

Министерство образования Нижегородской области  
Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №1  
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,  
с ограниченными возможностями здоровья»,  
г. Нижнего Новгорода

*Кто Я в мире людей? Кем хочу стать?*

*Что ждет меня на этом пути?*

*Тебе,*

*выпускник*

## Содержание памятки

1	<b>Ты +</b> <i>- про то, как построить хорошие отношения с людьми</i>
2	<b>«Скорая помощь»</b> <i>- про то, как сохранить свое здоровье</i>
3	<b>Твоя территория</b> <i>- про то, что тебя ждет за дверью собственного жилья</i>
4	<b>Отдохни!</b> <i>- про то, как хорошо отдохнуть и остаться при этом живым и здоровым</i>
5	<b>Работа</b> <i>- про то, как устроиться на работу и что для этого нужно</i>
6	<b>Твой адвокат</b> <i>- про то, что ты должен знать, ведь незнание закона не освобождает от ответственности</i>
7	<b>Будь в курсе</b> <i>- про то, как и где найти то, что тебе нужно</i>
8	<b>Банк информации</b> <i>- про то, что важно и полезно знать</i>

## Уважаемый выпускник!

Ты начинаешь самостоятельный путь. Мир вокруг тебя разнообразен. Ты узнаешь много нового, интересного и увлекательного, но при этом, скорее всего, столкнешься с проблемами, решать которые придется тебе самому.

Мы хотим помочь тебе, именно поэтому постарались собрать в этой памятке информацию, которая может быть полезной на начальном этапе твоей самостоятельной жизни.

За время пребывания в детском доме мы постарались вложить в тебя нашу душу и сердце, подготовить тебя к самостоятельной жизни. Сколько радостных и печальных минут мы пережили вместе с тобой. Теперь эта часть твоей жизни уже позади. Хочется надеяться, что ты будешь вспоминать это время с любовью и благодарностью. Не будет больше подъемов, завтраков в нашей столовой, воспитательных часов, самоподготовки, праздников в нашем актовом зале, совместных поездок в театр, Нижегородский кремль, цирк, Макдональдс. В твоей жизни будут другие события, встречи с другими людьми.

А как много будет соблазнов...

Но у тебя всегда будет выбор, как поступить. Очень легко оступиться. Слушай всегда свою совесть.

Не стесняйся, если будут проблемы, если в чем-то будешь сомневаться, лучше посоветуйся с нами.

Конечно, ты можешь никогда не открывать эту памятку, положить ее на полку и забыть, а можешь попробовать сделать ее своим спутником. Эта памятка может стать твоим путеводителем в самостоятельной жизни.

**В добрый путь!**

Ольга Александровна Кочеткова,

директор школы - интерната

## **Заповеди выпускника**

- Будь благодарен за всё, что имеешь (у некоторых нет и этого)
- Учись замечать в жизни хорошее (не так все плохо!)
- Бери что дают (включая знания и хорошие манеры)
- Прощай и забывай обиды (без этого никак в жизни)
- Следи за своим здоровьем и поддерживай себя в хорошей физической форме (поправить здоровье в будущем будет стоить больших денег)
- Перенимай и копируй все хорошие качества, которые тебе нравятся в других людях, общайся больше с такими людьми
- Береги друзей и дорожи ими. Умей сам быть другом
- Учись работать, набирайся опыта, умений
- Относись к другим так, как хочешь, чтобы относились к тебе (что посеешь, то и пожнешь: если будешь уважать других, тебя тоже будут уважать)
- Ты все можешь, если очень захочешь!



## Ты +

### Ты+ты

Вопросы о тебе	Примеры ответов
Твои инициалы?	Если тебя зовут Михаил Иванович, то твои инициалы - <i>М.И.</i>
Какой цвет глаз и волос?	Глаза серые, волосы русые
Какой у тебя размер обуви и одежды?	39 размер обуви, 46 размер одежды
Твое семейное положение?	Холост, не замужем (женат, замужем)
Какой у тебя характер?	Я активный, непоседа, веселый, влюбчивый, любознательный
Твое образование?	Неполное среднее – окончил 9 классов специального коррекционного образовательного учреждения
Что в тебе нравится, а что нет?	Нравится: веселый характер, не нравится: не умею планировать расходы, опаздываю, боюсь ходить к врачам, ленив
Что ты делаешь лучше других?	Готовлю яичницу, жарю картошку, умею развеселить друзей
Что тебе удалось в жизни?	Найти хороших друзей, окончить школу, получить специальность, устроиться на работу

Научившись отвечать на эти вопросы, ты сможешь рассказать другим о себе. Говоря о себе, не придумывай и не преувеличивай свои возможности. Это придаст тебе чувство уверенности.

## Ты +

### **Ты + друзья**

Друг – это тот человек, которому ты можешь доверять!

Есть люди, которые называются твоими друзьями, но на самом деле ими не являются: они могут тебя обмануть, подставить, по их вине ты можешь лишиться денег, жилья, попасть в тюрьму и даже умереть! Поэтому думай!



**Помни!**

Дружба предполагает взаимную помощь и поддержку, сходство чувств и переживаний. От друга ждут верности, у друга ищут помощи в трудную минуту. К другу идут с радостью – он разделит ее с вами. К другу идут с бедой – он поддержит вас и поможет. Друг поймет ваши заветные мечты, сохранит ваши тайны.

Друг – это всегда серьезно!

### **Ты + соседи**

Как сделать соседей своими друзьями:

- Здравойся с ними
- Следи за тем, чтобы твой любимый музыкальный центр случайно не включался после 23.00 часов на полную громкость
- Если живешь с соседями в общежитии или в подъезде, договоритесь о том, кто отвечает за уборку, повесьте график на видное место в подъезде или коридоре

## Ты +

**Внимание!** Если соседи и другие люди просят на какое-то время оставить у тебя свои вещи, хорошо подумай (особенно если это закрытый пакет или ящик с неизвестным содержимым). Там могут оказаться, к примеру, наркотики! А за хранение наркотиков тебе грозит тюремный срок!

### **Тебе уже 18 лет?**

Ты – совершеннолетний, обладаешь полной дееспособностью. Это значит, что за себя и за свои действия несешь ответственность только ты!

### **Ты + секс**

Все знают, что секс доставляет удовольствие. Но, получая удовольствие, помни о последствиях. Они могут полностью изменить твою жизнь.

У тебя есть вопросы, которые ты боишься задать друзьями взрослым? Позвони по телефону доверия для детей, подростков и их родителей **8 800 2000 122**

Если твой парень (девушка) настаивает на сексе, а ты не хочешь, ты можешь сказать:

- Нет
- Я не в настроении
- Я плохо себя чувствую
- Я хочу, чтобы первый раз был особенный
- Я не могу содержать ребенка
- Я сказал(а) «Нет», и это моё последнее слово
- Я не сплю со всеми подряд
- Я не готов(а)
- Я хочу остановиться на этом

## Ты +

### Ты + семья

Ты решил создать семью

### **Помни:**

- ✓ Брак не может быть счастливым, если супруги до вступления в союз не узнали привычки и характер друг друга
- ✓ Любовь и взаимопонимание – основы вашего счастья



### Условия заключения брака:

- Обоюдная любовь, уважение, равноправие
- Взаимная ответственность
- 18 лет, добровольность, дееспособность
- Отсутствие близких родственных связей
- Отсутствие других браков

### Порядок заключения брака:

- Лично подать заявление в органы ЗАГС
- Через месяц со дня подачи заявления брак регистрируется
- Заключение брака производится в присутствии лиц, вступающих в брак
- Будущие супруги должны знать о состоянии здоровья друг друга



### ➤ **Правила счастливой семьи**

- понимание
- уважение
- доброта
- помощь
- любовь
- забота
- доверие



## Ты +

Семья держится на любви:

- мужа и жены
- родителей к детям
- детей к родителям
- между детьми

<i>Образ хорошего мужа</i>	<i>Образ хорошей жены</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Глава семьи</li><li>✓ Кормилец</li><li>✓ Защитник</li><li>✓ Выполняет мужскую работу по дому</li><li>✓ Ответственный</li><li>✓ Самостоятельный</li><li>✓ Любит свою жену и детей</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Заботливая мать</li><li>✓ Ведет домашнее хозяйство</li><li>✓ Трудолюбивая</li><li>✓ Скромная</li><li>✓ Нежная</li><li>✓ Ласковая</li><li>✓ Без вредных привычек</li><li>✓ Аккуратная</li><li>✓ Любит мужа, детей</li></ul>

Государственная поддержка семьям:

- Выплаты государственных пособий в связи с рождением детей
- Льготы на предоставление жилья многодетным, неполным семьям, семьям с инвалидами
- Скидка оплаты многодетным семьям за коммунальные услуги
- Неполная рабочая неделя (день) для многодетной матери
- Льготы молодым семьям на получение кредита для покупки жилья

ЗАГС – запись актов гражданского состояния (находится в каждом районе)

***Брак может быть расторгнут:***

## Ты +

### **Ты + ребенок**

Прежде чем ты решишь стать мамой (папой), подумай:

1. Что изменится в твоей жизни, когда появится ребенок?  
Сможешь ли ты уделять ребенку большую часть своего времени (в первый год жизни ребенок нуждается в постоянном внимании и заботе)?
3. На какие деньги вы будете жить (государственное пособие очень маленькое, а детское питание и вещи стоят дорого)
4. Готов (а) ли ты к тому, что тебе, возможно, придется воспитывать ребенка в одиночку, к тому, что ты будешь отвечать не только за себя, но и за своего ребенка?
5. Кто сможет тебе помочь?

? □□□□ ъ □□



У тебя родился ребенок!

Ты не одинока! Есть организации, которые помогут тебе.

Позвони и ты сможешь получить:

- консультацию
- эмоциональную поддержку
- житейский совет
- материальную помощь (подгузники, питание для

## «Скорая помощь»

### *Основные медицинские документы:*

- ✓ медицинский страховой полис
- ✓ медицинская книжка
- ✓ медицинская карта

У медицинских работников будет формальное право отказать тебе в бесплатной помощи, если у тебя нет медицинского страхового полиса.

Медицинский страховой полис должен храниться у тебя, медицинская книжка – у работодателя, медицинская карта – в поликлинике.

**Помни!** Медицинский страховой полис и медицинская карта – бессрочные документы (не требуют продления срока действия). Их оформление бесплатно для тебя.

Иногда при устройстве на работу необходимо оформить медицинскую книжку. Её оформление ты оплачиваешь самостоятельно.



## Твоя территория Домашняя экономика

### **Необходимо:**

- знать источники бюджета (доходной и расходной части)
- уметь его рассчитывать (на неделю, месяц)

### **Что должно быть в твоём доме**

#### **Мебель:**

- диван
- шкаф для одежды
- кресло
- журнальный столик
- кухонный стол
- обеденный стол
- шкаф для посуды

стулья или табуретки

#### **Бытовая техника:**

- телевизор
- стиральная машина
- холодильник
- утюг
- DVD

#### **Посуда:**

- Кухонная посуда
- Столовая посуда
- Чайник для кипячения воды
- Заварной чайник

#### **Постельные принадлежности:**

- Одеяло
- Подушки
- Комплекты постельного белья

## **Твоя территория Домашняя экономика**

- Полотенца для тела, рук, ног
- Кухонные полотенца

### ***Предметы для уюта:***

- Карнизы
- Шторы
- Покрывало на диван и кресла
- Палас, ковер

### ***Предметы для ванной комнаты:***

- Зеркало
- Полочки для туалетных принадлежностей
- Крючок для полотенец
- Тазик для стирки белья
- Корзина для грязного белья

### ***Предметы для мелкого ремонта одежды:***

- Нитки
- Набор иголок
- Ножницы
- Пуговицы

### ***Инструменты:***

- Молоток
- Плоскогубцы
- Набор отверток
- Электродрель
- Шуруповерт

### ***Продукты, которые нужно иметь дома***

- |        |          |        |
|--------|----------|--------|
| - мясо | - курица | - яйцо |
| - рыба | - печень | - мука |



## Твоя территория Домашняя экономика

- картофель
- морковь
- лук
- капуста
- чеснок
- зелень
- фрукты
- лавровый лист
- молотый перец
- крупы
- сахар
- сливочное масло



### **О вкусной и здоровой пище.**

В современном мире, чтобы купить продукты, нужны лишь деньги. Мини-, супер-, гипермаркеты расположены повсеместно. Но не всё, что там продают, полезно для организма. Приучи себя питаться регулярно, исключи еду всухомятку, старайся покупать продукты, богатые не только белками, жирами и углеводами, но и витаминами. Старайся меньше есть сладкого, замени это овощами и фруктами. Учись готовить разнообразные блюда на каждый день, что очень пригодится тебе в дальнейшей жизни.

На протяжении многих веков люди создавали и передавали из уст в уста рецепты, удачно сочетающие в себе продукты и способы их обработки. В то же время появление новых продуктов и приправ вносит новизну в знакомые нам рецепты. Любая хозяйка, приступая к приготовлению обеда или ужина, задает себе множество вопросов: как лучше приготовить то или иное блюдо, что подать на десерт?

Здесь предложены некоторые рецепты первых, вторых блюд, а также салаты, без которых трудно обеспечить организм необходимыми витаминами.

### ***Полезные советы***



Жарить и варить мясо начинают на сильном огне, а заканчивают на слабом.

## Твоя территория *Домашняя экономика*

Мясные котлеты будут вкуснее, если в фарш положить поровну сырого и слегка поджаренного репчатого лука и немного натертого сырого картофеля.

Для панировки, кроме панировочных сухарей, можно использовать манную крупу или сухой хлеб (прокрутить через мясорубку или натереть на крупной терке).

Жареная печень станет более сочной, если ее предварительно подержать 2-3 часа в молоке. Следите, чтобы она не пережарилась: лишние 1-2 минуты могут сделать печень жесткой и невкусной.

Солить печень следует после жарки. Пленку с печени легче снять, опустив ее на одну минуту в горячую воду.

Вареная курица (мясо) будет очень вкусной, а бульон прозрачным, если при варке положить одну головку репчатого лука.

Рыбу варят в течение 15-20 минут, считая с начала кипения.

Чтобы отличить сырое яйцо от вареного, покрути его на гладкой поверхности. Вареное яйцо будет вертеться быстрее сырого.

Яйца варят, заливая их холодной водой, продолжительность варки считается с момента закипания воды.

Яйцо всмятку варят - 3 минуты, в мешочек - 4 минуты, умеренно крутое - 5 минут, очень крутое - 10 минут. Лопнувшие яйца нужно варить в сильно подсоленной воде, тогда белок не вытечет.

Сваренное вкрутую яйцо выньте из кипятка и залейте холодной водой - яйцо легче очистится от скорлупы.

Картофельное пюре разбавляют только горячим молоком (картофельное пюре не посинеет). Отварной картофель, очищенный от кожуры, нужно солить сразу, как только он закипит.

Жареный картофель получится хрустящим, если растительное масло хорошо разогреть на сковороде, картофель предварительно просушить в бумажном полотенце или дать воде стечь в дуршлаге. Солить жареный картофель нужно, когда он уже почти готов.

При варке опустите морковь в кипящую воду. Это значительно ускорит время варки и уменьшит разрушение витаминов.

## **Твоя территория Домашняя экономика**

### *Как приготовить некоторые блюда*

#### **Яичница**

На сковороде разогреть одну столовую ложку сливочного масла, разбить два яйца в сковородку. Как только белок примет молочно-белый цвет, яичница готова.

#### **Каша манная**

В один стакан кипящего молока тонкой струйкой всыпать две столовые ложки манной крупы и непрерывно помешивая варить на слабом огне 10 минут до загустения. После этого положить одну столовую ложку сахара и щепотку соли.

#### **Каша рисовая, пшенная**

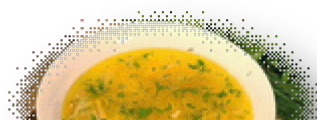
Перебрать и промыть один стакан риса (пшена), засыпать в два стакана кипящей воды и варить 8-10 минут. Затем добавить два стакана молока, помешивая варить на слабом огне 15 минут, затем положить 2-3 столовых ложки сахара и щепотку соли. Добавить сливочного масла.

#### **Винегрет**

Отварить 2 свеклы, 2 моркови, 4-5 картофелин, очистить, нарезать кубиками, так же нарезать кубиками одну головку репчатого лука и 2 соленых огурца. Добавить одну банку зеленого консервированного горошка. Полученную массу перемешать. Можно заправить 4-5 столовыми ложками растительного масла или 100 граммами майонеза.

#### **Суп куриный**

В три литра воды положить половину курицы, добавить одну головку очищенного репчатого лука, через 40 минут вынуть луковцу, курицу и отделить ее от костей. В бульон положить столовую ложку соли, 2 очищенных и порезанных кубиками картофеля, куриное мясо. Через 10-15 минут положить в бульон горсть вермишели. Через 5 минут суп готов.



## **Твоя территория Домашняя экономика**

### **Щи из свежей капусты**



Одну банку тушенки залить тремя литрами воды, поставить на огонь и довести до кипения. В кастрюлю положить предварительно обжаренные морковь (1 штука) и репчатый лук (1 штука), полкилограмма свежей и порезанной кубиками капусты, через 15 минут положить 4 штуки очищенного и порезанного кубиками картофеля, варить 15-20 минут. За 5 минут до окончания варки в щи добавить пять горошин черного перца, лавровый лист, 2 столовые ложки соли, посыпать мелко порезанной зеленью.

### **Картофель жареный**

Сырой очищенный картофель нарезать ломтиками или соломкой. Положить его в разогретое на сковороде растительное масло. Жарить, не закрывая крышкой, до образования румяной корочки, 10-15 минут, после чего посолить и закрыть крышкой.

### **Мясо тушеное**



Мясо (500 грамм) обмыть, нарезать кусочками в виде кубиков, посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с маслом. После окончания обжаривания добавить мелко нарезанный репчатый лук (2 головки), мясо посыпать мукой (1 столовая ложка) и все вместе слегка поджарить. Подготовленное мясо сложить в кастрюльку, залить 2-3 стаканами воды, добавить томат-пасту, 1-2 лавровых листа, накрыть крышкой и поставить тушить на 1-1,5 часа.

### **Фруктовый салат**

1 банан, 1 апельсин, 1 мандарин, 1 грушу, 1 яблоко, 1 киви очистить и порезать небольшими кусочками. Добавить

## **Твоя территория Домашняя экономика**

Дополнительную информацию о рецептах приготовления других блюд ты можешь найти в сети Интернет, книгах «О вкусной и полезной пищи»

### **Полезные советы для хозяйки**



#### ***Запах в холодильнике***

1. Разложить в разных местах холодильника на полках таблетки активированного угля
2. Натереть сырой картофель и поместить в блюдечке на ночь
3. Несколько кружков лимона нарезать и на блюдце оставить в холодильнике
4. Насыпать в блюдце пищевую соду и поставить на нижнюю полку холодильника
5. Кстати, чтобы вернуть белоснежную поверхность стенкам холодильника, протри их ваткой, смоченной нашатырным спиртом с зубным порошком. Затем протри влажной и сухой тряпкой

#### ***Советы по уходу за обувью***



1. Чтобы удалить дурной запах от спортивной обуви, в носки с вечера насыпать наполнитель кошачьих туалетов и, положив их в обувь, оставить до утра, или протереть обувь внутри розовым раствором марганцовки и поставить сушиться
2. Если новые туфли пачкают носки или колготки, возьми сухой тальк и вотри его изнутри обуви
3. Приходя с улицы, не забывай помыть обувь, протереть кремом
4. Разводы и пятна от дорожной соли можно удалить раствором уксуса



Таблица меры и веса основных продуктов (г)

	Стакан тонкий 250 мл	Стакан гранёный 200 мл	Столловая ложка (без горки)	Чайная ложка (без горки)
Вода	250	200	18	5
Горох	220	200	18	10
Желатин порошок	-	-	15	5
Изюм	190	155	25	7
Какао порошок	-	-	25	9
Кислота лимонная сухая	-	-	25	8
Корица молотая	-	-	20	8
Кофе молотый	-	-	20	7
Крупа „Геркулес“	90	70	12	6
Крупа гречневая	210	165	25	7
Крупа манная	200	160	25	8
Крупа перловая	230	185	25	8
Мargarин топленый	230	180	25	4
Масло растительное	240	190	17	5
Масло сливочное	210	170	40	15
Масло топленое	245	185	17	5
Мёд	325	260	30	9
Молоко	255	205	18	5
Молоко сгущённое	-	-	30	12
Молоко сухое	120	100	20	5
Мука пшеничная	160	130	30	10
Перец чёрный	-	-	-	5
Пшено	220	175	25	10
Рис	240	180	30	10
Сахарная пудра	180	140	25	10
Сахарный песок	230	180	30	12
Сливки	250	200	14	5
Сметана	250	210	25	10
Сода	-	-	28	12
Соль	325	260	30	10
Сушари молотые	125	100	15	5
Томатная паста	-	-	30	10
Уксус	250	200	15	5
Фасоль	220	175	30	10
Хлопья кукурузные	50	40	7	2

## Твоя территория

### *Сдавать или не сдавать?*

У тебя есть квартира, доставшаяся тебе от родителей.

Можно было бы ее сдать...

#### Сдавать!

- Можно получить деньги
- Могут возникнуть проблемы с налоговой инспекцией (за любой доход нужно платить налог) или с недобросовестными жильцами (есть опасность лишиться не только денег, но и жилья)

#### Не сдавать!

- Нет «легких» денег, но зато нет и риска!

Если все же решил(а) сдавать квартиру, обязательно заключи с жильцами Договор аренды. Никогда не подписывай чистые листы бумаги или документы, содержание которых не понимаешь.

Куда обратиться за помощью, если незнакомые люди требуют отдать квартиру за долги, о которых ты в первый раз слышишь:

1. В первую очередь в полицию (заявление в 2-х экземплярах)
2. В органы опеки и попечительства (тел. 417-39-21, 417-09-65)
3. В школу – интернат (тел. 433-44-02)
4. Центр социальной защиты населения

Ты являешься собственником квартиры, твои родственники (друзья) просят прописать их в твою приватизированную квартиру. Что тебя ожидает?

1. Родственник (друг) будет иметь право пользоваться твоей квартирой, но собственником никогда не станет

## **Твоя территория**

1. Прописав дополнительного жильца, ты увеличиваешь все расходы на коммунальные платежи
2. Если ты все-таки прописал родственника (друга), то сразу обсудите вопрос о совместной оплате за свет, воду, квартплату.
3. Если родственник (друг) вдруг куда-то исчезнет, не выписавшись, тебе придется оплачивать все счета самостоятельно
4. Если вдруг у родственника (друга) появятся проблемы с правоохранительными органами, то тебя будут постоянно беспокоить.

### ***Из чего складывается ежемесячная плата?***

- ✓ Расходы на отопление
- ✓ Расходы по обслуживанию водопровода и водоотведения
- ✓ Стоимость подачи горячей воды
- ✓ Стоимость электроэнергии и газа
- ✓ Стоимость вывоза мусора
- ✓ Стоимость ремонта жилого фонда
- ✓ Стоимость найма жилья, если оно не приватизировано

Все составляющие квартплаты оформляются квитанциями, которые нужно оплатить обязательно до указанного в ней срока в банке или почтовом отделении.

Если в твоей квартире установлены счетчики для холодной и горячей воды, газа, электроэнергии, оплата услуг будет производиться по показаниям счетчиков.

### ***Что будет если не платить за квартиру?***

Тебе могут:

- ✓ Отключить свет, газ, воду
- ✓ Если жилье получено по договору социального найма, то в соответствии со ст. 90 Жилищного Кодекса РФ тебя могут выселить и переселить в другое, менее благоустроенное жилье (например, комната без удобств)

## **Твоя территория**

### ***Запомни!***

Если твой доход ниже установленного прожиточного минимума, то ты имеешь право на получение субсидии по оплате за квартиру.

Субсидию ты можешь оформить по месту жительства в Центре социальной защиты населения

### ***Документы, необходимые для назначения субсидии:***

- ✓ Расчетные документы по квартире
- ✓ Квитанции об оплате электроэнергии, газоснабжения и других коммунальных платежей
- ✓ Договор безвозмездного пользования
- ✓ Кто получает пенсию – пенсионное удостоверение
- ✓ Если безработный – справка с биржи труда о получаемом пособии
- ✓ Для студентов – справка о стипендии на текущий\* месяц
- ✓ Для работающих – справка о доходах на текущий месяц
- ✓ Справка о составе семьи

\**Текущий месяц* – это месяц обращения в отдел жилищных субсидий.

Жилищная субсидия оформляется сроком на 1 год.

### ***Основные документы на квартиру:***

- ✓ Договор социального найма или Свидетельство на право собственности на жилое помещение
- ✓ Квитанция оплаты коммунальных услуг
- ✓ Квитанция оплаты электроэнергии, газа
- ✓ Справка о составе семьи
- ✓ Паспорт

***Храни все документы в доступном для тебя месте.***

Восстановление документов – очень трудный и длительный процесс!



## **Твоя территория**

### **Твой паспорт**

Паспорт обязаны иметь все граждане РФ, достигшие 14-летнего возраста. Срок действия паспорта гражданина:

- от 14 лет до 20-летнего возраста
- от 20 лет до 45-летнего возраста
- от 45 лет – бессрочно

По достижению гражданином 20-летнего и 45-летнего возраста паспорт подлежит замене. Для этого необходимо:

- ✓ обратиться в отделения УФМС России по Нижегородской области, расположенные в каждом районе, или многофункциональные центры (МФЦ)
- ✓ Взять необходимый перечень документов для получения нового паспорта

***Также ты обязан поменять паспорт если:***

- ✓ изменилась фамилия
- ✓ паспорт пришел в негодность

***Если ты потерял паспорт или его украли необходимо:***

- ✓ обратиться с заявлением в органы внутренних дел (если украли - в полицию)
- ✓ в отделении УФМС взять перечень документов, необходимых для восстановления паспорта
- ✓ получить временное удостоверение личности



## **Твоя территория**

### **Участковый и другие**

#### ***Участковый полицейский***

- может прийти с визитом к тебе в квартиру (имеешь право не открывать)
- может защитить от разных неприятностей
- его можно найти в опорном пункте охраны правопорядка по месту жительства

Как правильно себя вести, если тебя задержала полиция?

#### ***За что тебя могут задержать?***

- Твой внешний вид по приметам похож на внешность разыскиваемого преступника
- Поздно вечером ты оказался в районе, где только что произошла кража или ограбление
- Для установления личности, если при себе у тебя не было документов
- В связи с совершенным тобой преступлением
- Если ты находишься в нетрезвом состоянии в общественных местах
- Ты нарушаешь правила общественного порядка

#### ***Как вести себя при задержании?***

- Будь спокоен и выдержан. Не груби
- Обязательно если есть предъяви документы
- Попроси объяснить причину
- Если есть мобильный телефон, сообщи родственникам, друзьям о твоём задержании, местонахождении
- Постарайся запомнить фамилию имя отчество сотрудника

## **Твоя территория**

### ***Рекомендации:***

- ✓ Если ты несовершеннолетний, то допрашивать тебя имеют права только в присутствии педагога
- ✓ Прежде чем подписать протокол допроса внимательно прочти его. Не подписывай, если ты с чем-то не согласен в тексте протокола

### **Электрики и сантехники**

- Приходят, когда возникают проблемы с электричеством, водопроводом, сантехникой
- Вызвать их в случае необходимости можно круглосуточно (существуют аварийные службы, телефон единой дежурной диспетчерской службы своего района можно узнать в сети Интернет)
- Их услуги могут быть платные (всегда уточняй стоимость работы)

### ***Жилищные организации, которые могут быть тебе полезны:***

- ✓ Диспетчер ЖЭУ
- ✓ «ЖКХ» (ОАО)
- ✓ Диспетчер водоканала
- ✓ Дежурный электросети
- ✓ Водоканал
- ✓ Аварийная служба газа
- ✓ Энергосбыт

**Все телефоны можно узнать в сети Интернет**

## Твоя территория

### Правила безопасности

#### *Ванная*

Включенные электроприборы в ванной комнате опасны для жизни! Пользуйся феном в комнате. Электробритву клади на сухую поверхность

#### *Кухня*

Полная раковина грязной посуды + включенная вода + плохая память или невнимательность = ВСЕМИРНЫЙ ПОТОП

**Следствие:** ремонт у тебя и у соседей за твои деньги!

Не давай холодильнику «болеть»: мой его и следи за тем, чтобы продукты в нем не портились.

Газовая плита. На ночь перекрывай газ. Утечка газа смертельно опасна!

#### *Комната*

В одну розетку включены телевизор, компьютер, музыкальный центр, DVD-плеер? Жди замыкания и пожара! В комнате несколько розеток – используй их!

Не дотрагивайся до выключателей и розеток мокрыми руками. Лампочки меняй сухими руками. При этом выключи лампу из розетки. Если тебе нужно повесить новую люстру, лучше вызвать электрика.

Если у тебя случились крупные или мелкие неприятности в квартире, не откладывая обращайся в ЖЭУ.



## Твоя территория

### Как уберечь себя от несчастья

\*Не теряйся, если находясь в квартире, услышишь, что кто-то пытается открыть входную дверь, а громко спроси: «Кто там?»

\*Если дверь продолжают открывать чужие, по телефону «02» вызывай полицию, точно укажи адрес, а затем с балкона или из окна зови на помощь соседей или прохожих.

\*Уходя из дома, не забывай закрыть балкон, форточки и окна, особенно если проживаешь на первом или последнем этажах.



\*Не входи сразу в подъезд многоэтажного дома, если перед тобой туда вошел одинокий мужчина или молодой парень.

\*Будь внимательным с ключами от квартиры – не теряй, не оставляй под ковриком, в почтовом ящике.

\*Не хвастайся перед окружающими тем, какие у тебя есть дорогостоящие вещи, не носи с собой больших сумм денег.



## Твоя территория

\*Не приглашай в дом незнакомых или малознакомых ребят и девушек ни под каким предлогом.

\*Не нужно на улице разговаривать с пьяными людьми, даже если они тебе знакомы, так как поступки пьяного человека могут быть непредсказуемыми и жестокими.

\*Не садись к незнакомым или малознакомым лицам в автомобиль, доверяй только проверенным службам такси.

\*Не входи с посторонними в лифт.

\*В вечернее и ночное время старайся избегать безлюдных мест.

\*Не надевай много ценных украшений, чтобы не привлекать к себе лишнего внимания.

\*Если возвращаешься домой очень поздно, попроси родственников или знакомых встретить тебя на остановке автотранспорта или возле дома.

\*Если тебя грабят, и ты не уверен, что можешь оказать сопротивление преступнику, отдай то, что у тебя требуют. При этом обрати внимание на особые приметы преступника и, не теряя времени, сообщи обо всем в полицию.



\*При пользовании уличным банкоматом старайся как можно плотнее стоять к нему, чтобы окружающие не видели, какую операцию ты проводишь и какую сумму снимаешь со счета.

## Твоя территория

\*В кошелек желательно класть небольшую сумму денег, а крупную – во внутренний карман одежды.

\*Не забывай, что очень часто грабят и бьют одиноких подвыпивших людей.

\*Не доверяй свой мобильный телефон незнакомцу, который просит позвонить. Это один из распространенных приемов уличных воришек.

\*Следи за своими вещами, особенно документами, в толпе народа, на рынке, в супермаркете, на вокзале и других людных местах. Малейшая твоя невнимательность или рассеянность может послужить поводом молниеносных действий воришек.



\*Будь отзывчив на несчастье других. Живя по принципу «моя хата с краю», многие забывают, что и мы сами, и наши родственники не застрахованы от грабежа. Давайте помогать друг другу в борьбе с преступниками.





## Отдохни

### **Отдохни без последствий**

Хочешь отметить новоселье, день рождения, Новый год, окончание техникума? Да мало ли поводов! Хочешь, чтобы всем было весело? Планируешь закупить выпивку для себя и других? Если тебе уже 21 год, ты можешь купить любое спиртное, НО:

Прежде чем пойти в магазин, подумай:

#### *чего ты реально хочешь?*

- повеселиться
- пообщаться с друзьями
- просто отдохнуть
- забыть о проблемах?

Всего этого можно достичь и без алкоголя.

#### *Или ты хочешь:*

- напиться до потери сознания
- разнимать пьяную драку
- поссориться с друзьями
- сожалеть о зря потраченных деньгах и времени...

Последствия очевидны...

- отравление алкоголем и похмелье
- зависимость и алкоголизм
- потеря друзей и семьи
- потеря работы
- потеря денег
- потеря свободы
- смерть

## Отдохни

? □□□□ ъ □□

### *Пять сказок о спиртном:*

1. Последствий не будет, если пить правильно
2. Пиво – не алкоголь, можно пить сколько хочешь
3. Если хорошо закусить, то не опьянеешь
4. От «Отвертки» алкоголиком не станешь
5. Чтобы стать алкоголиком, нужно пить каждый день



## Отдохни

### **Клубная жизнь**

Большинство людей ходят в кафе, клуб для того, чтобы:

- потанцевать, отдохнуть
- познакомиться с девушкой (молодым человеком)
- послушать музыку, пообщаться
- отметить день рождения, праздник

#### ***Помни что:***

- Знакомясь с девушкой или парнем, надо соблюдать осторожность: есть люди, которые зарабатывают такими знакомствами. Они обычно знакомятся первыми. Тебе нужно сказать, что у тебя нет денег.
- Если тебе кто-то понравился и ты с ним (с ней) хочешь познакомиться, не напивайся (даже для храбрости). Пьяные никому не нравятся
- Отказывайся от предложения «подбросить» тебя домой после кафе (это касается не только девушек)
- Под видом сигареты, бокала вина (или другого напитка) тебе могут предложить наркотики, за которые потом требуют большие деньги
- Следи за тем, чтобы из твоих карманов и сумки ничего не пропало и при этом там не появилось то, что тебе не принадлежит. Может быть ты не знаешь, но за хранение наркотиков (если их обнаружат у тебя в кармане или сумке) тебя ждет тюрьма.
- Продавцы наркотиков жестокие люди, и если ты свяжешься с ними, а потом решишь отказаться от их услуг, ты можешь лишиться не только денег, но и жизни

#### ***Запомни правила посещения кафе, ночного клуба:***

- не брать сигареты, жвачку, спиртное у незнакомых людей
- не напиваться
- сказать близким о том, куда конкретно ты идешь

## Отдохни

### Недорогой отдых

#### 1. Отдых в санатории или пансионате

Если у тебя хронические заболевания, ты можешь обращаться в государственные организации (поликлиника, Центр социальной защиты населения, по месту учебы или работы). От тебя потребуется письменное заявление и оформление медицинских документов

#### 2. Туристические походы.

? □□□□й ~□□

Во всех районах города и области есть организации, которые помогают людям с пользой проводить свободное время (ФОКи, клубы по интересам, танцевальные кружки и т.д.). Они могут быть государственными, частными, общественными, оказывать услуги бесплатно или за деньги.



## Работа

### Как устроиться на работу

**Ты решил работать?** Тогда эта информация для тебя:

	<b>Профессии</b>	<b>Образование</b>	<b>Требования</b>
<b>Средний доход</b>	Строитель, плотник, швея, штукатур - маляр, плиточник, парикмахер	ГБОУ СПО Богородский политехнический техникум  курсы	Средняя квалификация, аккуратность, исполнительность, ответственность, трудолюбие
<b>Низкий доход</b>	Дворник, грузчик, разносчик газет, санитарка	школа	Аккуратность, исполнительность, отсутствие вредных привычек

### ***Помни!***

Основанием для обеспечения социальных гарантий в области трудоустройства граждан служат:

- Конституция РФ
- Трудовой кодекс РФ
- Гражданский кодекс

### **Справка**

К группе населения, которая в первую очередь принимается на рабочие места, относится молодежь из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, несовершеннолетние, инвалиды.

Запрещается применение труда лиц моложе 18 лет на тяжелых работах и на работах с вредными или опасными условиями труда.

## Работа

При трудоустройстве воспитаннику школы – интерната необходимо знать, как подготовиться к первому собеседованию, какие документы надо подготовить, какие права и обязанности имеет несовершеннолетний работник, на какие пункты в трудовом договоре нужно обратить особое внимание.

Для этого мы готовы представить некоторые практические советы.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВСТРЕЧИ С РАБОТОДАТЕЛЕМ**

- Очень важно прибыть на собеседование вовремя.
- Необходимо подумать, каким транспортом ехать, сколько на это потребуется времени (с учетом времени суток и возможных перерывов в движении транспорта).
- Лучше приехать чуть раньше и погулять на свежем воздухе - это поможет сосредоточиться и окончательно подготовиться к разговору.
- Но входить в кабинет раньше назначенного времени не стоит.
- Работодатель может быть занят - не стоит мешать ему. В дверь кабинета нужно постучать точно в назначенное время.
- Возможно, для этого придется предпринять пробную поездку, чтобы оценить время, которое надо затратить на дорогу.  
При встрече надо иметь документы: паспорт, аттестат, диплом, трудовую книжку, а также ручку, записную книжку.
- Поздоровавшись, не стоит без приглашения торопливо садиться на стул.
- Если был предварительный разговор с работодателем по телефону, то необходимо напомнить ему об этом.
- Держаться нужно свободно, но не развязно.
- Не позволяйте себе курить, развалившись сидеть на стуле и т. п.
- Лучше подождать, пока вас будут готовы выслушать или начнут разговор. Всегда внимательно выслушивайте



## Работа

### Образцы деловых бумаг

#### **Заявление о приеме на работу**

Генеральному  
директору  
Иванову Сергею  
Ивановичу  
От Сидорова Ивана  
Петровича,  
проживающего по  
адресу:  
г. Богородск, ул.  
Ленина, д. 4, кв. 8  
Тел. 8 910 368 41 24

заявление

Прошу Вас принять меня на работу в должности маляра-штукатура с 1 апреля 2013 года.

15 марта 2013 г.

Сидоров И.П.

#### **Заявление о предоставлении очередного отпуска**

Генеральному  
директору  
Иванову Сергею  
Ивановичу  
от Сидорова Ивана  
Петровича, строителя  
бригады

заявление

Прошу Вас предоставить мне очередной отпуск за отработанное время с 1 октября 2013года в количестве 28 дней.

30 сентября 2013 г.  
И.П.

Сидоров

## Работа

### **Заявление об освобождении от занимаемой должности (увольнении)**

Генеральному  
директору  
Иванову Сергею  
Ивановичу  
от Сидорова Ивана  
Петровича,  
строителя бригады

заявление

Прошу Вас освободить меня от занимаемой должности по  
собственному желанию с 20 мая 2013 г.

15 мая 2013г. Сидоров И.П.

### **Доверенность на получение заработной платы**

Доверенность

Я, Павлова Екатерина Сергеевна, паспорт 4503 № 132453  
выдан ОВД г. Богородска Нижегородской области 23 мая 2000  
года, проживающая по адресу: 607600, г.Богородск, ул. Ленина,  
д.4, кв. 7, доверяю получить мою заработную плату за январь  
2013 года Сергееву Денису Андреевичу, паспорт 3578 № 567489  
выдан ОВД г. Богородска 15 апреля 2010 года, проживающему  
по адресу: 607600, Богородск, II микрорайон, д. 34, кв. 12.

3 декабря 2013 года Павлова Екатерина Сергеевна  
(подпись)

Подпись руки Павловой Екатерины Сергеевны удостоверяю.  
Директор ООО «Рубин» В.П.Петров

## Работа

Основные документы, необходимые для устройства на работу:

- Паспорт
- Трудовая книжка (если есть)
- Документ об образовании
- ИНН (идентификационный номер налогоплательщика)
- Медицинская справка
- Полис государственного пенсионного страхования (если есть)
- Заявление о приеме на работу
- Трудовой договор
- Фотографии

Если это первое место работы, то заводится *трудовая книжка*. Ее оформляет работодатель, заполняется она в отделе кадров организации. При увольнении работника трудовая книжка выдается ему в день увольнения. Если ты потерял трудовую книжку, то обязан немедленно сообщить об этом по последнему месту работы для получения дубликата.

*Трудовой договор* заключается между работодателем и работником. В трудовом договоре обязательно оговариваются следующие условия:

1. должность
2. права и обязанности работника
3. условия труда
4. оплата труда
5. рабочее время
6. права и обязанности работодателя

*Полис государственного пенсионного страхования* оформляется в районном отделении пенсионного фонда, в учебном заведении или по месту работы.

*ИНН (идентификационный номер налогоплательщика)* оформляется в районной налоговой инспекции.

## Работа

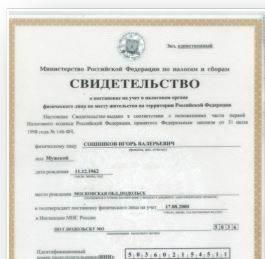
**Внимание!** Если тебе предлагают работу, но при этом

- не указывают телефон или дают только сотовый...
- не требуют никакого образования и при этом предлагают очень высокую зарплату или свободный график работы...
- пишут в объявлении «требуются стройные и молодые»...

**Насторожись!!!**

Не гонись за «большими деньгами»! Помни, что просто так деньги никто не платит!

Если тебя обманул работодатель (нарушил Трудовой кодекс), обращайся в комиссию по трудовым спорам, суд, инспекцию по труду при администрации. Там тебе дадут консультацию и помогут в случае необходимости обратиться в суд.



## Работа

### **Биржа: туда и обратно**

Одним из главных вопросов для выпускника детского дома становится трудоустройство. Решением этой проблемы обязаны заниматься органы государственной службы занятости населения по месту регистрации (проживания).

#### **Органы занятости обязаны:**

- принять и дать бесплатную консультацию по вопросам возможного трудоустройства и наличия вакантных рабочих мест с учетом профессиональной пригодности;
- провести профориентационную работу с молодым человеком и профессиональную диагностику с учетом полученного образования и состояния здоровья;
- при необходимости направить на БЕСПЛАТНОЕ обучение с целью получения определенной профессии;
- зарегистрировать в качестве безработного, если ребенку уже исполнилось 16 лет, и он представил все необходимые документы;
- после регистрации в качестве безработного (если человека по каким-то причинам не могут трудоустроить) государство обязано выплачивать пособие по безработице в течение 6 месяцев в размере средней заработной платы, сложившей в регионе;
- направлять на общественные и временные работы;
- предложить самостоятельный поиск работы.

## Работа

По истечении шестимесячного периода получения пособия, следующие 6 месяцев пособие по безработице выплачивается в размере минимальной оплаты труда. Деньги с биржи обычно быстро заканчиваются, поэтому тебе самому нужно прикладывать усилия в поисках работы.

### **Дай займы**

У всех может случиться финансовый кризис. У кого-то из друзей он случается регулярно. И тогда друг начинает просить денег займа. Или тебе самому нужны деньги в долг.

### ***Несколько правил «заемщика – заимодавца»:***

Если ты берешь деньги в долг, то ты – заемщик:

- Не проси больше, чем тебе нужно, проще будет отдать!
- Не обещай отдать «завтра – послезавтра», если точно знаешь, что деньги реально появятся только через месяц-два
- Объясни тому, у кого занимаешь, зачем тебе необходимы деньги, на что ты собираешься их потратить
- Отдай деньги в срок!!!

Если у тебя берут деньги в долг, ты – заимодавец:

- Попроси заемщика написать расписку. В ней должно быть обозначено: кто берет деньги, какую сумму (цифрами и прописью), дата возвращения всей занятой суммы, подпись заемщика
- Если доверяешь заемщику и не хочешь брать расписку, обязательно спроси, на какой срок он берет деньги и когда вернет
- Ты должен знать адрес и телефон заемщика
- Подумай, что будешь делать, если он не отдаст деньги в срок.



## Работа

### ***Помни!***

Ты не обязан давать деньги в займы, ты имеешь право отказать. Можно сказать следующее:

- Я никогда не даю деньги в долг
- Я не могу сейчас дать денег, я купил много вещей в этом месяце, сам на «мели»
- Я коплю на компьютер или холодильник
- Я уже дал деньги в займы другу, пока их мне не вернули.



## Работа

### *В кредит*

Сейчас много товаров можно купить в кредит. Кредит взять в банке достаточно просто. Главный вопрос: как потом его отдавать?

### Думай! Оценивай! Выбирай!

Хочу купить  
компьютер

- Могу купить сразу, не надо копить
- Могу сразу пользоваться покупкой

Денег нет,  
поэтому куплю в  
кредит

- ✚ Надо работать, чтобы оплачивать кредит
- ✚ Вещь может сломаться, а кредит все равно придется платить
- ✚ Если не оплатишь вовремя, нужно будет платить штрафы
- ✚ Если не погасишь кредит в назначенный срок, банк заберет свои деньги через суд
- ✚ Из-за процентной ставки вернуть в банк придется большую сумму (например, стоимость телевизора – от 9 000р., а возврат по кредиту составит – от 12 000р.)

## Работа

### **Мой мобильный друг**

Если тебе нужен мобильный телефон, прежде чем его купить, прочитай это:

- Телефон лучше покупать в магазине
- Нужно обязательно сохранить гарантийный талон, кассовый и товарный чеки (на случай обращения в сервисный центр)
- Телефон надо оплачивать вовремя и следить за временем разговоров

Иногда, когда очень нужны деньги, может появиться мысль: «А не продать ли мой новый мобильник другу за полцены?» Хорошо подумай, прежде чем сделать это!

### *Мобильный этикет*

- ✓ Прежде всего, поздоровайся и назови себя
- ✓ Отключай телефон во время занятий и когда находишься в местах, где нельзя разговаривать (в кино, в театре, в церкви)
- ✓ Громкость звонка должна быть умеренной
- ✓ Если говоришь по телефону в общественном месте, не повышай голоса и постарайся закончить разговор побыстрее
- ✓ Не звони знакомым слишком поздно, слишком рано или когда знаешь, что они заняты
- ✓ Не выставляй мобильник напоказ – это не только дурной тон, но и риск лишиться его



## Работа

### **Скорее оплатите счета!**

Что бывает, когда у тебя задолженность по оплате мобильного? Правильно, его отключают.

А если у тебя задолженность по оплате городского телефона? Его тоже отключат!

Есть задолженность по кабельному телевидению? Его отключат, и ты останешься без любимых передач

Нужно оплатить долги, и тогда телефон будет работать, а телевизор показывать

Если ты этого не сделаешь, у тебя заберут номер, и тогда придется платить заново за установку другого телефона с другим номером

*Какие проблемы могут возникнуть, если не оплачивать счета?*

<b>Название счета</b>	<b>Как платить</b>	<b>Последствия неоплаты</b>
Счет на оплату коммунальных услуг	Ежемесячно: через сбербанк, на почте, через терминал	Вызов в суд, лишение квартиры
Счет на оплату электроэнергии, газа	Ежемесячно: через сбербанк, на почте, через терминал	Отключение электроэнергии, газа
Счет на оплату телефона, междугородних переговоров, звонков на мобильные телефоны	До срока указанного в квитанции	Отключение телефона, лишение номера

Оплачивать счета не сложно. Главное – делать это вовремя!

## Твой адвокат

### *Вне закона или по закону?*

Конституция Российской Федерации – основной Закон страны. В ней содержатся основные права и обязанности граждан страны.

**Кодексы** – сборники законов. Есть:

- Трудовой 
- Гражданский 
- Уголовный 
- Семейный 
- Жилищный 
- Административный

В них изложены законы, касающиеся тебя.

## Твой адвокат

Если ты не можешь самостоятельно разобраться в законах, кодексах, постановлениях, обратись за помощью.

**Помни!** Чем раньше ты начнешь действовать, тем быстрее решится твоя проблема! Не запускай и не откладывай.

Прежде чем идти к юристу или звонить ему:

- подумай, в чем заключается проблема;
- запиши свои мысли (чтобы не сбиться и ничего не упустить, когда будешь рассказывать юристу о своей проблеме);
- напиши, какого результата ты бы хотел добиться (что будет, если проблема разрешится).

Во время разговора с юристом:

- будь внимателен;
- записывай шаги, которые тебе нужно будет сделать для решения проблемы;
- если ты чего-то не понял, переспроси!

**Помни!**

Во всех организациях есть часы приема населения. Узнай их прежде, чем идти. Цени свое время и время сотрудников организаций!





## Твой адвокат

### *Законы, касающиеся тебя!*

Если ты считаешь, что твои права, как сироты нарушены, тебе нужен Федеральный закон РФ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

Статус сироты или ребенка, оставшегося без попечения родителей, сохраняется **до 18 лет**

**С 18 до 23 лет** – ты лицо из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Это значит, что ты обычный гражданин, у которого есть некоторые дополнительные льготы. Этими льготами тебе нужно воспользоваться до 23 лет, в противном случае ты их теряешь.

### **Жилье:**

Выпускники, не имеющие закрепленного жилого помещения, после окончания пребывания в образовательном учреждении, обеспечиваются органами исполнительной власти по месту жительства вне очереди жилой площадью не ниже установленных социальных норм.

### **Трудоустройство:**

Ищущим работу впервые и зарегистрированным в органах государственной службы занятости в статусе безработного, детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, выплачивается пособие по безработице в течение 6 месяцев. Органы службы занятости в течение указанного срока осуществляют профориентацию, профподготовку и трудоустройство (п.5 ст.9 ФЗ от 21.12.1996г. №159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»)

## Твой адвокат

### Медицина:

В соответствии со ст.7 ФЗ от 21.12.1996г. №159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, предоставляется бесплатное медицинское обслуживание и оперативное лечение в государственном и муниципальном лечебно-профилактическом учреждении, в том числе проведении диспансеризации, оздоровлении, регулярных медицинских осмотров.

С 18 лет ты перестаешь быть сиротой, за жизнь и здоровье которого отвечает детский дом. Для всех ты взрослый, самостоятельный человек. Ты сам отвечаешь за:

- свое жилье;
- свое здоровье;
- свою жизнь

? □□□□ ъ □□

О своих правах и обязанностях ты также при необходимости можешь прочитать в:

- Конвенции о правах ребенка
- Конституции РФ
- Семейном кодексе РФ
- Федеральном законе «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

и других законах и иных нормативно-правовых актах Нижнего Новгорода и области

## Будь в курсе!

### Будь в курсе: информация о ...

Информация бывает разная: *справочная* (краткие сведения, например, адрес, телефон), *полезная* (все, что может пригодиться в жизни), *познавательная* (интересная, увлекательная, развивающая), *жизненно необходимая*.

#### Несколько полезных правил:

- Получив информацию, не спеши действовать, обдумай то, что узнал
- Можно уточнить полученные сведения, если ты не уверен в надежности источника

#### Необходимая информация должна быть всегда «под рукой»

- Список телефонов друзей и близких. Можно поместить в мобильный телефон, можно в записную книжку
- Справочник, записная книжка должны лежать на видном месте
- Памятки по важным для тебя вопросам развесь там, где ты их часто можешь видеть



## Будь в курсе!

### **Будь в курсе: телефон.**

Так много разных организаций, так много нужно узнать... как справиться с таким объемом информации? Где узнать? Как спросить и у кого?

Много интересующей тебя информации можно получить по телефону (платно и бесплатно):

- если ты знаешь название нужной тебе организации, то можно узнать ее телефон и адрес;
- позвонив в организацию, ты можешь узнать все, что тебе нужно, и тебе не придется туда ехать;
- можно узнать телефонный код другого города, позвонив по номеру 07 (например, чтобы позвонить в Нижний Новгород нужно набрать 8, код города 831, затем номер телефона);

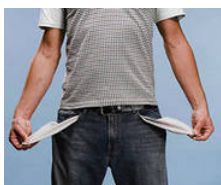
Набрав нужный номер:

- ✓ поздоровайся
- ✓ объясни, зачем звонишь
- ✓ задай конкретный вопрос
- ✓ переспроси, если тебе что-то непонятно
- ✓ поблагодари собеседника за информацию
- ✓ попрощайся



## Банк информации

- В доме обязательно нужно иметь *АПТЕЧКУ!* Все необходимые в экстренных случаях лекарства должны быть под рукой. О том, какие лекарства тебе могут понадобиться, написано в разделе **«Скорая помощь»**
- Тебе оплатят дни, которые ты пропустил на работе по болезни, не будут засчитывать их как прогулы, если ты принесешь *БОЛЬНИЧНЫЙ ЛИСТ*. Как его оформить смотри в разделе **«Скорая помощь»**
- Если тебе предлагают что-то бесплатно, подумай, стоит ли брать. Бесплатный сыр бывает только в мышеловке
- Уходя из дома, уезжая в отпуск, **ВЫКЛЮЧАЙ** воду, газ, свет и электроприборы
- Снимая со сберкнижки или банковской карты **ДЕНЬГИ**, возьми лишь часть суммы (пенсии, зарплаты), потому что к концу месяца тебе наверняка деньги понадобятся вновь, и ты сможешь получить их, не делая долгов



- Помни, что за квартиру, свет, газ, телефон ты должен платить **ЕЖЕМЕСЯЧНО!**
- **ЖЕЛЕЗНАЯ** дверь – важная часть твоей безопасности в

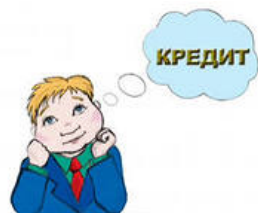


доме. Если есть возможность, поставь ее

- Заболел и не можешь идти на работу? Обязательно **ПОЗВОНИ** своему начальнику и скажи, что по причине болезни не можешь прийти на работу
- Если ты потерял или у тебя украли **КЛЮЧИ** от входной двери, в целях безопасности поменяй замок на двери (даже если ключи потом найдутся)

## Банк информации

- Взял КРЕДИТ? Помни, что теперь ты должен регулярно отдавать банку определенную сумму денег. Иначе тебе придется платить штраф



- О ЛЬГОТАХ на получение жилья, образования, на оплату жилищно-коммунальных услуг ты можешь узнать у социального педагога школы – интерната
- Остановил ПОЛИЦЕЙСКИЙ? Не оказывай ему сопротивления, не оскорбляй его и не применяй силу, иначе у него будут законные основания тебя задержать
- Если тебя просят заверить какой-либо документ, обращайся к НОТАРИУСУ в нотариальную контору. Его услуги платные. Необходимо при себе иметь деньги и паспорт
- Если у тебя появилась сложная проблема и тебе не смогли помочь ни друзья, ни организации, обратись в ОБЩЕСТВЕННУЮ ПРИЕМНУЮ АДМИНИСТРАЦИИ

или запишись на прием к ГЛАВЕ АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОНА

или к ГЛАВЕ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА

- Ставь свою ПОДПИСЬ под документами только тогда, когда внимательно прочитал то, что написано, и понял все до последнего слова.
- Расплачиваясь в магазине, не забывай взять СДАЧУ

## Банк информации

- Сохраняй магазинные ЧЕКИ (кассовые, товарные). Без них тебе не обменяют бракованный товар и не вернут потраченные на него деньги.
- Загорелась ЭЛЕКТРОПРОВОДКА? Отключи электричество (на электрощитке в квартире или на лестничной площадке есть рычаг, с помощью которого электричество отключится).
- Уезжаешь на праздники или выходные дни? Возьми с собой паспорт и страховой медицинский полис. Положи эти документы в такое место, откуда их трудно будет украсть. НЕ ТЕРЯЙ ИХ!
- Обязательно мой ФРУКТЫ перед едой. Дегустация на рынке может привести к опасным заболеваниям.



- Обязательно приобрети ХОЛОДИЛЬНИК. Помни, что его нельзя ставить рядом с плитой и батареей
- Загорелась ЭЛЕКТРОПРОВОДКА? Отключи электричество (на электрощитке в квартире или на лестничной площадке есть рычаг, с помощью которого электричество отключится).
- Если воспламенились электроприборы, то, прежде чем гасить пламя, выключи их из розетки
- Всегда и везде старайся говорить вежливо и правильно.