет подтвердить это условие. Это важно, потому что от этого зависит, есть ли у вас право на алименты вообще.

Если только пенсия

Пенсионного возраста достаточно. Понадобится справка о размере пенсии – её можно заказать в Социальном фонде или через Госуслуги. Она подтвердит и ваш статус, и размер дохода.

Условие второе: нуждаемость

Второе условие – нуждаемость. Это значит, что вашего дохода не хватает на жизненно необходимые вещи: питание, лекарства, жильё, коммунальные услуги, уход. Суд оценивает это индивидуально, по документам. Скажите, хватает ли вам пенсии? На что уходит больше всего?

Есть ли у вас регулярные расходы на лекарства? Может быть, вы оплачиваете помощника или сиделку?

Если человек говорит «не хватает» без конкретики

Чтобы суд это увидел, нужны цифры и бумаги. Квитанции на оплату жилья и коммунальных услуг, чеки на лекарства, если есть – медицинские документы. Это неформальность: суд смотрит именно на документы, а не на слова. Мы с вами потом составим список того, что нужно собрать.

Условие третье: трудоспособность детей

Третье условие касается ваших детей. Они должны быть совершеннолетними и трудоспособными. Скажите, сколько им лет? Они работают?

Если дети работают

Если вы знаете, где они работают, это поможет – но, если не знаете, ничего страшного: суд может запросить эти сведения сам.

Если ребёнок – пенсионер или инвалид

Важно понимать: если ребёнок сам достиг пенсионного возраста или имеет инвалидность, суд может признать его нетрудоспособным, и тогда обязанность по содержанию с него может быть снята. Но это должен подтвердить документально он сам, а не вы.

Предупреждение о возможном возражении детей

Специалист: и ещё одна вещь, которую нужно знать заранее, чтобы вы не растерялись. Дети в суде могут сказать: «Она не занималась нами, не воспитывала». Или даже что вы были лишены родительских прав. Закон это учитывает: если суд установит, что родитель уклонялся от обязанностей или был лишён прав, он может освободить детей от содержания. Но – и это важно – доказывать это должны они, а не вы. Вам не нужно приходить в суд и доказывать, что вы хорошая мать. Вам нужно показать документы о том, что вы нуждаетесь и что дети не помогают.

Ждёт реакции, при необходимости повторяет проще.

Подведение промежуточного итога

Давайте подведём промежуточный итог. Вот что мы с вами выяснили на данный момент:

По первому условию — [есть / нужна справка].

По второму — [какие документы нужны].

По третьему — [что известно о детях].

Это уже неплохо: мы понимаем, с чем работаем. Скажите: есть ли у вас сейчас вопросы по тому, что я сказал? Что-то осталось непонятным?

Результат этапа: гражданин понимает, есть ли у него правовая перспектива, и какие документы нужны для подтверждения условий.

Этап 3. Досудебное урегулирование (7 минут)

Специалист: следующий шаг – письменное обращение к детям. Скажу сразу, почему это важно, чтобы вы не восприняли это как формальность. Прежде чем идти в суд, важно письменно обратиться к детям. Суд оценивает, пытались ли вы договориться. Если вы просто скажете: «Я просила, они не дают», – суд может спросить: а чем это подтверждено? А вот письмо – это документ. Он показывает, что вы действовали добросовестно, дали детям возможность откликнуться. И второе: это влияет на взыскание алиментов за прошлый период. По закону алименты за прошлое можно взыскать в пределах трёх лет, но только если доказано, что вы пытались их получить. Вот это письмо и будет таким доказательством.

Пауза, дать осмыслить.

И ещё одна сторона, не юридическая. Это письмо – ваш шанс сохранить семью. Иногда дети идут навстречу, когда видят, что разговор перешёл из устных упрёков в спокойное, конкретное обращение. Даже если не пойдут – вы будете знать, что сделали всё, что могли, по-человечески.

Помощь в составлении письма

Давайте теперь вместе подумаем, что в этом письме написать. Ничего сложного: четыре пункта, и всё по делу.

Первый – размер вашей пенсии. Пишете: «Моя пенсия составляет такую-то сумму». Без эмоций, просто цифра.

Второй – на сколько не хватает. Здесь важно показать не «мне мало», а конкретно: «Мои обязательные расходы – жильё, коммунальные услуги, лекарства – составляют столько-то. Пенсии не хватает на столько-то». Если знаете примерную сумму дефицита в месяц – назовите её.

Третий – какую сумму содержания вы просите. Тоже конкретно: не «помогайте хоть чем-нибудь», а «прошу оказывать ежемесячную помощь в размере такой-то суммы». Сумма должна быть разумной – суд потом будет смотреть, соответствовала ли она вашим потребностям и возможностям детей.

Четвёртый – срок ответа. Пишете: «Прошу ответить в течение 30 дней». Это разумный срок, его достаточно, чтобы человек подумал и ответил.

Если гражданин говорит, что не умеет писать или не знает, как сформулировать:

Ничего страшного, это не сочинение. Давайте я продиктую примерную формулировку, а вы запишете или мы вместе составим черновик. Главное – чтобы было понятно, о чём вы просите и на каком основании.

Предлагает примерный текст

«Здравствуй, [имя]. Пишу тебе, потому что мне нужна твоя помощь. Моя пенсия составляет [сумма] рублей. После оплаты жилья, коммунальных услуг и лекарств мне не хватает [сумма] рублей в месяц. Прошу тебя оказывать мне ежемесячную материальную помощь в размере [сумма] рублей. Прошу ответить в течение 30 дней. Мама».

Видите – коротко, спокойно, без упрёков и обид. Именно такое письмо работает и в суде, и в семье.

Как направить письмо

Есть два надёжных способа.

Первый – заказным письмом с уведомлением о вручении. Вы приходите на почту, отправляете письмо заказным, обязательно с уведомлением. Когда адресат его получит, вам придёт уведомление – корешок, где будет стоять его подпись. Это самое надёжное доказательство: суд видит, что письмо было отправлено и получено.

Второй способ — если вы общаетесь по SMS или электронной почте. Тогда отправляете текст сообщением и обязательно сохраняете скриншот: видно, кому отправлено, когда, что написано. Скриншот тоже принимается судом как доказательство.

Если гражданин говорит, что дети не берут трубку, не отвечают

Это не важно. Письмо можно отправить и по почте – даже если человек не захочет его получать, на конверте останется отметка об отправке. А если он откажется получать заказное письмо, почта зафиксирует и это. Юридически

это тоже будет доказательством, что вы пытались связаться, а вам не пошли навстречу.

Что сохранить

И самое главное – после отправки нужно сохранить копию самого письма. Перед отправкой снимите копию или сфотографируйте текст. Себе оставьте. Далее – почтовую квитанцию. Ту самую, которую вам выдадут на почте при отправке. На ней есть номер отправления и дата. Не выбрасывайте её ни в коем случае. И еще – опись вложения. Когда отправляете заказное письмо, попросите на почте составить опись: что именно вы вкладываете. В описи будет указано: «Письмо, 1 лист». Один экземпляр описи остаётся у вас, с печатью почты. Это подтверждает, что вы отправили именно письмо, а не пустой конверт.

Если письмо отправляется по SMS или электронной почте

Тогда вместо квитанции – скриншоты. Сохраните их в телефоне и, на всякий случай, распечатайте или перешлите себе на почту. Скриншот должен быть чётким: видно дату, адресата и текст».

Завершение этапа

Давайте проверим, всё ли понятно. Письмо мы с вами составим – либо здесь, либо вы напишете дома по нашему образцу. Отправите заказным с уведомлением. Сохраните копию письма, квитанцию и опись. Через 30 дней либо дети откликнутся, и тогда мы обсудим, что делать дальше, либо не откликнутся, и тогда у нас будет всё необходимое, чтобы идти в суд. Вопросы есть? Что-то вызывает сомнение?

Отвечает на вопросы. Если гражданин сомневается, стоит ли вообще писать («а вдруг они обидятся»), – мягко возвращает к смыслу:

Понимаю ваше сомнение. Но подумайте вот о чём: вы не требуете, вы просите и объясняете. Если дети обидятся на честное и спокойное письмо – это их выбор. А ваша совесть будет чиста: вы сделали шаг навстречу. И для суда это будет важно. Так что письмо стоит отправить в любом случае.

Результат этапа: гражданин понимает, как и зачем направить письменное обращение, и что сохранить.

Этап 4. Документы для суда (10 минут)

Специалист: «Теперь давайте разберёмся, куда и с чем идти. Сначала куда. Иск о взыскании алиментов подаётся в районный или городской суд. Не к мировой судье – именно в городской или районный, потому что это дело связано с установлением содержания и проверкой вашего материального положения.

И здесь есть важная для вас возможность: вы можете выбрать, куда подавать – по своему месту жительства или по месту жительства детей. Закон даёт это право истцу. Если вам удобнее, чтобы суд был рядом с домом, – подавайте по своему адресу. Если дети живут в другом городе и вам проще, чтобы дело рассматривали там, – можно по их адресу.

Общий перечень документов

Специалист: я перечислю по порядку, а вы отмечайте, что у вас уже есть. Этот список я вам отдам, чтобы вы ничего не забыли.

Передаёт гражданину распечатанный перечень (см. таблицу ниже) и разбирает каждый пункт.

Таблица 2 – Перечень документов (раздаточный материал)

№	Документ	Где получить	Отметка «есть»
1	Исковое заявление (по числу детей + 1 для суда)	Составить с юристом	
2	Копия паспорта	Личный документ	
3	Справка о размере пенсии / справка МСЭ	Социальный фонд, Госуслуги / бюро МСЭ	
4	Квитанции ЖКУ, чеки на лекарства, медицинские документы, договор на уход	Личный архив	

№	Документ	Где получить	Отметка «есть»
5	Свидетельства о рождении детей	ЗАГС, Госуслуги или личный архив	
6	Копия письма детям + почтовая квитанция + опись вложения	Из этапа 3	
7	Сведения о работе и доходах детей (если известны)	По возможности; если нет – суд запросит сам	

Специалист: первое – исковое заявление. Его мы с вами составим. Экземпляров нужно столько, сколько у вас детей, плюс один для суда. Например, если детей двое – три экземпляра: по одному каждому ребёнку и один – суду.

Второе – копия паспорта. Просто копия, заверять его не нужно.

Третье – справка о размере пенсии. Её можно заказать в Социальном фонде или через Госуслуги. Если у вас есть инвалидность – ещё и справка МСЭ. Это подтверждает первое условие – что вы нетрудоспособны.

Четвёртое – документы о расходах. Это самая важная часть, потому что она доказывает нуждаемость. Квитанции на оплату жилья и коммунальных услуг, чеки на лекарства, медицинские документы, если есть хронические заболевания. Если вы оплачиваете помощника или сиделку – договор и документы об оплате.

Всё, что показывает: пенсии не хватает на необходимое.

Пятое – свидетельства о рождении детей. Они подтверждают родство. Если оригиналов нет, можно получить повторные в ЗАГСе или запросить через Госуслуги.

Шестое – копия вашего письма детям и почтовые документы. Это то, что мы с вами уже обсудили: копия письма, квитанция, опись вложения. Это доказывает, что вы пытались договориться.

Седьмое – сведения о работе и доходах детей. Если вы знаете, где они работают и сколько примерно получают, – укажите. Если не знаете, то ничего страшного, напишем в иске «неизвестно», и суд сам запросит эти сведения.

Формулировка требования о размере алиментов

Специалист: отдельно скажу о том, как формулируется требование о сумме. Алименты взыскиваются не в процентах от зарплаты детей, как иногда думают, а в твёрдой денежной сумме, которая выплачивается ежемесячно. Обычно она привязывается к прожиточному минимуму пенсионера в вашем регионе – и потом индексируется, то есть увеличивается вместе с ростом этого минимума.

Например, формулировка может звучать так: «Прошу взыскать ежемесячно 0,5 величины прожиточного минимума пенсионера в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре с последующей индексацией». Цифру мы с вами подберём разумную – такую, которая соответствует вашему дефициту и которую суд сочтёт посильной для детей.

Если гражданин спрашивает, какую именно сумму просить:

Ориентируйтесь на разницу между пенсией и вашими обязательными расходами. Если не хватает пяти тысяч – просить имеет смысл примерно эту сумму или чуть больше с учётом индексации. Но окончательно мы посчитаем, когда соберём все квитанции. Главное, чтобы требование было обоснованным, а не завышенным: завышенное суд снизит, а обоснованное – удовлетворит».

Госпошлина и дополнительные требования

Специалист: ещё два момента, которые важно знать. Первый – госпошлину за иск о взыскании алиментов вы не платите. Истцы по таким делам освобождены от неё по закону. Таким образом, дополнительных расходов на суд у вас не будет».

Второй момент – если у вас есть тяжёлая болезнь, инвалидность или вам требуется оплачивать уход, вы можете отдельным пунктом в иске попросить, чтобы дети участвовали в дополнительных расходах. Это статья 88 Семейного кодекса. Тогда к иску прикладываются документы, подтверждающие эти

расходы: медицинские заключения, договор на уход, чеки. Есть у вас что-то такое, что стоит включить?

Выслушивает, отмечает.

Завершение этапа

Специалист: давайте подведём итог. Куда идём – в городской или районный суд, по вашему месту жительства, если вам так удобнее. Что собираем – вот по этому списку. Что уже есть, отмечаем, чего нет – записываем, где получить. Исковое заявление я помогу составить. Сумму требования посчитаем, когда будут квитанции.

Скажите, что из этого списка у вас уже есть дома? А что нужно получить – справку о пенсии, может быть, свидетельства о рождении? Давайте отметим, чтобы вы знали, с чего начать.

Вместе с гражданином проходит по списку, отмечает наличие документов, записывает, что и где получить.

Результат этапа: гражданин имеет полный список документов и понимает, как формулируется требование.

Этап 5. Подача иска и поведение в суде (10 минут)

Способы подачи иска.

Специалист: итак, документы собраны. Как подать иск? Есть три способа, и вы можете выбрать тот, который вам удобнее:

Первый – лично в канцелярию суда. Вы приходите, отдаёте документы, и на вашем экземпляре иска ставят отметку о принятии: дату и подпись. Этот экземпляр с отметкой вы забираете себе. Он вам нужен, чтобы в случае чего подтвердить: иск подан такого-то числа.

Второй способ – почтой с описью вложения. Вы отправляете пакет документов заказным письмом, обязательно с описью: что именно вкладываете. Опись и квитанция остаются у вас. Это удобно, если суд далеко или вам тяжело ехать.

Третий способ – через портал «ГАС «Правосудие». Это электронная подача. Но для неё нужна подтверждённая учётная запись на Госуслугах. Если

у вас она есть и вы умеете пользоваться компьютером или вам кто-то помогает – способ хороший, документы уходят сразу, и вы видите, что они доставлены. Если нет – не переживайте, первые два способа ничуть не хуже.

Если гражданин говорит, что не умеет пользоваться компьютером

И не нужно. Лично или почтой – вполне надёжно. Главное – сохранить отметку или квитанцию.

Срок принятия иска

Специалист: после того как вы подали иск, суд в течение пяти рабочих дней решает вопрос – принять его к производству. Это не значит, что через пять дней начнётся заседание, вам сообщат: иск принят, дело назначено. Если в иске чего-то не хватает, суд может оставить его без движения и дать срок, чтобы исправить. Но мы с вами составим иск так, чтобы этого не случилось.

Три обстоятельства, которые нужно изложить в заседании

Специалист: теперь самое важное – как вести себя на заседании. Вам не нужно произносить длинных речей и не нужно ничего доказывать сверх необходимого. Есть три вещи, которые суд должен от вас услышать. Если вы их скажете спокойно и по делу – этого будет достаточно.

Первое – почему вам нужны деньги. Не «мне не хватает», а конкретные цифры: «Моя пенсия столько-то. Обязательные расходы: жильё, коммунальные услуги, лекарства столько-то. Разница столько-то». Судье нужны цифры, а не эмоции. Цифры у вас будут в документах, и вы просто их назовёте.

Второе – вы пытались договориться. Здесь вы предъявляете документы: копию письма детям, почтовую квитанцию, опись. И говорите: «Я обращалась письменно, вот подтверждение. Ответа не последовало» или «Ответ был такой-то». Это показывает, что вы действовали добросовестно.

Третье – сумма, которую вы просите, разумна. Вы показываете, как она соотносится с прожиточным минимумом пенсионера в регионе, и говорите, что готовы учесть положение детей: их доходы, семейные обстоятельства. Это важно – суд видит, что вы не требуете лишнего, а просите по справедливости.

И теперь самое главное, что я хочу, чтобы вы запомнили. В суде не нужно доказывать, что вы хороший родитель. Нужно спокойно изложить факты и показать документы. Суд – не место для семейных обид.

Пауза, чтобы слова дошли.

Если дети начнут говорить: «Она нас не воспитывала, была плохой матерью», – ваша задача не спорить, не оправдываться и не вспоминать старое. Ваша задача – показать документы: вот моя пенсия, вот мои расходы, вот моё письмо, вот отсутствие ответа. Судья сам разберётся, где факты, а где обиды. А если вы начнёте спорить эмоционально, вы проиграете не в праве, а во впечатлении.

Возможные возражения детей и как на них реагировать

Специалист: давайте заранее разберём, что могут сказать дети, чтобы вы не растерялись.

Первое и самое частое: «Она не занималась нами, не воспитывала». Или даже: «Она была лишена родительских прав». Что делать? Ничего не доказывать. Помните: доказывать это должны они, а не вы. Вы просто спокойно говорите: «Я с этим не согласна, но, если суд сочтёт нужным, пусть ответчик представит доказательства». Не спорьте, не оправдывайтесь – пусть работает суд.

Второе: «У меня самого маленькая зарплата, я не могу платить». Здесь вы не спорите, а показываете: «Я готова учесть его положение, но моя нуждаемость подтверждена документами». Суд сам оценит, посильна ли для него сумма. Если у него действительно тяжелая ситуация – суд может снизить размер, но не отменить обязанность полностью.

Третье: «Она специально не работает, могла бы ещё работать». На это есть спокойный ответ: «Я нетрудоспособна по возрасту (или по инвалидности), это подтверждено справкой». Это факт, а не предмет спора.

Общее правило для всех возражений одно – не спорить эмоционально, опираться на документы. Ваша сила в суде – не в словах, а в бумагах. И в спокойствии.

Завершение этапа

Специалист: давайте проверим, что вы запомнили. Как подадите иск: лично, почтой или через портал?

Ждёт ответа, подтверждает.

Что скажете суду про деньги? Про попытки договориться? Про разумность суммы?

Слушает, мягко поправляет, если нужно.

И главное – если дети начнут говорить обидное, что вы сделаете?

Ждёт: «Не буду спорить, покажу документы».

Правильно. Вот с этим настроем и идите. Суд – это не семейный скандал, это проверка фактов. Вы предоставляете факты – суд принимает решение».

Результат этапа: гражданин понимает порядок подачи иска и свою линию поведения в суде.

Этап 6. Исполнение решения (5 минут)

Специалист: итак, решение суда у вас на руках. Теперь важно понимать: решение суда – это не конец, а начало реального взыскания. Государство обеспечивает исполнение. Давайте по шагам разберём, что делать дальше.

Шаг первый – получить исполнительный лист. После того как решение вступило в законную силу, вы обращаетесь в суд, который рассматривал дело, и получаете исполнительный лист. Это официальный документ, на основании которого будет работать служба судебных приставов. Без него взыскание не начнётся.

Шаг второй – обратиться в отдел судебных приставов. Вы подаёте исполнительный лист в отдел судебных приставов по месту жительства детей, то есть должников. Пристав возбуждает исполнительное производство и начинает работу: запрашивает сведения о доходах, счетах, имуществе должника.

Шаг третий – если дети не платят без уважительной причины более двух месяцев. В этом случае пристав составляет протокол об административном правонарушении по статье 5.35.1 КоАП РФ – это неисполнение родителями

или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних. За злостную неуплату алиментов без уважительных причин предусмотрена административная ответственность.

Шаг четвёртый – при повторном нарушении в течение года. Если человек уже привлекался по статье 5.35.1 КоАП РФ и снова в течение года не платит без уважительной причины, возможна уже уголовная ответственность по статье 157 УК РФ – неуплата средств на содержание детей. Это уже серьёзнее: штраф, обязательные или исправительные работы, а в отдельных случаях – лишение свободы.

Отдельно про сокрытие доходов. Если должник пытается скрыть доходы, пристав не ограничивается его словами. Он делает официальные запросы в ФНС (налоговую службу), в ПФР (пенсионный фонд), в банки – по счетам и вкладам, и в Росреестр – по недвижимости. То есть государство видит доходы и имущество должника по своим каналам, скрыть их практически невозможно.

Ключевая мысль, которую нужно запомнить: решение суда – это не конец, а начало реального взыскания. Государство обеспечивает исполнение. Ваша задача – получить исполнительный лист и передать его приставам, а дальше включается государственный механизм.

Результат этапа: гражданин понимает, что делать после получения решения.

Этап 7. Выдача и разбор памятки, ответы на вопросы (8 минут)

Специалист: мы с вами прошли весь путь – от понимания права на содержание до исполнения решения суда. Теперь, чтобы у вас всё осталось под рукой, я вручаю вам памятку «Алгоритм действий при взыскании алиментов в пользу пожилых родителей» (приложение). Это ваш план действий, к которому вы сможете вернуться в любой момент.

Давайте пройдём по ней вместе. По шагам посмотрим, что уже сделано, а что ещё предстоит. Отмечайте галочками те пункты, которые вам понятны

или уже выполнены – так вы будете видеть, на каком этапе находитесь. Если какой-то шаг вызывает вопросы, мы сразу его разберём. Не стесняйтесь спрашивать: лучше уточнить сейчас, чем потом тратить время и нервы.

Теперь запишите контакты.

В памятке есть место для телефонов – давайте туда впишем:

- мой телефон как специалиста, который вас консультировал, можете обращаться по нему по любым вопросам, которые возникнут по ходу;
- адрес и телефон государственного юридического бюро – вам помогут с подготовкой документов и представительством в суде.

Запишите их прямо сейчас, чтобы они были под рукой, а не в памяти.

Теперь жду вопросы. Что осталось непонятным? Может быть, что-то по срокам, по документам, по тому, как вести себя с приставами или с детьми? Спрашивайте – сейчас самое время разобрать всё до конца.

И последнее, что мне важно вам сказать.

Вы не одни. Право на содержание – это законное право, и его восстановление – это забота о себе, а не конфликт с детьми. Вы не начинаете войну, вы восстанавливаете справедливость и обеспечиваете себе достойную жизнь. Государство на вашей стороне, и рядом есть специалисты, которые помогут на каждом этапе. Если что-то пойдёт не так или появятся новые вопросы – звоните, мы разберёмся вместе.

Результат этапа: гражданин уходит с памяткой, контактами и ясным пониманием следующего шага.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Гражданин понимает законные условия возникновения права на алименты и знает, какие документы подтверждают каждое условие.
2. Гражданин знает, как направить письменное обращение детям и какие доказательства сохранить.

3. Гражданин имеет полный перечень документов для суда и понимает, как формулируется требование о размере алиментов.

4. Гражданин понимает порядок подачи иска и свою линию поведения в судебном заседании.

5. Гражданин знает механизм исполнения решения и меры ответственности детей при неисполнении.

6. Гражданин получил памятку с пошаговым алгоритмом и контакты для дальнейшей помощи.

7. Снижен эмоциональный барьер перед обращением в суд; гражданин воспринимает защиту права как законный и достойный шаг.

Приложение

ПАМЯТКА
«КАК ВЗЫСКАТЬ АЛИМЕНТЫ В ПОЛЬЗУ ПОЖИЛЫХ РОДИТЕЛЕЙ?»

Уважаемый гражданин!

Если ваши совершеннолетние трудоспособные дети не помогают вам материально, а вашей пенсии не хватает на жизнь, закон на вашей стороне. Эта памятка поможет вам пройти путь шаг за шагом.

ШАГ 1. Проверьте, подходите ли вы под условия

Суд удовлетворит ваш иск, если **одновременно** есть три обстоятельства:

✓ **Вы нетрудоспособны** – достигли пенсионного возраста **или** имеете инвалидность (I, II, III группы).

✓ **Вы нуждаетесь** – пенсии и иных выплат не хватает на питание, лекарства, жильё и коммунальные услуги, уход.

✓ **Дети – совершеннолетние и трудоспособные** (им больше 18 лет), они не пенсионеры и без инвалидности.

⚠ **Внимание.** Суд может освободить детей от обязанности помогать, если они докажут, что вы уклонялись от своих родительских обязанностей или были лишены родительских прав. Доказывать это должны они, а не вы. Но знать об этом нужно заранее.

ШАГ 2. Напишите детям письмо

Прежде чем идти в суд, напишите детям:

- **заказное письмо** с уведомлением о вручении **или** сообщение по SMS / электронной почте;
- укажите: размер пенсии, на сколько не хватает в месяц, какую сумму содержания вы просите;
- дайте разумный срок ответа – например, **30 дней**;

- **сохраните** копию письма, почтовую квитанцию, скриншоты.

Зачем это нужно: суд оценивает, уклоняются ли дети от обязанности. Ваша попытка договориться показывает добросовестность и работает на вас. Кроме того, это влияет на взыскание алиментов за прошлый период – в пределах 3 лет.

ШАГ 3. Соберите документы

Обращайтесь в **районный (городской) суд** – по своему месту жительства или по месту жительства детей (по вашему выбору).

Подготовить:

Документ	Зачем нужен
Исковое заявление	По числу детей + 1 экземпляр для суда
Копия паспорта	Подтверждает личность
Справка о пенсии / справка МСЭ	Подтверждает нетрудоспособность
Квитанции ЖКУ, чеки на лекарства, договор на уход	Доказывают нуждаемость
Свидетельства о рождении детей	Подтверждают родство
Копия обращения к детям + почтовые документы	Доказывает попытку договориться
Сведения о работе и доходах детей (если известны)	Если нет – суд запросит сам

Госпошлина НЕ платится. Истцы по делам о взыскании алиментов освобождены от неё.

Как формулируется требование: алименты взыскиваются в твёрдой денежной сумме ежемесячно, обычно в доле от прожиточного минимума пенсионера в вашем регионе, с индексацией. Пример: «0,5 величины прожиточного минимума пенсионера в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре с последующей индексацией».

Если есть тяжёлая болезнь или нужен уход — можно отдельным пунктом заявить о дополнительных расходах (ст. 88 СК РФ).

ШАГ 4. Подайте иск

- **Лично** в канцелярию суда (сохраните отметку на своём экземпляре), **почтой** с описью вложения или через портал **«ГАС «Правосудие»**.
- Суд в течение **5 рабочих дней** решит, принять ли иск.

Если есть опасения, что дети скроют доходы, – попросите суд наложить арест на их имущество.

ШАГ 5. В суде скажите главное – коротко и по делу

1. Почему нужны деньги. Назовите цифры: пенсия – столько, обязательные расходы – столько, не хватает – столько.

2. Что вы пытались договориться. Покажите письма и квитанции.

3. Что просимая сумма разумна. Суд учтёт доходы и семейное положение каждого ребёнка.

Помните: в суде не нужно доказывать, что вы «хороший родитель». Нужно спокойно изложить факты и показать документы. Суд – не место для семейных обид.

ШАГ 6. Если дети не платят и после суда

1. Получите исполнительный лист.
2. Обратитесь в **отдел судебных приставов** по месту жительства детей.
3. Если дети не платят **без уважительной причины больше 2 месяцев** – пристав составит протокол об административном правонарушении (ст. 5.35.1 КоАП РФ).
4. При **повторном** нарушении в течение года возможна **уголовная ответственность** (ст. 157 УК РФ).

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

- **Алименты за прошлое** взыскиваются в пределах **3 лет** до обращения в суд, если вы докажете, что пытались их получить.

- **При тяжёлой болезни или необходимости оплачивать уход** можно дополнительно потребовать участия детей в **дополнительных расходах** (ст. 88 СК РФ).
- **Бесплатная юридическая помощь:** обратитесь в государственное юридическое бюро или в юридическую службу комплексного центра социального обслуживания населения. Пожилые граждане и инвалиды имеют право на бесплатную помощь по Федеральному закону № 324-ФЗ.

ЗАПОМНИТЕ!

Право на содержание – это ваше законное право. Восстановить его – не значит разрушить семью. Это значит вернуть справедливый баланс. Действуйте последовательно, опирайтесь на документы – и закон будет на вашей стороне.

Контакты для консультации

Телефон:

Адрес: