

ÉLET ÚTMUTATÓ



AZ ÖNÁLLÓ ÉLET KÉZIKÖNYVE

ÉLET ÚTMUTATÓ

ingyenes információs kiadvány
önálló életüket kezdő, kecskeméti fiataloknak



2011

ötödik, átdolgozott kiadás

HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

Az **ÉLET ÚTMUTATÓ** a HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda szakmai munkatársainak és a TÉR Ifjúságsegítő Egyesület önkéntes segítőinek közös szellemi terméke. Tartalma a forrás feltüntetésével szabadon másolható, felhasználható.

A témaköröket feldolgozta, a háttéranyagokat összegyűjtötte és az információkat aktualizálta:

Buknicz Éva Orsolya – I., II., IV. és VII. fejezet

Kósa András Csaba – III. fejezet

Szappanos Sára – V. fejezet

Borda Balázs – VI. fejezet

Koncz Dia – VIII. fejezet

Szakmai segítséget nyújtottak:

Tóth Katalin és a Családsegítő Szolgálat munkatársai

Papp Zsuzsanna és a Kék Vonal munkatársai

Lehoczky Szilvia, dr. – pszichiáter

Mátó Gyöngyi – pályaválasztási szakszolgálat-vezető

Magyar Szabolcs – FLP tanácsadó, DARISZI

valamint a

RÉV Szenvedélybeteg-segítő Szolgálat és a

Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központ

Kecskeméti Regionális Kirendeltség munkatársai

Szerkesztette:

Buknicz Éva Orsolya és Szabó Csaba

A kéziratot átolvasták és ötleteikkel segítették:

Bozsó János, D. Nagy Viktória, Fazekas Elek,

Gréczi Ildikó, Görög Judit és Szabó Mátyás

A kiadványt tervezte és illusztrálta:

© Habi, 2003–2011

Nyomdai előkészítés és sokszorosítás:

Béta PPress Stúdió Kft.

Felélő kiadó:

A HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda vezetője

Megjelent 1.200 példányban

Az 5. kiadás megjelenését Kecskemét Megyei Jogú Város Önkormányzata támogatta.

Az első kiadás a Holland Királyság segítségével jött létre.

Az Élet Útmutató 2011. évi megjelenésének pénzügyi közreműködő szervezete a Kecskeméti Ifjúsági Otthon volt.



HITELESSÉG, ÉRVÉNYESSÉG

E kiadás kéziratát 2011. szeptember 31-én zártuk le.

Az **ÉLET Útmutató**ban megtalálható információkat az adott témakörben jártas, a területen dolgozó szakemberekkel egyeztetve tettük közzé. Hitelességükért ezért kiállunk, azonban érvényességükre vonatkozóan nem vállalhatunk garanciát, tekintettel arra, hogy nem tudjuk, mire eljut hozzád kiadványunk, e rengeteg területen, melyeket érint könyvünk, mennyi minden fog változni.

Pontosan ezért tüntettük fel mindenhol az információforrásokat, címeiket, elérhetőségeket is – ezeket megkeresve bővebb és éppen aktuális információkhoz juthatsz.

KATONÁNÉ SZABÓ GABRIELLA

Kecskemét Megyei Jogú Város alpolgármestere, felelős területei közé tartozik az ifjúságvédelem, a családvédelem, az esélyegyenlőség és a környezetvédelem.

1983. augusztus 16-án született Kecskeméten, férjezett, egy kislány édesanyja.

A Kecskeméti Református Kollégium Gimnáziumában érettségizett 2002-ben, majd a Budapesti Corvinus Egyetemen végzett általános közgazdász-ként 2008-ban. Szakirányai: gazdaságpolitika-irányítás, valamint nemzetközi kapcsolatok és külügy.

Angolul és franciául beszél, szeret olvasni, zenét hallgatni, sportolni, de mindennek előtt családjával lenni.



„Minden álmunk valóra válhat,
ha van bátorságunk a nyomukba eredni.”
(Walt Disney)

Kedves Fiatal!

Woody Allen, a kiváló amerikai színész és filmrendező egyszer a következőket mondta: Az élet dolgait két részre osztom: rettenetesre és kibírhatatlanra. Talán nem tévedek, ha azt gondolom, hogy egy fiatal számára kevés kibírhatatlanabb dolog létezhet, mint amikor a felnőttek az unalomig ismételt, elkoptatott szófordulattal élve a NAGYBETŰS ÉLETRŐL kezdenek prédikálni nekik. Arról, amelyekben a mai fiatalok is majd megtanulják, amelyik majd megmutatja, amelyik móresre tanítja őket, egyszerűen amelyik távolról sem nevezhető habos tortának.

Ugyancsak rettenetes lehet egy újabb útmutatóval, felnőttek által kreált kalauzzal találkozni, amelyek el szeretné hitetni magáról, hogy biztos irányt tud mutatni abban az izgalmas, ezerarcú, gyakran veszélyektől és kudarcoktól sem mentes kalandban, amit életnek nevezünk. A világ talán legszomorúbb csalódása lenne, ha az élet csodáját sikerülne összefoglalni egy karcsú kis kézikönyvben.

Ennyi rettenet és kibírhatatlanság után azonban szerencsére jó hírrel szolgálhatok: ez a kis kiadvány nem akar sem prédikálni neked, sem az egyetlen „tuti” útmutatóval szolgálni számodra. A könyvecske szerzőit az a szerény, de szeretni valóan szimpatikus célkitűzés vezette, hogy baráti segítséget nyújtsanak a fiataloknak az önálló életvitel megszervezésében, a mindennapok kihívásaival való szembenézésben, röviden tehát a felnőtté válásban. Az Útmutató arra szeretné felhívni a figyelmedet, hogy találkozz bármilyen élethelyzettel is, kerülj akármennyire szokatlan vagy újszerű szituációba, sosem maradsz egyedül a problémáiddal, ha vannak megfelelő információid arról, hogy kihez fordulhatsz tanácsért vagy segítségért.

Fogadd tehát olyan örömmel és szeretettel ezt a kis könyvet, amilyen örömmel és szeretettel a szerzői készítettek számodra. Kívánok Neked sok sikert és kitartást életed ügyeinek intézéséhez, Isten hozott a klubban!

Katonáné Szabó Gabriella

IMPRESSZUM	2
KÖSZÖNTŐ	3
TARTALOM	4
BEVEZETŐ	7
MINDENK ELŐTT	8

I. TOVÁBBTANULÁS, KÉPZÉS

HOGYAN TOVÁBB?	9
ÉRETTSÉGI ÉS FELVÉTELI	10
Kétszintű érettségi	10
Felvételi pontszámítás	13
FELSŐOKTATÁS	18
Bolognai rendszer	18
HALLGATÓI JOGVISZONYBAN	20
Hallgatói juttatások	20
Mentorprogram	21
Diákigazolvány	22
Diákhitel	22
Ösztöndíjak	23
HÖK	24
Diákmunka	25
SZAKKÉPZÉSEK	28
Középfokú	28
Felsőfokú	28
Iskolarendszeren kívüli	29
Támogatások, juttatások	30
NYELVTANFOLYAMOK	31
ECDL	32
TANULÁS KÜLFÖLDÖN	33

II. A MUNKA VILÁGA

PÁLYAKEZDÉS	35
Státusz	35
Igénybe vehető szolgáltatások	36
Támogatási lehetőségek	37
START kártya	38
Közfoglalkoztatás	40
ÁLLÁSKERESÉS	41
Tervezés	41
Aktív keresés	42
Tárgyalás	44
MUNKAVISZONY	48
Munkaszerződés	46
Munkaviszony megszűnése	47
MUNKATAPASZTALAT	51



Önkéntesség	49
EVS	50
Au-pair	52
KÜLFÖLDI MUNKA	54
VÁLLALKOZÁS	55

III. EURÓPA ÉS A FIATALOK

FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM	56
Célkitűzések	56
Prioritások	57
Általános tudnivalók	57
Alapelvek	57
RÉSZTVEVŐK KÖRE	58
ALPROGRAMOK	59
Személyes beszámolók	60

IV. A HIVATALOK VILÁGA

ÁLTALÁBAN A HIVATALOKRÓL	63
OKMÁNYIRODA	64
Ha ellopták, ha találtál	64
Személyi azonosító igazolvány	65
Vezetői engedély	66
Magánútlevél	67
ERKÖLCSI BIZONYÍTVÁNY	68
ILLETÉKHIVATAL	69
FÖLDHIVATAL	70
KORMÁNYHIVATAL	70

V. AZ EGÉSZSÉGÜGY VILÁGA

BETEGBIZTOSÍTÁS	73
Társadalombiztosítás	73
A BETEGEK JOGAI	74
Orvosválasztás	74
Jogok	75
A MEGELŐZÉS INTÉZMÉNYEI	76
Tüdőszűrés	76
Nőgyógyászati vizsgálat	76
Nőgyógyászati rákszűrés	77
AIDS szűrés	77
MEGVÁLTOZOTT MUNKAKÉPESSÉGŰEK	79
Európai egészségbiztosítási kártya	80
JOGORVOSLAT	81

VI. A CSALÁD VILÁGA

A HÁZASSÁGKÖTÉS	85
Élettársi kapcsolat	86
OTTHONTEREMTÉS	87
Fiatal házask otthona	87



Albérleti támogatás	87
Önkormányzati lakáshitelek	87
Banki lakáshitelek	88
Önálló háztartás	89
CSALÁDTERVEZÉS	90
GYERMEKVÁLLALÁS	91
FOGAMZÁSGÁTLÁS	94
CSALÁDI HARMÓNIA	96
CSALÁDI PROBLÉMÁK	97
Válás	97
Gyermekevédelem	98
Haláleset	99
Pénzbeli ellátások	100

VII. BELSŐ VILÁGOD

AZ ÖNISMERET	102
A nemi identitás	103
LELKI EGÉSZSÉGÜNK	103
LELKI ZAVAROK, BETEGSÉGEK	104
Évészavarok	105
Félelem, szorongás	106
Depresszió	106
Öngyilkosság	106
Szenvedélyeink	108
Drogfüggőség	109
Fedél nélkül	110
NINCS MIT ENNED?	112
NEM VAGY EGYEDÜL	112

VIII. AZ INTERNET VILÁGA

LEHETŐSÉGEK	114
Elektronikus ügyintézés	114
Mindennapi élet	114
Kapcsolatok	114
VESZÉLYEK	115
Személyes adatok	115
Ismeretlen ismerősök	115
Közösségi portálok	116
Képek	116
Vírusok	116
Számítógépes bűnözés	116
Függőség	117
Biztonságos internet	117

TÁRGYMUTATÓ	118
SZABADIDŐS CÍMJEGYZÉK	120





HOGYAN HASZNÁLD KIADVÁNYUNKAT?

Hasonló felosztásban szerkesztettük könyvünket, mint ahogy itt, a bevezető oldalon látod. A lapszélhez közelebb összefüggő szövegbe foglalva mutatjuk be az egyes témakörökhöz tartozó tudnivalókat, információkat. Mellette más színnel is jelölve mindig a vonatkozó információforrásokat, kapcsolódó intézményeket, segítő szervezeteket soroljuk fel.

A tájékozódást összeháttérített és fejletlenkénti tartalomjegyzék segíti, a célirányos keresést pedig a kiadvány végén található, részletes tárgymutató könnyíti meg.

Keretes megoldást találsz olyan helyeken, ahol fontos vagy érdekes dolgokra szeretnénk felhívni a figyelmedet.

„Légy önmagad! Mindenki más már foglalt.”

(Gilbert Pereira)

Szeretted vagy sem, amíg iskolás voltál, védett környezetben lehettél. Diákként számtalan kedvezmény illetett meg, hétköznapijaid rendjét az iskola alakította, folyamatosan odafigyelt rád, ügyeidet pedig szüleid, esetleg tanáraid intézték helyetted.

Persze, a középiskola végére eljut az ember odáig, hogy ebből elege is lesz: szeretné végre maga szervezni az életét, önállóan dönteni, és egyedül megállni a lábán.

Ez irányú törekvéseid segítheti, ha részben el tudsz szakadni otthonról – főiskolai kollégiumba vagy albérlésbe költözöl, tanulmányútra vagy munkatapasztalat szerzés céljából külföldre utazol. Kellemetlenebb, ha idejekorán elveszíted segítő háttérédet, a családot, és ez a helyzet kényszeríti az önálló életre.

Akár Te választod, akár kényszerűen teszed, az önálló életvitel nem egyszerű dolog. A hivatalokban, egy-egy ügyintézés kapcsán simán úgy érezheted, mintha idegen világba csöppentél volna... és igen, ha nem ismered a „dolgok rendjét”, a „játékszabályokat”, bizony Rád is úgy néznek majd, mint aki a Marsról jött.

Útmutatónkat azért állítottuk össze, hogy segítsünk Neked eligazodni a továbbtanulás, a munka, a hivatalok, az európai mobilitás, az egészségügy, a család és az internet világában, így felkészültebben járhass el ügyeidben, és kellő információkkal rendelkez lehetségeidről, jogaidról.

Bár kiadványunkat elsősorban a Kecskeméti élő, középiskolai tanulmányaikat befejezett, önálló életüket most kezdő fiataloknak szántuk, biztosra vesszük, hogy bármely korszakodnál talál benne valami számára hasznosat. Így Te is!

Előjáróban csupán egyetlen általános érvényű szabály van, melyet megemlíthetünk (és ami nagy, nyomtatott betűvel szedve a kiadvány borítóján is látható): **NE ESS PÁNIKBA!** Mert semmi sem olyan bonyolult, mint amilyennek elsőre látszik. Türelemmel, odafigyeléssel és kellő információk birtokában, bármely helyzetet képes leszel megoldani. Azt se felejtse el, hogy nem vagy egyedül! Bármikor segítséget kérhetsz családotól, barátaitól vagy a hozzá(d)értő szakemberektől. Járj sikerrel Életutadon!

a kiadvány szerzői

HASZNOS CÍMEK, INFORMÁCIÓK

SEGÉLYHÍVÓSZÁMOK

Mentők: 104

Tűzoltóság: 105

Rendőrség: 107

ORVOSI ÜGYELETEK KECSKEMÉTEN

Felnőtt orvosi ügyelet

6000 Kecskemét, Nyíri út 38.

Tel.: 76/516-984

Gyermekorvosi ügyelet

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.

Tel.: 76/516-904

Fogászati ügyelet

6000 Kecskemét, Piaristák tere 7. fsz.4.

Tel.: 76/514-039

Gyógyszertári ügyelet

Heti váltás, az aktuális ügyelet megtekinthető a www.mentapatika.hu oldalon

POSTAI ÜGYELET

Kecskemét Főposta

6000 Kecskemét, Kálvin tér 10-12.

Tel.: 76/486-586

hétfő-péntek: 8-19 óráig

Szombat: 8-12 óráig

PÓLUS RÓNA postaügyelet

6000 Kecskemét, Dunaföldvári út 2.

Tel.: 76/ 410-613

hétfő-péntek: 9.00–19.00 óráig

szombat: 9.00–18.00 óráig

vasárnap: 9–16 óráig

TESCO postaügyelet

6000 Kecskemét, Talfája tanya 1.

Tel.: 76/477-084

hétfő: 9.00–19.00 óráig

kedd-péntek: 8.00–19.00 óráig

szombat: 8.00–17.00 óráig

vasárnap: 9.00–15.00 óráig

ÖNKORMÁNYZATOK

Kecskemét Megyei Jogú Város

Polgármesteri Hivatala

6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.

Tel.: 76/513-513, 80/203-737

Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Hivatala

6000 Kecskemét, Deák F. tér 3.

Tel.: 76/513-800

Cigány Helyi Kisebbségi Önkormányzat

6000 Kecskemét, Gízella tér 1/b.

Tel.: 76/476-344

E-mail: orpr@invitel.hu

KÖZLEKEDÉS

Vasútállomás

6000 Kecskemét,

Kodály Zoltán tér 7.

InfoTel.: 76/322-460

Távolsági buszpályaudvar

6000 Kecskemét,

Noszlopy Gáspár park 1.

InfoTel.: 76/321-777

Helyi buszjáratok

6000 Kecskemét, Kossuth tér 2.

InfoTel.: 76/480-762

MINDENFÉLE SEGÍTSÉG

HELPI Ifjúsági Információs és

Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét,

Széchenyi sétány 2-4.

6001 Kecskemét, Pf: 328

Tel.: 76/412-020

E-mail: helpi@helpi.hu

Nyitva: hétköznapokon 12-18 óráig

TÉR Ifjúságsegítő Egyesület

6000 Kecskemét,

Szövetség tér 1. l. em. 7.

Tel.: 76/476-282



I. TOVÁBBTANULÁS, KÉPZÉS



A FEJEZET TARTALMA

Hogyan tovább? 9

Érettségi és felvételi 10

Kétszintű érettségi . . . 10

Felvételi pontszámítás . 13

Felsőoktatás 18

Bolognai rendszer . . . 18

Hallgatói jogviszonyban 20

Hallgatói juttatások . . . 20

Mentorprogram 21

Diákigazolvány 22

Diákhitel 22

Ösztöndíjak 23

HÖK 24

Diákmunka 25

Szakképzések 28

Középfokú 28

Felsőfokú 28

Iskolarendszeren

kívüli 29

Támogatások,

juttatások 30

Nyelvtanfolyamok . . 31

ECDL 32

Tanulás külföldön . . 33

Mit mond a közoktatási törvény?

A közoktatásról szóló 1993. évi LXXIX. törvény alapján: a Magyar Köztársaságban minden gyermek hatéves korától tanköteles (ezt a saját bőrödön is tapasztalhattad).

A tanköteles annyit jelent: nem választhat, kötelező iskolába járnia. A tankötelesség felső határa életkorhoz kötött, mely jelenleg a 16., illetve akik a 98/99. tanévben, vagy ezt követően kezdték el tanulmányaikat, azoknak a 18. év betöltése. Azonban hamarosan ismét változik a törvény, ajánljuk, kísérd figyelemmel.

Ha nem tudod a tanköteles kor végéig befejezni iskolád, akkor levelező úton, esti rendszerű oktatással, vagy magántanulói jogviszony keretében még megteheted.

Azok, akik már nem tankötelesek – és nappali rendszerű iskolai oktatásban már nem tudnak, vagy nem akarnak részt venni – a munkahelyi, családi, vagy más irányú elfoglaltsághoz igazodó felnőttoktatásban kezdhetik meg, vagy folytathatják tanulmányaikat.

Mit mondasz Te, avagy hogyan tovább?

Ha most fejezted be a középfokú tanulmányaidat, eldöntheted, hogy

- továbbtanulsz a felsőoktatásban
- leérettségizel, ha eddig nem tetted
- valamilyen felső- vagy középfokú szakképzésben veszel részt
- szerzel egy (újabb) szakmát
- tanulás helyett a munkába állást választod
- mindezeket kombinárod
- külföldön próbálsz ki magad: munkában vagy önkéntesként

Amennyiben most tétl szakmai vizgát a 12. évfolyamon, szintén eldöntheted, hogy továbbtanulsz-e, vagy rögtön kipróbárod magad a munka világában.

Persze, nagyon sokszor nincs is igazi lehetőség dönteni, hiszen a körülményeid nagyban meghatározzák, egyáltalán milyen választ adhatsz a fenti kérdésre. Annyi azonban bizonyos, ha a továbbtanulás nehezebben kivitelezhetőnek tűnik is, hosszútávon mindenképp kifizetődőbb.

Munkaerőpiaci értéked növeli, így foglalkoztathatóságod is javítja, ha szakmai felkészültségedet megfelelő tanulmányokkal tudod igazolni. Különben is, ma mindenki az „élet-hosszig tartó tanulás „fontosságáról beszél, arról, hogy dinamikusan változó világunkban gyakorlatilag 6-7 évente új szakmát kell elsajátítania a munkavállalóknak ahhoz, hogy talpon tudjanak maradni a munkaerőpiacon. Egyre inkább jellemző az is, hogy „kitolódik” a munkába állás időpontja, első munkahelyükre több szakmai tanfolyam elvégzése után jelentkeznek a pályakezdők.

Szóval, ha lehetőségeid most nem is engedik (vagy jelenleg épp torkig vagy vele), azért jó, ha felkészít magad arra: nem úszod meg tanulás nélkül életed hátralévő részét sem!

ÉRETTSÉGI ÉS FELVÉTELI

Már nem újdonság, hogy 2005. évtől – a kétszintű érettség bevezetése miatt – módosult az érettségi vizsga. 2006-tól a felsőoktatás rendszere alakult át, amelyet „Bolognai folyamatnak” nevezünk. 2008-tól pedig a pontszámításban történt változás.

A kétszintű érettségi

Az új rendszer ránézésre kicsit bonyolultnak tűnik, de pont az a lényege, hogy több lehetőséget kínáljon számodra, s így megválaszthasd a legmegfelelőbb módot ahhoz, hogy jövődet, továbbtanulásodat képességeidnek megfelelően, a lehető legjobban alakítsd. Összefoglalónkat a Nemzeti Erőforrás Minisztérium (volt Oktatási és Kulturális Minisztérium) és az Országos Felvételi Iroda tájékoztatói alapján készítettük el.

Az érettségi vizsga tárgyai

- magyar nyelv és irodalom/nemzetiségi nyelv és irodalom
- matematika
- történelem
- idegen nyelv
- egy választott tárgy.

PÁLYAVÁLASZTÁSI TANÁCSADÓK

HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét,
Széchenyi sétány 2-4.

Tel.: 76/475-022

Fax: 76/475-022

Web: www.helpi.hu

Email: helpi@helpi.hu

infoTel.: 76/412-020 nyitva:
hétköznapokon

12.00–18.00 óráig

Megyei Továbbtanulási és Pályaválasztási Tanácsadó BKMÖ Integrált Közoktatási Intézménye,

Kecskeméti Tagintézménye

6000 Kecskemét, Juhar u. 23.

Előzetes bejelentkezés:

76/478-322/29-es mellék,

30/2299326-os telefonokon.

ePálya

www.epalya.hu

KARRIER KÉPZÉSI ADAT-BÁZIS

Nemzeti Erőforrás Minisztérium

www.nefmi.gov.hu

(volt Oktatási és Kulturális

Minisztérium)

Országos Felsőoktatási Információs Központ

www.felvi.hu

Felvételi Információs Szolgálat

www.fisz.hu

www.sulioldal.hu

ÉRETTSÉGI MUNKA MELLETT

Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium Németh László Gimnáziuma

6000 Kecskemét

Szent Imre u. 9.

Tel.: 76/508-836

<http://humankozep.hu>

E-mail:

iskola@nemethl-kkt.sulinet.hu
nappali, esti és levelező képzés

Kun László Középiskola és Szakiskola

Kecskemét, Piaristák tere 5.

Tel.: 30/685-37-43

E-mail: garduska70@gmail.com

<http://www.kunkozepiskola.hu/>

HASZNOS LINKEK

Nemzeti Erőforrás

Minisztérium (volt Oktatási

Minisztérium)

www.nefmi.gov.hu

Országos Felsőoktatási

Információs Központ

www.felvi.hu



Vizsgafajták

Ahhoz, hogy megértsd a vizsga menetét, tiszttában kell lenned a különböző vizsgák jelentésével.

A rendes érettségi vizsga a tanulói jogviszony fennállása alatt vagy megszűnését követően első alkalommal tett érettségi vizsga.

Az előrehozott érettségi vizsga a középiskolai tanulmányok teljes befejezése előtt, egyes vizsgatárgyból, első alkalommal tett érettségi vizsga, amely az előírt követelmények után, a tanulói jogviszony fennállása alatt, korábbi évfolyamokon is tehető.

A szintemelő érettségi vizsga a középszinten sikeresen befejezett érettségi vizsgának az első alkalommal történő, emelt szintű megismétlése. Az érettségi bizonyítvány átadásáig ugyanabból a vizsgatárgyból szintemelő érettségi vizsga egy alkalommal tehető.

Kiegészítő érettségi vizsga a sikeresen befejezett érettségi vizsga után az érettségi bizonyítványban nem szereplő vizsgatárgyból tett vizsga.

Az ismétlődő érettségi vizsga az érettségi bizonyítvány kiadása után, iskolai felvételi kérelem elbíráláshoz megismételhető az egyes tantárgyból korábban letett sikeres vizsga.

A pótló érettségi vizsga a vizsgázónak fel nem róható okból le nem tett rendes, előrehozott, kiegészítő, szintemelő érettségi vizsga folytatása.

Javító érettségi vizsga a vizsgázónak felróható okból tett sikertelen érettségi vizsga megismétlése.

A középszintű érettségi vizsga

Az írásbeli feladatokat a saját iskoládban írod meg, minden vizsgatárgyból az előre kijelölt napokon. Az írásbeli feladatlapon és a javítási útmutató központilag készül.

A szóbeli vizsga majd ugyanott, az iskola tanáraiból, és egy, az iskolában nem tanító elnökből álló érettségi vizsgabizottság előtt zajlik. Szinte minden érettségi tantárgyból lesz írásbeli és szóbeli vizsga is!

Az emelt szintű érettségi vizsga

Ez a vizsga külső vizsga, azaz a vizsgáztatás elszakad a felkészítő iskolától és tanáraidtól. Az írásbeli dolgozatodat nem az iskolában javítják és értékelik, hanem ezt olyan független értékelők végzik, akik nem ismernek.

Az írásbelit vagy az iskolában, vagy a Vizsgaközpont által kijelölt helyszíneken írod meg, a középszintű érettségi-vel azonos időpontban.

A szóbeli vizsga is külső tantárgyi bizottság előtt zajlik. Ha megfelelő létszám összegjön egy adott vizsgatárgyból, akkor nem nektek kell a vizsgabizottsághoz utaznotok, hanem a vizsgabizottság megy az adott iskolába, vagy a város valamelyik iskolájába. Ezt a középszintű szóbeli érettségi vizsgák előtt kell lebonyolítani.

Az érettségi vizsga értékelése

Az értékelés minden szinten vizsgatárgyanként történik. Az elégséges határa, mindkét szinten az elérhető pontszám 20%-a, azzal a megszorítással, hogy minden egyes vizsgarészen külön-külön is legalább 10%-os teljesítményt kell elérned.

A vizsga összpontszámát százalékban is kifejezik és a vizsga érdemjegyet ezen százaléktértek alapján állapítják meg. A százaléktérték mindig egész szám, melynek kiszámításakor csak az egész értékig számolnak, a tizedes jegyeket nem határozzák meg (így kerekítés nem lehetséges).

A vizsgán elért pontszámot az elérhető pontszám százalékában fejezik ki. A vizsga minősítését ez a százaléktérték és az ennek alapján kiszámított érdemjegy együttesen határozza meg. A százaléktérték és az osztályzatok megfeleltetése nem azonos a két szinten. Ugyanaz a százaléktérték emelt szinten általában jobb osztályzatnak felel meg, mint középszinten.

Az érettségi bizonyítványodban minden egyes vizsgatárgyból feltüntetik a vizsga szintjét, az érdemjegyet, és a százalékos teljesítményt – például: matematika, emelt szint, 71%, jeles (5). A százalékok alapján tudod majd kiszámítani a felsőoktatásba való bejutásnál fontos érettségi pontokat!

Az idegen nyelvi érettségi és az államilag elismert nyelvvizsga

2006-tól az állami nyelvvizsga már nem számítható be az érettségi eredménybe, mindenkinek legalább egy idegen nyelvből kötelező érettségi vizsgát kell tennie középfokú vagy emelt szinten.

FELVÉTELI FELKÉSZÍTŐK

Katedra Informatikai és Művészeti Szakközépiskola

Kecskemét, Izsáki út 8.

Tel.: 76/502-350

www.katedra-iskola.hu

ÁFEOSZ Kereskedelmi és Közgazdasági Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Bibó I. u. 1.

Tel.: 76/500-850

www.afeosziskola.hu

Bolyai János Gimnázium

Kecskemét, Irinyi u.49.

Tel.: 76/507-523

www.bolyai-kkt.sulinet.hu

Katona József Gimnázium

Kecskemét, Dózsa Gy. u. 3.

Tel.: 76/481-583

www.katonaj.sulinet.hu



Kecskeméti Református Gimnázium

Kecskemét, Szabadság tér 7.

Tel.: 76/500-380

www.reformatus-kkt.sulinet.hu



A jól sikerült emelt szintű idegen nyelvi érettségi vizsga 60%-tól középfokú, 40-59% között pedig alacsonyabb „C” típusú, államilag elismert nyelvvizsgának számít. Nincs meghatározva, hogy ez az egyenértékűség az egynyelvű vagy a kétnyelvű államilag elismert nyelvvizsgához kötődik-e, mivel feltételezzük, hogy EU-tagságunkkal átértékelődik a nyelvvizsgák rendszere, legalábbis az egynyelvű és kétnyelvű vizsgák viszonylatában.

Az informatika érettségi és az ECDL bizonyítvány

Az Oktatási Minisztérium és az NJSZT ECDL Irodája közötti megállapodás értelmében az emelt vagy középszintű informatikai érettségi vizsgát jelesre teljesítők további vizsga nélkül, a mindenkor legkedvezményesebb regisztrációs díj befizetése ellenében igényelhetik az ECDL-bizonyítványt. Az ECDL-bizonyítvány igénylésére az érettségi bizonyítvány megszerzésétől számított két éven belül van lehetőség.

Ugyanakkor az ECDL bizonyítvány nem váltja ki az informatika érettségi vizsgát.

A régi típusú érettségi

A „rég típusú” érettségid középszintű vizsgára történő átváltásához a táblázatban találsz segítséget!

FELSŐOKTATÁSI INTÉZMÉNYEKBE VALÓ BEJUTÁS

Jelenleg, ahhoz, hogy bekerülj a felsőoktatásba nem kell felvételi vizsgát tenned, ennek szerepét a kétszintű érettségi vizsga vette át.

Kizárólag a művészeti képzési területen maradt meg a felvételi jelentkezés elbírálására a gyakorlati vizsga. Emellett egyes szakokon alkalmassági vizsgák is lehetnek, ám ezeken csak az dőlhet el, hogy a jelentkező „alkalmas” vagy „nem alkalmas” az adott szakon való továbbtanulásra, a felvételi pontszámot ezek nem befolyásolják.

EGY KIS PONTSZÁMÍTÁS a 2012-es felvételi eljárásban

A 2012-es felvételi eljárásban alapképzésre és egységes, osztatlan képzésre való jelentkezés esetén az alábbiak szerint történik a pontszámítás:

A felvételi pontok kiszámításánál kétfajta számítási módszer lehetséges:

1. A tanulmányi + érettségi pontok összegének számítása.
2. Az érettségi pontok kétszerese.

A két számítási mód közül automatikusan a jelentkező számára kedvezőbb pontszámítást alkalmazzák időkorlát nélkül. Mindkét esetben ehhez adják hozzá a többletpontokat (ami 2012-től legfeljebb 100 többletpont). A maximálisan elérhető összpontszám 500 pont.

Tanulmányi pontok (maximum 200 pont):

1. Magyar nyelv és irodalom (átlag), történelem, matematika, egy idegen nyelv (vagy nemzetiségi nyelv és irodalom) és egy legalább 2 évig tanult természettudományos tárgy (biológia, fizika, kémia, földrajz, természettudomány) utolsó két (tanult) év végi érdemjegyeinek összege kettővel megszorozva (legfeljebb 100 pont)
2. Ehhez adják hozzá az érettségivizsga-bizonyítványban szereplő vizsgaeredmények közül a négy kötelező és egy szabadon választott érettségi vizsgatárgy százalékos eredményének átlagát egész számra kerekítve (legfeljebb 100 pont).

Érettségi pontok (maximum 200 pont):

Az adott képzési területen előírt érettségi tárgyak közül a jelentkező számára leginkább kedvező két érettségi tárgy vizsgaeredményeinek százalékos teljesítményéből számítják az érettségi pontot. Az érettségi pontok száma egyenlő (mind közép-, mind emelt szinten) az érettségi vizsgán elért százalékos eredménnyel.

Amennyiben a felvételin több előírt tárgyból választhat, és ezekből van érettségi eredménye, a feltüntetett tárgyak eredményei közül automatikusan a legjobbakat számítják!

A 2005 előtt érettségizőknél (vagyis akik még a kétszintű érettségi rendszer bevezetése előtt érettségiztek) is a százalékos számítás érvényesül. Mivel nekik az érettségi eredményük csak érdemjegyekben és nem százalékos eredményekben szerepelnek az érettségi bizonyítványban, ezért egy külön átszámító táblázat alapján meghatározzák százalékos eredményüket.

A „régí típusú” érettségid középszintű vizsgára történő átváltásához a táblázatban találsz segítséget!



„régí érettségi”	középszint
Jeles (5)	100%
Jó (4)	79%
Közepes (3)	59%
Elégséges (2)	39%



Többletpontok VÁLTOZÁS! 100 többletpont szerezhető

Összesen 100 többletpont szerezhető különböző módokon, amiket az alappontokhoz adnak hozzá. A jelentkező abban az esetben is csak 100 pontra jogosult, ha a különböző jogcímek alapján elért többletpontjainak összege ezt meghaladná.

Emelt szintű érettségi vizsgáért járó többletpontok (maximum 100 pont):

Amennyiben a jelentkező érettségi pontjait az emelt szinten teljesített vizsga alapján számítják, a jelentkező az emelt szinten teljesített legalább 30 százalékos eredményű érettségi vizsgáért 50 többletpontot kap. Tárgyanként 50 - 50 többletpontra jogosult.

Nyelvvizsgáért járó többletpontok (maximum 40 pont):

Középfokú C típusú államilag elismert nyelvvizsga után 28 többletpont vagy felsőfokú C típusú nyelvvizsga után 40 többletpont jár. Nyelvvizsga alapján legfeljebb 40 többletpontot lehet figyelembe venni, még akkor is, ha a nyelvvizsgák alapján elérhető többletpontok összege ezt meghaladná. Egy nyelv ismeretéért csak egy jogcímen (vagy az emelt szintű érettségiért, vagy a nyelvvizsgáért) adható többletpont.

Tanulmányi versenyekért képzési területek szerint adható többletpontok:

Tárgyanként legfeljebb egy OKTV, SZÉTV, TUDOK versenyen elért eredmény alapján többletpont jár, ha a jelentkező a versenyeredményt azon tárgyak valamelyikéből érte el, amely az adott szakon érettségi pontot adó érettségi tárgyként szerepel.

Szakirányú végzettségért képzési területek szerint adható többletpontok:

Az Országos Képzési Jegyzékben szereplő emelt szintű vagy felsőfokú szakképesítésért, amennyiben szakiránynak megfelelő továbbtanulásnak minősül, illetve szakirányú technikus képesítő bizonyítványért 24 többletpont jár. Mindezekről bővebben a www.felvi.hu és a www.szakkepises.hu (ÚJ OKJ-s képzések) oldalon olvashatsz.

VÁLTOZÁS:

Jelenleg emelt szintű érettségi vizsgát a következő képzésekre jelentkezőktől várnak el:

- a bölcsészettudományi képzési terület idegen nyelv szakjain a szakiránynak megfelelő idegen nyelvből

- az állatorvos-tudományi képzésen legalább az egyik előírt tantárgyból (biológia, kémia)
- az orvostudományi egyetemek általános orvos, fogorvos és gyógyszerész szakjain legalább az egyik előírt tantárgyból (biológia és kémia vagy fizika).

2012-től legalább egy tantárgyból emelt szintű érettségi vizsgát a következő helyeken várnak el:

- az erdőmérnöki szakon
- az építész, valamint az energetikai mérnöki szakokon.

2013-tól legalább egy tantárgyból emelt szintű érettségi vizsgát a következő helyeken várnak el:

- a bölcsészettudományi képzési terület szakjain
- a jogi és igazgatási képzési terület szakjain
- a társadalomtudományi képzési terület szakjain.

2013-tól két tantárgyból kell emelt szintű érettségi vizsgát tenniük:

- az állatorvos-tudományi képzésre jelentkezőknek
- az orvostudományi egyetemek általános orvos, fogorvos és gyógyszerész szakjaira jelentkezőknek.

Előnyben részesítés (maximum 40 pont): Gyakran csupán néhány ponton múlik, hogy bejut-e valaki a felsőoktatási intézménybe. Ha megfelelsz a hátrányos helyzetűség kritériumainak, annak súlyától függően +20, ill. +40 pont kedvezményben részesülhetsz.

Sok, arra érdemes fiatal, tőle független, külső okok miatt, jelentős hátránnyal indul az élet számos területén társainál. Azoknak, akiknek a családjuk szociális-, illetve anyagi helyzete rosszabb, akik állami gondozásba vagy tartós nevelésbe vettek, akiknek tanulmányaik alatt gyermekükről is gondoskodni kell, illetve akik valamilyen fogyatékkal élnek, jóval nagyobb energiát kell befektetni a különböző megmérettetésekbe, mint társaiknak. Átfogó cél az érintettek felsőfokú intézménybe való bekerülési esélyének növelése, a követelmények sikeres teljesítése, és a későbbi, a munkaerőpiacon való elhelyezkedés lehetőségének bővítése.

Megvalósítása több lépésből áll:

I. A szociálisan hátrányos helyzetű fiatalok felsőfokú intézményekbe a felvételi eljárás során kedvezményekkel való bejutásának biztosítása;

HASZNOS LINKEK:

www.npk.hu

A Nemzeti Pályainformációs Központ az Európai Unió tanácsadó hálózata, a **Euroguidance** magyarországi tagja. A hazai központ 2000 márciusában kezdte meg működését, azóta járul hozzá hazánk oktatási intézményeinek nemzetközi megismertetéséhez.

Tevékenységek:

- Információk gyűjtése és közzététele a tagországokban elérhető oktatási és képzési lehetőségekről
- Tájékoztató a mobilitás feltételeiről, az egyes végzettségek kölcsönös elismeréséről
- Együttműködés más Nemzeti Pályainformációs Központokkal a hatékony és naprakész információszolgáltatás érdekében
- Részvétel a pályatanácsadáshoz kapcsolódó országos és nemzetközi szintű tájékoztató rendezvényeken
- Képzési adatbázisok létrehozása és karbantartása

<http://eletpalya.munka.hu/> átfogó adatbázis és segítő tanácsok a tanulásból a munka világába való átmenethez.

- foglalkozás bemutató filmek
- önismereti kérdőívek
- tanácsadók virtuális közössége
- szakmák és foglalkozások leírása, keresése

HASZNOS TANÁCS:

Amennyiben felsőoktatási intézménybe készülsz, ne hagyatkozz teljes egészében a korábbi években szerzett ismereteidre, vagy mások által adott információkra, hanem lapozd fel a „Felsőoktatási Felvételi Tájékoztató” című, minden esztendőben megjelenő kiadványa.

Felsőoktatási felvételi tájékoztató 2012.

Oktatási és Kulturális Minisztérium 2006.

Felvételi tájoló 1.-4. 2012.

Bp., Educatio Társ. Szolg. Kht. 2006.

Diploma 2012

HVG Különszám

Szakirányú továbbképzések 2012.

Bp., OFI, 2006.



2. Mentorprogram működtetése a beilleszkedés megkönnyítése mellett a lemorzsolódás lehetőségének csökkentése érdekében. A programban- a tanulmányaik kezdetétől - azon felvételt nyert érintettek vehetnek részt, akiknek a szülője/nevelő szülője legfeljebb az általános iskola 8. osztályát végezték el, illetve tartós nevelésbe vételben részesültek;

3. A programban résztvevők számára a munkaerőpiacon történő elhelyezkedés esélyeinek növelése elsősorban képzésekkel, tréningekkel, különböző ismeretek növelésével, készségek fejlesztésével.

Kik jogosultak a kedvezményre?

- Az a fiatal, aki középfokú tanulmányai ideje alatt, rendszeres gyermekvédelmi támogatásban részesült, ill. akit a jegyző, szociális-, és anyagi körülményeinek figyelembevételével, védelembe vett vagy állami gondozott volt. A hátrányos helyzetűnek számító fiatal a felvételi eljárás során 20 többletpontra jogosult.
- Ezen belül, további 20 pontra jogosult az a hátrányos helyzetű jelentkező, akinek törvényes felügyeletét ellátó szülője, illetve szülei legfeljebb az iskola nyolcadik évfolyamán folytatott tanulmányait fejezte be, fejezték be sikeresen, vagy aki tartós nevelésben részesült.
- A fogyatékkal élő jelentkező minden jelentkezési helyén 50 többletpontra jogosult.
- Az a jelentkező, aki a jelentkezési határidő és a felvételi döntés közötti időszakban gyermeke gondozása céljából fizetés nélküli szabadságon lévő, terhességi-gyermekágyi segélyben, gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban vagy gyermekgondozási díjban részesült, max. 40 többletpontra jogosult.

A program természetesen az esti, levelező illetve távoktatási tagozatokra is vonatkozik!

Szükséges minimum ponthatár

Alapképzésre, egységes, osztatlan képzésre csak az a jelentkező vehető fel, akinek az emelt szintű érettségi vizsgáért adott többletpontokkal együtt, de más jogcímen adható többletpontok nélkül számított pontszáma eléri a 200 pontot. Ez felsőfokú szakképzés esetén 140 pont.

FELSŐOKTATÁS

A magyar felsőoktatási rendszer rendkívül sokszínű: az állami felsőoktatási intézmények mellett egyházi és magán, illetve alapítványi fenntartásúak is működnek. Alapképzésen több mint száz szakon kínálnak továbbtanulási lehetőséget, és biztosítják a második, vagy a további oklevél megszerzésének lehetőségét is.

A hatályos jogszabályok egyértelműen meghatározzák azt, hogy milyen képzési formák, milyen tagozaton folyhatnak államilag finanszírozott és költségtérítési formában, illetve melyek azok a képzési formák, tagozatok, amelyek csak költségtérítési formában hirdethetők meg. Ez természetesen azt is jelenti, hogy a felsőoktatási intézményeknek joguk és lehetőségük van az államilag finanszírozott képzés mellett költségtérítési képzést is hirdetni, amennyiben erre megfelelő kapacitásuk van.

Államilag finanszírozott egy képzés, ha

- első alapképzési szakon (nappali, esti, levelező)
- első kiegészítő alapképzési szakon (nappali)
- első akkreditált iskolai rendszerű elsőfokú szakképzésen veszel részt (nappali, esti, levelező)

Költségtérítési képzéseket is hirdethetnek a felsőfokú oktatási intézmények, illetve vannak olyan képzések (pl. távoktatás), amelyek csak ilyen formában folyhatnak. A költségtérítési képzésben az egyetemek és főiskolák döntenek arról, hogy milyen vizsgatárgyat írnak elő számodra, ez eltérhet az államilag finanszírozott képzésben meghatározott vizsgától. A jelentkezés is külön történik az államilag finanszírozott és a költségtérítési képzésre, és a képzés ponthatára is eltérhet.

A SOKAT EMLEGETETT BOLOGNAI!

A Bolognai rendszer bevezetésének oka, hogy egyrészt ne annyira fiatalon, tizennyolc évesen kelljen eldöntenie valakinek, hogy egyetemre vagy főiskolára szeretne-e menni, másrészt, hogy jóval több gyakorlati szakembert képezzenek. A felsőoktatási reform azért is volt időszerű, mert az egységessé váló Európában egyre többen készülnek külföldi továbbtanulásra, munkavállalásra. Szükség volt egy olyan egységes rendszerre, amelyben mindenki tudja, hogy az adott oklevél és a végzettség mit takar.

A többciklusú képzési rendszer előnyei

Az új képzési szerkezet által biztosítható a tanulmányi pályák, a képzési ciklusok egymáshoz és a munka világához való kapcsolódása, az EU-ban és más országokban megszerzhető ismeretekkel és végzettségekkel összevethető tudás és végzettség birtoklása. Ez a képzési szerkezet alkalmas nagy számú

VÁLTOZÁS

A FELVÉTELI ELJÁRÁSBAN 2012-TŐL

Röviden összefoglaljuk, hogy mi az, ami változik az előző évhez képest:

A bejutáshoz szükséges minimális pontszámot annak idején 160 pontban határozták meg, majd 2010-ben 200 pont-ra emelték. A kormány áprilisi rendelete alapján 2012-től tovább emelkedik a minimális ponthatár: 240 pontra. Ez már két, közel jeles szintű középszintű- vagy legalább egy emelt szintű - érettségi feltételez.

A változások három lényeges eleme:

1. A felvételi eljárás során kapható többletpontok mértéke 80-ról 100-ra nő, tehát 400+100 pontos rendszer lesz.

2. Az emelt szintű érettségiért adható többletpontok mértéke 40-ről 50-re emelkedik. Ez azt jelenti, hogy mivel legfeljebb két emelt szintű érettségiért kapható többletpont, így azokkal meg lehet szerezni a maximálisan szerezhető többletpontot.

3. A felvételi eljárás során a minimális bejutási küszöb 240 pontra nő.

- Ez azt jelenti, hogy a két olyan érettségi vizsgatárgyból, amiből az adott szakon pontot lehet szerezni, legalább 50-60%-os eredményt kell elérni ahhoz, hogy valaki felvételt nyerjen.

- **Fontos szempont az is,** hogy a minimális ponthatár elérésekor az emelt szintű érettségiért kapott többletpontokat be lehet számítani (de csak azokat!), így 50 vagy 100 többletpontot lehet szerezni.

A fenti változásokat első alkalommal a 2012-es keresztféléves eljárásban kell alkalmazni, azaz a 2012 februárjában induló szakokra jelentkezők pontszámát már a fentiek alapján számolják.



hallgatóság színvonalas képzésére, ugyanakkor változatos tanulmányi lehetőségeket biztosít a legmagasabb végzettséget megszerzeni kívánó, kiváló teljesítményt nyújtó diákok számára is. A fokozatok megszerzése többféle módon lehetséges, szintenként akár más-más intézményben, esetleg országban.

Alapképzés

Az első képzési szint az alapképzés (baccalaureus, bachelor; rövidítve: BA, BSc), mely (alapképzési szaktól függően) 6-8 féléves. Az alapképzés csak egyszakos, az alapfokozat megszerzésével egy szakképzettség szerezhető. Az alapfokozatot nyújtó első képzési ciklus a munkaerőpiacon hasznosítható szakmai ismereteket ad, az elhelyezkedéshez jogszabályban meghatározottak szerinti munkakör betöltésére jogosít, egyúttal megfelelő elméleti alapot is nyújt az adott szakterületen a tanulmányok folytatásához, a mesterfokozat megszerzéséhez.

Mesterképzés

A mesterképzésben (magister, master; rövidítve: MA, MSc) mesterfokozat és szakképzettség szerezhető. A mesterfokozat a második felsőfokú végzettségi szint. Mesterképzésre az vehető fel, aki legalább alapfokozatot és szakképzettséget, vagy ezzel egyenértékű főiskolai szintű végzettséget és szakképzettséget tanúsító oklevelet, illetve egyetemi szintű végzettséget vagy mesterfokozatot szerzett. A felvétel pontos követelményeit a felsőoktatási intézmények határozzák meg. E képzés 2-4 féléves (kivéve a tanárképzést, amely akár 5 féléves is lehet). Az elvégzését követően ki lehet lépni a munkaerőpiacra, illetve jelentkezni lehet doktori képzésre, amely a tudományos fokozat megszerzésére készít fel.

Egységes, osztatlan képzés

A többciklusú képzés bevezetését követően néhány szakon egységes, osztatlan képzésben vehetnek részt a jelentkezők, ezeken a szakokon alapképzésben nem szerezhető fokozat. Az egységes, osztatlan képzés a mesterfokozat megszerzésével zárul. A képzési idő 10-12 félév lehet.

Felsőfokú szakképzés

A felsőoktatás részét képezi a felsőfokú szakképzés, a felsőoktatási intézmények által hallgatói - valamint felsőoktatási intézménnyel kötött megállapodás alapján szakközépiskolák tanulói - jogviszony keretében folytatott szakképzés, amely beépül a felsőoktatási intézmény alapképzésébe és egyben az Országos Képzési Jegyzékben szereplő felsőfokú szakképesítést ad. A felsőfokú szakképzésen teljesített tárgyak - a felsőoktatási intézmények döntése alapján - az alapképzés során beszámíthatóak. A képzési rendszer biztosítja az alapképzésből a felsőfokú szakképzés irányába történő kilépés lehetőségét is.

HALLGATÓI JOGVISZONYBAN

Amennyiben nappali tagozatos hallgatója vagy valamelyik főiskolának vagy egyetemnek, akkor a tanulmányi idő alatt különböző juttatásokban részesülhetsz. Ezek általában nem fedezik a teljes megélhetésedet, de legalább könnyebbé teszik azt.

Ösztöndíj (tanulmányi, köztársasági)

Tanulmányi teljesítményed alapján kaphatod, félévenkénti időtartamra adható, külön kérelem nélkül. Összegét az előző félévben nyújtott eredményeid alapján állapítják meg. Ha kiemelkedő tanulmányi eredményed van, és tudományos diákkörben vagy egyéb területen kimagasló szakmai munkát végzel, két lezárt félév után Köztársasági ösztöndíjra is pályázhatsz. A pályázatokat az intézmények véleményezik, rangsorolják. A Köztársasági ösztöndíjat az oktatási miniszter adja és egy éven át a felsőoktatási intézmény az egyéb ösztöndíjakkal havonta folyósítja.

Pénzbeli szociális támogatás

Szociális helyzeted alapján igényelheted, kereseti igazolásokkal kell bemutatnod. Ezek alapján állapítják meg, hogy jogosult vagy-e, vagy sem.

Tankönyv és jegyzettámogatás

Erre lehetőség van, melyet a felsőoktatási intézmény saját döntése alapján adhat.

Támogatások szociális alapon

Az első félévben iskolakezdési alptámogatásban is részesülhetsz, erre szintén pályáznod kell.

A rendszeres szociális ösztöndíj a szociálisan rászoruló hallgatókat segíti. Ebben a támogatásban részesülhet az a fiatal, aki hátrányos vagy halmozottan hátrányos helyzetű, fogyatékkal él vagy egészségi állapota miatt rászorul, családfenntartó, félárva, árva vagy gyámsága nagykorúsága miatt megszűnt. Egyszeri szociális probléma esetén is kaphatsz rendkívüli szociális támogatást pl.: haláleset vagy gyerekszülés esetén.

Az Oktatási és Kulturális Minisztérium indította be a Bursa Hungarica ösztöndíjpályázatot, amely a felsőoktatási intézmények hátrányos helyzetű hallgatói számára nyújt rendszeres anyagi segítséget. A saját településed önkormányzatánál kell beadnod pályázati kérelmedet, melyet a megyei önkormányzat, illetve az Oktatási Minisztérium is kiegészíthet. Az ösztöndíj egy évre szól, de újra pályázhatsz, ha továbbra is megfelelsz a feltételeknek, és támogat az önkormányzat. Kecskeméten a városi önkormányzat Népjelölti

KAPCSOLÓDÓ INTÉZMÉNYEK

**Bursa Hungarica
Felsőoktatási
Ösztöndíjpályázat
Közigazgatási és Igazság-
ügyi Minisztérium
Wekerle Sándor Alapkezelő**
Cím: 1088 Budapest,
Múzeum utca 17.
Levelezési cím:
H-1244 Budapest, Pf. 920
Telefon: (06-1) 301-3200
Fax: (06-1) 301-3220
Internet: www.wekerle.gov.hu
E-mail: bursa@wekerle.gov.hu;
info@wekerle.gov.hu

**Kecskemét Megyei Jogú
Város Polgármesteri Hivatal
Balaton utcai Kirendeltség**
6000 Kecskemét,
Balaton u. 19. I/I.
Tel.: (+36) 76/512-226;
Fax: (+36) 76/513-222
E-mail: csaladvedelem@kecskemett.hu

Hasznos linkek
www.romapage.hu
www.soros.hu
www.hook.hu



Osztály Gyermekvédelmi Csoportjánál lehet igényelni akkor, amikor a helyi újságokban megjelenik a kiírás. A megfelelő pályázati űrlap is ott érhető el.

A Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségekről Közalapítványhoz középiskolás roma fiatalok pályázhatnak ösztöndíjra.

Mentorprogram

A hátrányos helyzetű fiatalok felsőfokú tanulmányait elősegítő esélyegyenlőségi mentorprogram megvalósítója a Hallgatói Önkormányzatok Országos Konferenciája (HÖÖK).

A mentorprogram célja, hogy azoknak a fiataloknak, akik valamilyen szempontból hátránnyal érkeznek a felsőoktatásba, egyenlő esélyük legyen személyes tehetségük kibontakoztatásához, és a munkaerő piaci elhelyezkedési esélyeit is növelni szándékozza program.

A programba bekerült, felvételt nyert első évesek beilleszkedését, lemorzsolódásának megakadályozását személyes segítségnyújtással, mentorálással végzi a HÖÖK Mentorprogram – Felsőoktatási Mentorhálózat. A mentor egy azonos intézményben és szakterületen tevékenykedő felsőbb éves, felkészült segítő, aki munkáját mind mentoráltjával mind a programmal kötött szerződés alapján, 2 féléven keresztül végzi. Feladata az intézményi beilleszkedés minden területére kiterjed: tanulmányi és oktatási ügyek, informális tevékenységek, ösztöndíj-tanácsadás. A mentor legfontosabb feladata a lehető legrövidebb idő alatt felkészíteni a mentorált hallgatót segítség nélküli egyetemi életre. A mentort a program rendeli a bekerült első éves mellé, azonban abban az esetben, ha együttműködésüket a mentorált hallgató nem találja megfelelőnek a HÖÖK Mentorprogram közvetlen megkeresésével lehetősége van mentort váltani. A mentorképzési tananyagokból és képzéseken készülnek fel.

A Mentorprogram azoknak a fiataloknak igyekszik segítséget nyújtani, akik valamilyen szempontból hátránnyal érkeznek a felsőoktatásba, vagyis a hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű hallgatóknak.

Jelentkezés a Mentorprogramba

Amennyiben a felvételi eljárás során plusz pontot kapsz a szociálisan hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetetek alapján, az Oktatási Hivaltól kapni fogsz a HÖÖK Mentorprogram tájékoztató anyagát és jelentkezési lapját. Amennyiben visszaküldöd a jelentkezési lapot és felvételt nyersz felsőoktatási intézménybe úgy bekerülhetsz a Mentorprogramba.

Diákigazolvány

Diákigazolványra jogosultak a magyar közoktatásban tanulói jogviszonnyal rendelkező diákok, a hazai felsőoktatásban résztvevő, hallgatói jogviszonnyal rendelkező magyar és nem magyar állampolgárok, valamint a külföldi közoktatási vagy felsőoktatási intézményben tanuló magyar állampolgárok.

Ez egy olyan okmány, amellyel az iskola megkezdésétől tanulmányaid befejezéséig igazolod tanulói jogviszonyodat. Ha felsőoktatási intézménybe felvesznek, beiratkozáskor igényelned kell (ez különbözik a középiskolai diákigazolványtól). A diákigazolványhoz tagozatonként (nappali, esti, levelező, távoktatási) különböző kedvezményeket vehetsz igénybe.

A felsőoktatási diákigazolványt félévente matricával kell érvényesítened. Érvényes diákigazolvánnyal kedvezményeket kapsz az utazáshoz, emellett kaphatsz kedvezményt múzeumokban, uszodákban, sportlétesítményekben, kulturális rendezvényeken.

Nemzetközi diákigazolvány

Kevés diák tudja azt, hogy a diákigazolvány nemcsak itthon, hanem külföldön is kedvezményekre jogosít fel. Ennek segítségével már több mint 100 ország elfogadóhelyein (múzeumok, diákszállások, éttermek stb.) használható. Nemcsak kedvezményeket kaphatsz, hanem ingyenesen léphetsz be különböző múzeumokba, galériákba. Ha nyaralni indulsz, ösztöndíjjal külföldre utazol, vagy ha meglátogatod rokonaidat, akkor használd ki ezt a lehetőséget. A kártya díja egy évre 2480 Ft. Elkészítéséhez egy igazolványkép szükséges. Feltétele, hogy nappali tagozatos legyél, és legyen érvényes diákigazolványod.

Diákhitel

Mára már igen elterjedt lehetőség a felsőoktatásban tanulók számára a diákhitel. Célja, hogy esélyt teremtsen a felsőoktatásban való részvételre, esélyt adjon a továbbtanulásra az anyagi helyzetedtől függetlenül.

Alapfeltétele, hogy magyar állampolgár legyél, és beiratkozott hallgatója légy valamelyik felsőoktatási intézmény által folytatott akkreditált főiskolai, egyetemi szintű vagy kiegészítő képzésnek, függetlenül attól, hogy a képzés államilag finanszírozott, vagy költségterítéses.

Jelenleg 40 éves korig veheted fel, és legalább 10 szemeszterig vagy rá jogosult.

Támogatási összeg: az államilag támogatott képzésben résztvevőknek havi maximum 40.000 Ft, a költségterítéses képzésben résztvevőknek havi maximum 50.000 Ft igényelhető.

Bővebb információ:

www.diakigazolvany.hu
Itt van lehetőség elektronikus igénylésre is.

NEMZETKÖZI DIÁKIGAZOLVÁNY KIVÁLTÁSA:

IBUSZ Utazási Iroda

Malom Központ 1. emelet
Tel.: 76/486-955 és 481-529
Mobil: 20 / 449-7377
Hasznos linkek
www.diakigazolvany.hu



A DIÁKHITELRŐL

Hasznos információ:

www.diakhitel.hu,
info@diakhitel.hu
40/240-024-es helyi tarifával
hívható számon.



Törlesztés: a diákhitel nem fix futamidejű, hanem a törlesztőrészesítés nagysága rugalmasan igazodik a hitelfelvétel mindenkor anyagi lehetőségéhez. Ez azt jelenti, hogy tanulmányaid befejezése után jövedelmed egy meghatározott százalékaival (bruttó fizetésed 6 %-ával) törleszted majd havonta a hiteled, így mindig biztos lehetsz abban, hogy ez nem jelent számodra vállalhatatlan terhet. Ha a visszafizetés a nyugdíjig tartana, akkor a fennmaradó összeget elengedik. (Erre kevés az esélyed.)

A folyósított összegről nem kell igazolást felmutatnod, hogy mire költötte, tandíjra, tankönyvre vagy valami egészen másra. A kölcsönszerződés nyomtatványaihoz a Magyar Posta hivatalában juthatsz hozzá, és adhatod le (300 Ft-ért).

Ma már nem csak postán intézheted a diákhiteléd, hanem bármely magyarországi pénzintézetnél.

Hazai ösztöndíjak

Az alábbiakban felsorolt támogatási lehetőségeket iskolatípusok szerint csoportosítva mutatjuk be.

Közoktatási ösztöndíjak

2010. február elsejétől a hiányszakmákban tanuló hallgatók számára szakiskolai ösztöndíj-programot indult. Az első szakaszban, februártól nyár végéig egységesen, minden tanuló, akinek tanulmányi átlaga meghaladja a 2,5-öt, 10 ezer forint támogatást kaphat, ha hiányszakmában tanul.

A 2010/2011-es tanévtől kezdve, a támogatás a tanulmányi eredmény alapján differenciálódik. Jó vagy jeles tanuló esetében az ösztöndíj 25-30 ezer forintot is elérhet. A program célja, hogy vonzóvá tegye a szakmunkás élet pályát, visszaállítsa a képzés presztízsét. Cél az is, hogy a hiányszakmák felé terelje a fiatalokat, ösztönözze a képzésbe való belépést, és ezáltal a munkaerőpiac valóban szakmunkás-igénye szerint alakuljon a képzés.

A Regionális Fejlesztési Képzési Bizottságok jelölik ki a hiányszakmákat, összesen 10 szakmát egy adott régióban minden évben. A kormány arra számít, hogy 13-15 ezren lesznek jogosultak a támogatásra. A kőműves, gépi forgácsoló, hegesztő, ács-állványozó szakmák az ország valamennyi régiójában hiányszakmának számítanak.

Apáczai Közalapítvány, Magyarországi Cigányokért Közalapítvány, Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségekért Közalapítvány, Nemzeti Erőforrás Minisztérium. A pályázók köre általában: utolsó éves diákok, nemzeti kisebbségi diákok, roma középiskolások, valamint pedagógusai, határon túli magyarok. A támogatás formája lehet szociális ösztöndíj, tanulást támogató ösztöndíj.

Felsőoktatási ösztöndíjak

Nemzeti Erőforrás Minisztérium (volt Oktatási és Kulturális Minisztérium.) Apáczai Közalapítvány, Magyarországi

Cigányokért Közalapítvány, Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségekért Közalapítvány. A pályázók köre általában: hallgatók, nemzetiségi-kisebbségi hallgatók, határon túli magyarok.

Külföldi ösztöndíjak

Ma már számtalan lehetőség van külföldi egyetemeken ösztöndíjra pályázni. Ez kiemelkedő lehetőség mind szakmai téren, mind nyelvtanulás szempontjából.

Az állami ösztöndíjakon kívül számos intézmény, alapítvány, illetve külföldi intézmény kínál, elsősorban rövidebb idejű tanulmányok folytatására pályázati lehetőséget. Ezeket általában kiemelkedő tanulmányi eredményű hallgatók kapják.

Minden felsőoktatási intézményben, így az általad választottban is, és a Nemzeti Erőforrás Minisztérium honlapján találhatsz információkat az éppen aktuális ösztöndíjakról. Emellett a Magyar Ösztöndíj Bizottság által működtetett <http://www.scholarship.hu> oldalon is tájékozódhatsz.

A Tempus Közalapítvány kiemelten közhasznú szervezet, amely számtalan pályázati lehetőséget biztosít az oktatásban résztvevőknek. Léteznek még különböző szociális és tanulmányi alapú ösztöndíjak melyeket az intézmény, a főiskolai kar, a hallgatói önkormányzat vagy akár egy cég, illetve alapítvány hirdet meg. Érdemes tehát heti rendszerességgel ellenőrizni a faliújságokat, az intézmény, a HÖK és a pályázatfigyelő honlapjait, mert 10-15 vagy akár 20.000 forintos támogatást is el lehet nyerni pályázat útján. Nem utolsósorban, nagy segítség lehet a helyi karrier központ, illetve hallgatói iroda webes és személyes látogatása is, ahol az egyetemi vagy főiskolai tanulmányokhoz igazodó részmunkaidős, illetve gyakornoki munkát tudnak ajánlani az érdeklődőknek.

HÖK – Hallgatói önkormányzatok

Az egyetemisták és főiskolások demokratikus jogaik érvényesítésére önálló szervezeteket, önkormányzatokat hoznak létre, amelyek a hallgatói érdekeket a legkülönbözőbb területeken képviselik. A felsőoktatási intézmények szabályzataikban határozzák meg azokat az ügyeket, amelyekben a hallgatói önkormányzat dönt. A hallgatók a jogukat választott képviselőik révén gyakorolják.

A HÖK feladatai közé tartozik a tanulmányi és vizsgaszabályzat elfogadása, különböző ösztöndíjak elbírálása, illetve az oktatók munkájának minősítése.

A felsőoktatási intézmények hallgatóinak országos képviseletét a Hallgatói Önkormányzatok Országos Konferenciája (HÖÖK) látja el. Célja: a felsőoktatás színvonalának emelése, és a hallgatóság részére nyújtott szociális és tanulmányi szolgáltatások magas színvonalának biztosítása. Folyamatosan részt vesznek a felsőoktatásra vonatkozó jogalkotásban.

DIÁKHITELES FOLYÓSZÁMLÁRA KEDVEZMÉNYT NYÚJTÓ BANKOK

Magyar Külkereskedelmi Bank, Általános Értékforgalmi Bank, Kereskedelmi és Hitelbank, Inter-Európa Bank, Erste Bank, OTP Bank, HVB Bank, Volksbank, CIB Bank, Budapest Bank, FHB Bank, K&H Bank, UniCredit Bank, Fókusz Takarékszövetkezet, Lakiteleki Takarékszövetkezet.



DIÁKMUNKA SZÖVET- KEZETEK KECSKEMÉTEN

Melő-diák

6000 Kecskemét

Szövetség tér 4.

Tel.: 76/412-255

Web: www.melodiak.hu

Mind-Diák

6000 Kecskemét

Csányi J. krt. 12.

Tel.: 76/415-479,

Web: www.minddiak.hu

Melő-depó

6000 Kecskemét

Csokonai utca 2/a.

Tel.: 76/482-222 , 30/935-2006

Web: www.melo-depo.hu

Fürge Diák

6000 Kecskemét

Csányi J. krt. 4.

Tel.: 76/504-818, 70/315-5239

Web: www.furgediak.hu

Diák 2000 és MEKK KFT.

6000 Kecskemét

Kőhid u. 36.

Tel.: 76/418-671 , 20/361-8621

Web: www.diak-2000.hu

Ötesillagos

6000 Kecskemét

Katona J. tér 18. I. em. 112.

Tel.: 30/683-5618

www.otcsillagos.co.hu

SEGÍTŐ INTÉZMÉNYEK

HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét

Széchenyi sétány 2-4.

Tel.: 76/475-022

Fax: 76/475-022

Web: www.helpi.hu

Email: helpi@helpi.hu

infoTel.: 76/ 41 20 20 nyitva:

hétköznapokon 12-18 óráig

DIÁKMUNKA

Munkavállalóként munkaviszonyba főszabály szerint akkor léphetsz, ha a 16. életéved betöltötted. Abban az esetben azonban, ha már elmúltál 15 éves és általános iskolában, vagy szakiskolában, illetve középiskolában (gimnáziumban, szakközépiskolában) nappali tagozaton tanulsz, az iskolai szünetek alatt (nyári szünet, téli szünet) - szülői hozzájárulással - szintén létesíthetsz munkaviszonyt. [A Munka Törvénykönyvéről szóló 1992. évi XXII. törvény (továbbiakban: Mt.) 72. §-a].

Fiatalkorú munkavállalónak minősülsz a munkajogi szabályok alkalmazása szempontjából addig, amíg a 18. életévedet be nem töltötted. Ha tehát még nem múltál el 18 éves, munkaidőd maximum napi nyolc óra, illetve - ennek megfelelően heti negyven óra lehet, egy perccel sem több! Részedre négy és fél óra munkaidő után, legalább harminc perc munkaközi szünetet kell biztosítani. Ez a szünet alkalmas arra például, hogy a munka közben megebédelj, pihenj egy kicsit, felfrissülj. Hogy tudd, a felnőttek számára ennél valamivel hosszabb munkaidő is előírható, valamint részükre csak hat óra munkavégzés után kell és csak 20 perc munkaközi szünetet biztosítani. Két munkavégzés között, azaz az egyik napi munkavégzés és a másik napi munkakezdés között legalább 12 órának el kell telnie (azaz ennyit kell pihened két munkavégzési időtartam között), ezt az időt nem lehet lerövidíteni (kollektív szerződéses megállapodásban sem). Ezen kívül nem oszthatnak be éjszakai munkára, illetve készenléti vagy ügyeleti jellegű munkára sem, valamint nem túlórázhatsz.

Ha több munkáltató számára végzel egyszerre munkát, a részükre történő munkavégzés idejét össze kell számítani. Tehát ha például több helyen is dolgozol egyszerre munkaviszonyban, vagy valahol munkaviszonyban foglalkoztatnak, máshol pedig megbízási jogviszonyban, vagy vállalkozási jogviszonyban, akkor ezeket a munkaidőket össze kell számítani. Ezekről a szabályokról a Mt. nem enged eltérést, azaz ezeket mindenképpen be kell tartania a munkáltatónak (megbízás esetén megbízónak, vállalkozás esetén vállalkozónak), illetve munkáltatóknak, akik Téged foglalkoztatnak [Mt. 129/A. §].

A munkavállalás formái változatosak lehetnek, így dolgozhatsz alkalmi munkavállalóként egyszerűsített foglalkoztatásban, létesíthetsz határozott idejű és egy adott munka elvégzésére is munkaviszonyt, beléphetsz egy iskolaszövetkezetbe (népszerű nevén: diákszövetkezetbe).

A szabályok ismeretében most már csak azt kell tudnod, hogy milyen iratokkal, igazolványokkal, igazolásokkal kell felkészülnöd arra, hogy munkát vállalj. *Lásd 26. oldal!*

Be kell szerezned az iskolától az ún. iskolátogatósi igazolást, amely azt bizonyítja, hogy az elmúlt tanévben nappali tagozatos diák voltál. Szükséges még a személyi igazolvány, a TAJ-szám (társadalombiztosítási azonosító jel), az adószám (pontosabban adóazonosító jel), néhány esetben egy bankszámlaszám is, mert a munkáltató csak bankátutalással tud fizetni (pl. az állami költségvetésből gazdálkodó szervezetek, vagy néhány iskolaszövetkezet is így fizeti a munkabért, stb.):

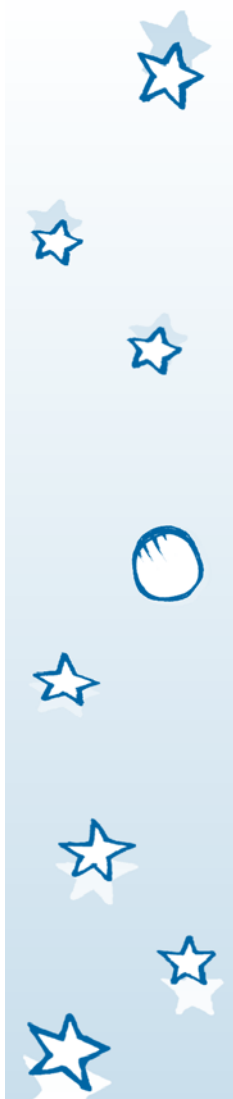
- személyi igazolványt minden 14. életévét betöltött magyar állampolgár kap
- TAJ-száma minden magyar állampolgárnak van (a születéskor Te is megkaptad, a szüleid biztosan megőrizték, hiszen ha beteg voltál, ennek alapján kaptál orvosi ellátást!)
- az adóazonosító jelet az APEH-től kell kérni (az APEH sok településen működött ügyfélszolgálati irodát, de kisebb településeken a helyi önkormányzat segít az ügyintézésben)
- bankszámla minden banknál nyitható (ma már nemigen van olyan település, ahol ne működne csak egy, a számtalan bank közül, de vannak takarékszövetkezetek is, amelyek lakossági bankszámlákat is kezelnek, és egy kisebb településnek is van ilyen takarékszövetkezete!)

Diákmunka-szerződés

Ha a munkáltatód nem alkalmi munkára venne fel, akkor munkaszerződést kell kötnöd, melyről az alábbiakat kell tudnod:

- A munkaviszony a munkaszerződés megkötésével jön létre. A munkaszerződést írásba kell foglalni. A munkaszerződés írásba foglalásáról a munkáltató köteles gondoskodni. Ha a munkáltatód nem foglalná írásba a munkaszerződésedet, akkor a szerződés érvénytelenségére csak a munkavállaló - azaz Te - hivatkozatsz, de csak a munkába lépést követő 30 napon belül.
- A munkaviszony kezdete a munkába lépés napja, amelyet a felek a munkaszerződésben határoznak meg. Erre vonatkozó megállapodás hiányában pedig a munkába lépés napja a munkaszerződés megkötését követő nap. Abban az esetben fordulhat elő, hogy már dolgozol, de még nem írtál alá munkaszerződést, ha a munkaszerződés szóban jött létre közted és a munkáltató között, és még nem foglalta írásba a munkáltató.
- A munkaszerződésben meg kell határozni a személyi alaphéred, a munkaköröd, illetve a munkavégzés helyszínét.
- Meg kell jelölni továbbá a munkáltató pontos megnevezését, címét, a Te vedd és lakcímed, valamint egyéb munkaviszony szempontjából lényeges adatokat (pl. adószámot, hogy később ellenőrizni tudd, hogy a munkáltatód bejelentette-e.) Meg kell jelölni, hogy ki a "munkáltatói jogok gyakorlója", azaz ki a főnök, kitől kapod az utasításokat.





■ A munkaszerződésben nem kötelező azokat a juttatásokat feltüntetni, amelyek a munka díjazásába beleszámítanak (pl. étkezési hozzájárulás, utazási költség-hozzájárulás, munkaruha-juttatás), viszont utalni kell rá, hogy esetleg kollektív szerződésben, vagy munkáltató utasításban hol található ez a szabályok.

■ A munkaszerződés megkötésével egyidejűleg tájékoztatást kell kapnod szóban, majd a munkaszerződés megkötésétől számított harminc napon belül írásban:

- munkaköri feladataidról, illetve a munkakör betöltéséhez szükséges végzettségről
- az irányadó munkarendről,
- a munkabér egyéb elemeiről,
- a bérfizetés napjáról,
- a munkába lépés napjáról,
- a rendes szabadság mértékének számítási módjáról és kiadásának, illetve

a munkáltatóra és a munkavállalóra irányadó felmondási idő megállapításának szabályairól,

- arról, hogy a munkáltató kollektív szerződés hatálya alá tartozik-e,
- a munkáltatónál képvisellel rendelkező szakszervezet megnevezéséről, illetőleg arról, hogy a munkáltatónál működik-e üzemi tanács.

■ A munkaszerződés megkötésekor át kell nyújtanod a személyi igazolványod, az iskolalátogatási igazolást, a TAJ számot tartalmazó igazolványt, ha még nem töltötted be a 16. életévedet, akkor törvényes képviselőd írásbeli engedélyét ahhoz, hogy munkaszerződést köss, és az adóazonosító jeledet, valamint meg kell adnod a bankszámlaszámodat is.

A munkaszerződés megkötésével tehát létrejön a munkaviszony, amely alatt a munkáltatód köteles betartani a fiatal munkavállalókra (18. életévüket be nem töltött munkavállalók) vonatkozó Munka Törvénykönyve szerinti szabályokat, és emellett a különböző munkavédelmi szabályokat is, amelyeket vagy egyéb jogszabályok tartalmaznak, vagy a munkáltatónál érvényes munkavédelmi szabályzat. Ezekről tájékoztatást kell kapnod, és azt is tudnod kell, hogy nem végezhetsz olyan munkát, amely egészségedet veszélyezteti, vagy rád bármilyen módon káros.

Mivel kevesebb élettapasztalatod van, mint általában a többi munkavállalónak, nagyon sok kellemetlenségtől, további pereskedésektől kíméled meg magad, ha megkérd szüleidet, hogy olvassák át a munkaszerződést, de talán az se árt, ha személyesen beszélnek a munkáltatóval. Nem kell azt gondolnod, hogy nem vesznek "felnőttszámba", de egy felnőtt jobban észreveszi, ha a munkaszerződés hiányos, vagy megtévesztő!

SZAKKÉPZÉSEK

Középfokú iskolarendszerű szakképzések

Ha szakma nélkül vagy, mindenképpen az iskolai rendszerű (akár közép- vagy felsőfokú) tanulási lehetőség ajánlható. Az oktatási törvény értelmében 22. életéved betöltéséig az állam biztosítja az első és a második szakma megszerzésének ingyenes lehetőségét, az iskolai rendszerű oktatásban, nappali tagozaton.

Csak az iskolai rendszer nyújtotta képzési lehetőségek után célszerű igénybe venni az általában célorientált, rövidebb idejű, specializáltabb képzési lehetőségeit.

Felsőfokú iskolarendszerű szakképzés

Ezt a végzettséget két úton szerezheted meg:

1. Választasz egy helyi középiskolát, amely indít ilyen képzéseket. Ebben az esetben tanulói jogviszonnyal fogsz rendelkezni, és a családod kapja utánad a családi pótlékot, illetve nem kell fizetni albérltet, vagy kollégiumot.
2. Egy felsőoktatási intézmény által meghirdetett képzésre jelentkezel (a Tájékoztatóban F betűvel jelölik). A felsőfokú szakképzésre történő jelentkezés esetén is 400+80 pontos rendszerben kell értékelni a jelentkezők teljesítményét. A tanulmányi pontok kétszerezésével vagy a tanulmányi és érettségi pontok összeadásával vagy az érettségi pontok kétszerezésével állapítják meg a felsőfokú szakképzésre jelentkezők pontszámát, amihez mindhárom esetben hozzáadják a jelentkező által elért többletpontokat. A három lehetőség közül azt kell alkalmazni, ami a jelentkező számára kedvezőbb. Nem lehet felvenni felsőfokú szakképzésre azt, aki az emelt szintű érettségi vizsgáért járó többletpontokkal együtt, de más jogcímen adható többletpontok nélkül nem ér el 200 pontot. Ez az eredmény 35 %-os középszintű érettségivel érhető el.

Ebben az esetben hallgatói jogviszonnyal rendelkezel. Ez a két éves képzési forma szakképzettséget ad, és biztosítja az elhelyezkedés lehetőségét a munkaerőpiacon.

Pontszámítás felsőfokú szakképzésen

Felsőfokú szakképzésen a felvételi összpontszámot az alábbiak szerint kell kiszámolni:

- a) a tanulmányi pontok kétszerezésével, vagy
- b) a tanulmányi pontok és az érettségi pontok összeadásával, vagy
- c) az érettségi pontok kétszerezésével.

FELSŐFOKÚ SZAKKÉPZÉST FOLYTATÓ SZAKKÖZÉP- ISKOLÁK KECSKEMÉTEN

ÁFEOSZ Kereskedelmi és Közgazdasági Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Bibo I. u. 1.

Tel.: 76/500-850

Web: www.afeosziskola.hu

Katedra Gimnázium, Informatikai és Művészeti Szakközépiskola és Kollégium

6000 Kecskemét, Izsáki út. 8.

Tel.: 76/502-350

www.katedra-iskola.hu

Kecskeméti Műszaki Szakképző Iskola Gáspár András Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Hunyadi J. tér 2.

Tel.: 76/480-744

Web: www.agaspar.hu

Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium Kada Elek Közgazdasági Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Katona József tér 4.

Tel.: 76/508-277

Web: www.kada-kkt.sulinet.hu

Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium Kocsis Pál Mezőgazdasági Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Szent I. u. 9.

Tel.: 76/487-211

Web: www.kocsis-kecskemetsulinet.hu

Lestár Péter Kereskedelmi Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Kvarc u. 2.

Tel.: 76/482-511

Web: www.lestarp.sulinet.hu**Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium Széchenyi István Szakközépiskola**

6000 Kecskemét, Nyíri út 32.

Tel.: 76/485-311

Web: www.ifovendip-suli.hu**Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium, Szent-Györgyi Albert Szakközépiskola**

6000 Kecskemét, Nyíri út 73.

Tel.: 76/492-112

Web: www.szent-gyorgyi.hu**Kecskeméti Művészeti Középiskola, Kodály Zoltán Ének-Zenei Iskolája**

Kecskemét 6000

Dózsa Gy. Út. 22.

Tel.: 76/508-821

Web: www.kodaly-iskola.hu**HASZNOS LINKEK**
Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet
www.nive.hu**Nemzeti Erőforrás Minisztérium (volt Szociális és Munkaügyi Minisztérium)**
www.nefmi.gov.hu**Karrier képzési adatbázis**
www.karrieradatbazis.hu

A három lehetőség közül - külön kérés nélkül - azzal számolják ki a jelentkezők pontszámát, amelyik számára a legkedvezőbb.

A tanulmányi pontok számítása ugyanúgy történik, mint alapképzésen, azonban az érettségi pontok az igazolt eredmények közül a két legjobb érettségi eredményből állnak össze. A többletpontok köre is megegyezik az alapképzésen adható többletpontokkal, azzal a kivétellel, hogy felsőfokú szakképzésre való jelentkezés esetén szakképesítésért - tehát OKJ vagy technikus bizonyítványért - nem kapható többletpont.

Felsőfokú szakképzésre csak az a jelentkező vehető fel, akinek az emelt szintű érettségéért járó többletpontokkal együtt, de a más jogcímen adható többletpontok nélkül számított pontszáma eléri a 200 pontot.

Amikor végeztél, eldöntheted utána, hogy munkába állsz, vagy egy hasonló területen indított alapképzési szakon folytatod a tanulmányokat. Ebben az esetben a teljesített tantárgyak beszámíthatóak.

Arról, hogy hol és milyen szakképzéseket indítanak, a MERRE TOVÁBB? Bács – Kiskun Megyei Középfokú továbbtanulási tájékoztatóban, minden év novemberében megjelenő kiadványban tájékozódhatsz.

Iskolarendszeren kívüli képzések

A szakmatanuláshoz nagyon változatos, sokszínű megoldást kínál ez a képzési forma. Előfordulhat Veled, hogy pályakezdőként azzal szembesülsz, nem tudsz a képzettségednek megfelelő munkát találni. Ekkor végig kell gondolnod, hogy mivel és hogyan tehetsz szert piacképesebb tudásra, vagy speciálisabb képzettségre.

A hiányzó célorientált ismeretek gyors megszerzésére kiválóan alkalmasak azok a tanfolyami képzések, amelyeket erre szakosodott cégek kínálnak számodra. E képzések többsége olyan szakmai képesítést ad, amely az Országos Képzési Jegyzékben (OKJ) szerepel. Ez a bizonyítvány egyenértékű az iskolai oktatásban szerezhetőével. A képzés időtartama általában 1-1,5 év, ez idő alatt csak a szakmai ismeretek elsajátítására van lehetőség, közismereti tárgyakat nem tanítanak. A munkaerő-piaci képzések kisebb része nem ad szakképesítést, úgynevezett betanító jellegű, azaz egy konkrét munkakör betöltésére készít fel, konkrét munkaadói igényekre épít, pl. számítógépes szövegszerkesztő, betanított gépkezelő stb.

Támogatások, juttatások

A felnőttképzésről szóló törvény alapján a munkaügyi központ kizárólag akkreditált felnőttképzést folytató intézményben tanuló hallgató képzését támogatja.

Miért fontos a képzési támogatás?

Az Állami Foglalkoztatási Szolgálat elsősorban a korábban munkanélkülieknek nevezett álláskeresőknél nyújt segítséget. Sok hozzájuk fordulónak vagy nincsen még szakképzettségük vagy időközben elavult szakmája van, ezért az ÁFSZ által kínált egyik legfontosabb segítség a képzési támogatás.

Kik vehetik igénybe?

A képzési támogatás igénybe vételéhez regisztrált álláskeresőnek kell lenni. Ez azt jelenti, hogy pályakezdekő, GYES-en vagy GYED-en levők, közhasznú munkát végzők, munkahelyük elvesztésével fenyegetettek is igénybe vehetik ezt a lehetőséget. Sőt, azok is fordulhatnak a munkaügyi kirendeltségekhez, akiknek azért van szüksége valamilyen képzésre, hogy munkahelyüket meg tudják tartani.

Miben nyilvánul meg a támogatás?

A legfontosabb, hogy a képzési támogatás keretében a képzés költségeit (beleértve a vizsgadíjat és a tankönyvek árát is) az ÁFSZ részben vagy egészben átvállalja. E mellett szükség esetén a tanfolyam helyszínére történő beutazás, illetve az ott tartózkodás költségeit is megtéríthetik. Lehetőség van úgynevezett keresetpótló támogatásra is, ami azt jelenti, hogy a képzés miatt elvesztett munkabért pótolja a munkaügyi szervezet.

Milyen képzésekben lehet részt venni?

Az Országos Képzési Jegyzékben szereplő szakmák megszerzése mellett lehetőség van nyelvi képzésekre is, amelyek egy bizonyos nyelvtudási szint megszerzését tűzik ki célul. Ezek mellett az ÁFSZ olyan egyéb tanfolyamokat is támogat, amelyek nagymértékben javítják az elhelyezkedési esélyeket.

Természetesen annak, hogy valaki képzési támogatásban részesüljön, számos feltétele van. A támogatás személyre szól, így minden egyes kérelmező esetében külön-külön mérlegelés tárgyát képezi, hogy megkaphatja-e azt.

Lényeges: a támogatáshoz még a képzés kezdete előtt kérelmet kell benyújtani az illetékes kirendeltségen. Amennyiben a kérelmező megfelel a támogatás feltételeinek, a képzési támogatásról a kirendeltség hatósági szerződést köt a kérelmezővel.

FŐBB TANFOLYAM-SZERVEZŐK

Türr István Képző és Kutató Intézet (volt KKK)

6000 Kecskemét, Szolnoki út 20.

Tel.: 76/502-260, 502-261

Fax: 76/502-291

Web: www.krmkk.hu

Email: kecskemet@tkki.hu

Karrier Továbbképző

6000 Kecskemét,

Nagykőrösi u. 12. III. em.

Tel.: 76/504-497

Web: www.karrierkepzo.hu

Email: karrier2@t-online.hu

Öveges Képző

6000 Kecskemét, Rákóczi út 9.

Tel.: 76/505-068

Fax: 76/485-466

Web: www.ovegeskepzo.hu

Email:

ovegeskepzo@mail.datanet.hu

Perfekt

6000 Kecskemét,

Csányi J. krt. 14. II. em.

Tel.: 76/484-806

Web: www.perfekt.hu

Email: kecskemet@perfekt.hu

KISOSZ

6000 Kecskemét, Budai u. 1. II/21.

Tel.: 30/878-7533

SZINTÉZIS Modern

Tudományok Iskolája

6100 Kiskunfélegyháza, Nyíl u. 37.

Tel.: 76/561-040

Web: www.szintezis.t-online.hu

Email:

postmaster@szintezis.t-online.hu

Kereskedelmi és Idegenforgalmi Továbbképző

6000 Kecskemét, Szövetség tér 1.

Tel.: 76/416-695

Web: www.kit.hu

E-mail: bacs@kit.hu

**NYELVISKOLÁK
KECSKEMÉTEN****IFF Nyelviskola**

6000 Kecskemét, Katona J. tér 10.
Tel.: 62/554-400
www.iffnyelviskola.hu
Email: info@iffnyelviskola.hu

Alternative English School

6000 Kecskemét, Köhid u. 19.
Tel.: 76/485-561
Web: www.alternative.hu
Email: office@alternative.hu

Coventry House

6000 Kecskemét, Budai u. 1.
Tel.: 76/505-308, 20/381-5344
Web: www.coventry-house.hu
Email: info@coventry-house.hu

Korona nyelviskola

6000 Kecskemét, Katona J. Tér 18
Tel.: 76/415-074
Web: www.korona-nyelviskola.hu
Email: koronanyelviskola@t-online.hu

Francia kuckó

6000 Kecskemét,
Katona J. tér 18.2. em. 220.
Tel.: 76/415-184, 20/470-4232
Web: www.franciakucko.hu
E-mail: franciakucko@gmail.com

Cody & B.

6000 Kecskemét,
Petőfi S. u. 2. 3.em.5.
www.cody.hu, info@cody.hu
Tel.: 70/310-6077

**Frankenberger Oktatási
Központ**

6000 Kecskemét,
Vak Bottyán u. 15.
36-70/503-1100
36-70/503-1101
info@frankenberger.hu
www.frankenberger.hu

**Anyaként járó támogatások
a továbbtanulásban**

Bár nem alanyi jogon jár, de – amennyiben a törvényi feltételeknek megfelelsz – támogatható a munkügyi központ által felajánlott, vagy elfogadott képzésed is, ha gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban, illetőleg terhességi gyermekágyi segélyben, gyermekgondozási díjban vagy ápolási díjban részesülsz.

/Foglalkoztatási Törvény 14. §/

NYELVTANFOLYAMOK

Az Európai Unióhoz való csatlakozás miatt a nyelvtanulásnak egyre nagyobb a jelentősége. A munkavállalásnál is előnyt jelent a nyelvtudás, sőt nagyon gyakran a munkakör meghatározó feltétele. Nyelvet tanulni lehet egyéni felkészüléssel, magánúton, saját tanárral. Másik lehetőség, hogy kisebb csoportokban, nyelviskolai keretben sajátítod el a kívánt nyelvet. Már nagyon sok nyelviskola működik. Sokszor nehéz közülük választani, Te döntöd el, hogy mely szempont fontos számodra: a tanfolyam időtartama, díja, a csoportok létszáma, az órarendi beosztás, vagy akár a nyelviskola jó hírneve.

Arra érdemes odafigyelned, hogy az alapfokú nyelvtudáshoz általában 300-500, a középfokúhoz 600-900, a felsőfokúhoz 1200-1500 óra nyelvtanulásra van szükség.

Nagyon gyakori, hogy a nyári szünetben intenzív kurzusokat indítanak. Ezt általában akkor érdemes figyelembe venni, ha gyorsabb haladást szeretnél elérni. Ezzel szinte minden nyelviskola foglalkozik.

Figyeld arra, hogy csak akkreditált nyelvvizsga-központoknál lehet államilag elismert nyelvvizsgát tenni!

Nyelvvizsga

Általános nyelvvizsga: azok az államilag elismert nyelvvizsgák, amelyek hétköznapi témákban, szövegekben vizsgálják a nyelvismeretet.

Szakmai nyelvvizsga: azok az államilag elismert nyelvvizsgák, melyek egy adott szakma nyelvanyagán mérik le nyelvtudásod, pl. gazdasági, műszaki szakmai nyelvvizsgák.

Amikor úgy gondolsz, elérkezett az idő arra, hogy vizsgát tegyél, először ki kell választanod a nyelvvizsga típust (A, B, C) valamint a fokot. Az időpontot és a jelentkezés feltételeit az általad választott akkreditált nyelvvizsga-központ adja meg, amelyhez igazodnod kell. A vizsgád 60% teljesítésekor sikeres.

ECDL

Az ECDL (European Computer Driving Licence – Európai Számítógép-használói Jogosítvány) nemzetközileg egyetemes normák szerint, szigorú minőségi szabályoknak megfelelően működtetett rendszer, amely az informatikai írástudást igazoló bizonyítványt bocsát ki, immár több, mint 75 országban, egységes keretek között.

Jelentkezés ECDL vizsgára

Nem csak diákok tehetik le az ECDL vizsgát, hanem mindenki, aki úgy gondolja, hogy szüksége lehet rá a jövőben, és segíti munkája során az informatikai írástudás elsajátítása. Jelentkezni és vizsgázni valamennyi akkreditált ECDL vizsgaközpontban lehet. Magyarországon jelenleg több, mint 240 vizsgaközpont, köztük több a határokon túl, Jugoszláviában, Szlovákiában, Romániában, Ukrajnában működik. Az intézmények hirdetnek felkészítő tanfolyamokat is, de lehetséges az egyéni felkészülés is.

A vizsgázás menete

Az ECDL végbizonyítvány megszerzéséhez hét modulból szükséges sikeres vizsgát tenni. Vizsgára bármely akkreditált vizsgaközpontban lehet jelentkezni. Itt kell befizetni a regisztrációs díjat is, amelynek összege 7500 forint (diákoknak 6000 forint). Ekkor a jelentkező megkapja a vizsgakártyáját, erre jelölik a sikeresen letett vizsgákat (melyeknek külön vizsgadíja van, jelenleg 2500 Ft/modul, diákoknak 1800 Ft/modul). A vizsgakártyával bármely vizsgát bármely vizsgaközpontban le lehet tenni. A hét sikeres vizsga után a bizonyítványt az NJSZT ECDL Irodája állítja ki. Minden további részletet megtudhatsz a www.ecdl.hu honlapon!

Segítség a felkészülésben!

A www.freehelpline.com célja, hogy segítséget nyújtson az ECDL vizsgára való felkészülésben. Tankönyvajánlót, vizsgamintákat tettek fel az oldalakra. A könyvtársági forgalomban kapható Vizsgapéldatár feladatainak megoldása során adódó problémákra szívesen válaszolnak a Freehelpline szakértői e-mailben. A válaszidő forgalomtól függően 1-4 nap.

VIZSGAHELYEK LISTÁJA

Nyelvvizsgázatási

Akkreditációs Központ

1055 Budapest, Szalay u. 10-14.

Web: www.nyak.hu

Telefon: 374-2133, 374-2132

Fax: 374-2497

E-mail: info@nyak.hu



ECDL VIZSGAKÖZPONTOK KECSKEMÉTEN

Csányi János Szakközépiskola

6000 Kecskemét

Nagykőrösi u. 12. III. em.

Tel.: 76/504-497

Email: karrier2@t-online.hu

www.csanyijanos.hu

Karrier Továbbképző Bt.

Keckskeméti Főiskola

GAMF Kar Kalmár Sándor

Informatikai Intézete

6000 Kecskemét, Izsáki út 10.

Tel.: 76/516-414

www.gamf.hu

Türr István Képző és

Kutató Intézet (volt KKK)

6000 Kecskemét, Szolnoki út 20.

Tel.: 76/502-260, 502-261

Fax: 76/502-291

Web: www.krmkk.hu

Email: kecskemett@tkki.hu

Öveges Képző Kft.

6000 Kecskemét, Rákóczi út 9.

Tel.: 76/505-068

www.ovegeskepzo.hu

SZINTÉZIS Modern Tudományok Iskolája

6100 Kiskunfélegyháza

Nyíl u. 37.

Tel.: 76/561-040

Web: www.szintezis.t-online.hu

Email: postmaster@szintezis.t-online.hu

VIZSGAKÖZPONTOK LISTÁJA

Neumann János

Számítógéptudományi

Társaság ECDL Iroda

1054 Budapest, Báthori u. 16.

Tel.: 1/472-2710

Web: www.njszt.hu

Az akkreditált Európai

Számítógép-használói

Jogosítvány vizsgaközpontok

teljes listája megtekinthető a

NJSZT ECDL irodájában és

honlapján



HASZNOS

LINKEK ÉS CÍMEK

KÜLFÖLDI TANULÁSHOZ

www.bigben.hu

Magyar nyelvű oldal külföldi
nyelvtanfolyamokról, munkale-
hetőségekről, szakmai gyakor-
latról, közép- és felsőoktatási
lehetőségekről.

www.ciee.org

Egyéneknek és szervezeteknek
egyaránt, külföldi tanulás és
munkavállalás témában.

www.studyabroad.com

Kiterjedt adatbázis, kereső
funkcióval

www.eurodesk.hu

**Fiatalok a Megértésért
Magyarországi Egyesülete**

1013 Budapest, Lánchíd u. 13.

Tel.: 1/20-10-125

Web: www.yfh.hu

EF Education

1012 Budapest, Pálya u. 9.

Tel.: 06-1/327-80-50

Web: www.ef.com

TANULÁS KÜLFÖLDÖN

ÉRETTSÉGI ELŐTT

Középiskolás éveid alatt is van rá lehetőség, feltéve ha jól beszéled a nyelvet. Alapítványok és utazási irodák is szerveznek ilyen lehetőségeket. Szerencsés az a diák, aki ösztöndíjjal jut ki, a többieknek azonban igen magas árat kell fizetni. Fontos, hogy döntésed előtt mérlegeld lehetőségeidet, adottságaidat.

Ehhez mindenképp ajánljuk a www.yfu.hu a Fiatalok a Megértésért Magyarországi Egyesület honlapját.

ÉRETTSÉGI UTÁN

Az alábbi hasznos információkat és honlapokat az EURODESK hazai honlapjáról www.eurodesk.hu gyűjtöttük:

Ha külföldön szeretnél tanulni, számos dolgot célszerű előre tisztázni:

- Mely(ek) a célország(ok)?
- Milyen és milyen fokú nyelvismeret szükséges?
- Mik a céljaid és motivációid a külföldi tanulással?
- Mennyi ideig tudsz/szeretnél külföldön tanulni?
- Egyénileg vagy szervezeten szeretnéd megvalósítani a célt?

Egyéni program esetén (amikor magadnak keresel egyetemet, szállást) értékes segítséget nyújthatnak a következő intézmények és honlapok:

- a célország hazánkban működő kultúrintézete,
- helyi ifjúsági információs központok, ifjúsági irodák,
- a célország felsőoktatási intézményeiben működő, külföldi hallgatók számára rendelkezésre álló hallgatói irodák...

KÜLFÖLDI TANULÁS, ÖNKÉNTESSEG, MUNKA-VÁLLALÁS.

A YOUTH PROGRAM az oktatáson kívüli ifjúságpolitikát fogja át: keretében csereprogramokat szerveznek a különböző országokban élő, 13-30 év közötti fiatalok számára. A programok és alprogramok keretében az oktatás egészét átfogó együttműködés zajlik a tagállamok között. Erről részletesen olvashatsz az Útmutató Európa és a fiatalok fejezetében.





II. A MUNKA VILÁGA

A FEJEZET TARTALMA

Pályakezdés	35
Státusz	35
Igénybe vehető szolgáltatások	36
Támogatási lehetőségek	37
START kártya	38
Közfoglalkoztatás	40
Álláskeresés	41
Tervezés	41
Aktív keresés	42
Tárgyalás	44
Munkaviszony	48
Munkaszerződés	46
Munkaviszony megszűnése	
Munkatapasztalat ..	51
Önkéntesség	49
EVS	50
Au-pair	52
Külföldi munka	54
Vállalkozás	55

PÁLYAKEZDÉS

Az iskolából kikerülve csak kevesen vannak, akik már rendelkeznek konkrét munkajánlattal. Ha Te nem vagy közöttük, és csak a szerencsédben bízol, nem valószínű, hogy előbbre jutsz. Mint az élet valamennyi területére, az álláskeresésre is igaz: a siker elérésének egyik feltétele a kitartó, módszeresen felépített munka. Pályakezdőként még így is fel kell készülnöd rá, hogy akár több hónapig eltarthat a munkakeresés folyamata. Pedig a sikeres pályakezdés meghatározó életed hátralévő részére. Első élményeid a munka világában alapvetően befolyásolják későbbi viszonyulásod a munkához.

PÁLYAKEZDŐ ÁLLÁSKERESŐNEK MINŐSÜLSZ

- ha nem vagy 25 évnél idősebb (ha felsőfokú végzettséged van, akkor 30 évesnél),
- nem folytatsz tanulmányokat oktatási intézmény nap-
pali tagozatán,
- nem állsz munkaviszonyban (kivéve alkalmi foglalkoztatás),
- egyéb kereső tevékenységet nem folytatsz,
- ha tanulmányaid megszűnését követően nem szereztél
jogosultságot munkanélküli járadékra;
- ha nem részesülsz terhességi-, gyermekágyi segélyben,
gyermekgondozási díjban vagy segélyben.

A munkaügyi központ pályakezdő fiataloknak nyújtott szolgáltatásait, támogatásait igénybe veheted, ha

- vállalsz a munkaügyi központtal való együttműködést;
- álláskeresőként nyilvántartásba vetetted magad;

- dolgozni akarsz és rendelkez is a munkaviszony létesítéséhez szükséges feltételekkel.

A regisztrációhoz keresd fel a kecskeméti munkaügyi kirendeltséget, és vidd magaddal a következő okmányaid: személyi igazolvány, lakcímkártya, iskolai végzettséget és szakképzettséget igazoló oklevél, ha tanfolyamot végeztél, akkor az azt tanúsító dokumentáció, TAJ kártya, adóigazolvány, jogosítvány. Ha már álltál munkaviszonyban, az azzal kapcsolatos igazolásokra is szükséged lesz és a bankszámlaszámra is. Ha már dolgoztál, abban az esetben szükséges a magánnyugdíj pénztári tagságodat igazoló dokumentum.

PÁLYAKEZDŐ ÁLLÁSKERESŐKÉNT IGÉNYBE VEHETŐ SZOLGÁLTATÁSOK ÉS TÁMOGATÁSOK

A Munkaügyi Központok Szolgáltató Központjaiban a pályakezdő munkanélküliek által is igénybe vehető szolgáltatások

Álláskereső Klub

(egyéni vagy csoportos álláskeresői tanácsadás)

Segít önéletrajz, pályázati anyag elkészítésében, személyes találkozókra, interjúra való felkészülésben, meg nem hirdetett álláslehetőségek felderítésében

Foglalkozási Információs Tanácsadó

(egyéni és csoportos pályatanácsadás)

Pályaválasztás, pályamódosítás, pálya-megerősítés kérdőívek, honlapok, szakmaismeretű kiadványok, filmek iskolákról, képző intézményekről szóló információk segítségével

Diplomás Munkaközvetítő Iroda

Önéletrajz adatbank működtetése, álláskeresői tanácsadás, információ állásokról, cégekről, képzésekről, állásfeltárás.

Európai Foglalkoztatási Szolgálat – Eures

Információnyújtás és tanácsadás a külföldi munkalehetőségekről (EU és EGT országai), tájékoztatás a munka és életkörülményekről.

Munkavállalási tanácsadás

Személyre szabott tanácsadás munkavállaláshoz kapcsolódó problémák megoldásában, átképzési lehetőségek átgondolásában, munkakör változtatásához szükséges információk biztosításában.

Rehabilitációs Információs Centrum

Megváltozott munkaképességű személyek tájékoztatása, támogatási és álláslehetőségekről, szociális ellátásokról, civil és érdekvédelmi szervek tevékenységéről akadálymentes környezetben.

Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központ Kecskeméti Kirendeltség és Szolgáltató Központ

Kecskemét, 6000, Klapka u. 34.

Tel.: 76/486-588, 30/695-1373

Fax: 76/486-592,

e-mail:

darmkkecskemet@lab.hu

web: <http://darmk.afsz.hu/>

Ügyfélfogadás

hétfő, kedd: 8.00–15.00

szerda: 8.00–18.00

csütörtök: 8.00–15.00

péntek: szünetel



Álláskereső Klub

6000 Kecskemét

Klapka utca 34. alagsor

Tel.: 76/ 486-588

Klubvezető: Kovács Áttiláné

Diplomás Munkaközvetítő Iroda (DIMI)

6000 Kecskemét

Klapka u. 34.

Tel.: 76/486-588



TÁMOGATÁSI LEHETŐSÉGEK – ÁLLÁSKERESŐKNEK

Pénzbeni támogatás

1996-ban megszűnt a pályakezdők munkanélküli segélye, de állami törekvés azon munkáltatók támogatása, akik pályakezdő fiatalot alkalmaz.

Foglalkoztatást elősegítő képzés

Ha számodra nincs a jogszabály értelmében megfelelő munkaadói ajánlat, lehetőség van, hogy jelentkezzen munkügyi központ által ajánlott képzésekre, ha ezt vállalod és megfelelsz a képzési feltételeknek.

Támogatható személy vagy, amennyiben

- regisztrált álláskereső vagy
- 25. életévedet nem töltötted be, vagy felsőfokú végzettség esetén a 30. évedet
- GYES, GYET, vagy GYÁS támogatásban részesülsz
- ha várhatóan egy éven belül megszűnik a munkaviszonyod
- rokkantsági nyugdíjas, baleseti rokkantsági nyugdíjban részesülsz

A képzéssel kapcsolatos költségek részben vagy egészben történő megtérítése adható támogatásként. De csak abban az esetben nyújtható képzési támogatás, ha a képzés időtartama hetente legalább a 20 órát eléri, azaz intenzív a képzés.

A képzési támogatás keretében az alábbi költségek téríthetők meg:

- képzési költség és a vizsga díja,
- utazási költség megtérítése a képzés helyszíne és a lakóhely között,
- étkezési költségtérítés,
- szállás költségtérítés.

A támogatás mértéke:

- A képzéshez kapcsolódó költségek részben vagy egészben megtéríthetők.
- A képzés ideje alatt biztosítható ún. keresetpótló juttatás, melynek összege a megállapításakor hatályos kötelező legkisebb munkabérnek megfelelő összeg.

Ahhoz, hogy ezt a támogatást megkaphasd, kérelmet kell benyújtani az illetékes Munkügyi Központba.

A támogatásról az illetékes Munkügyi Központ Kirendeltsége egyedi elbírálás szerint dönt.

Utazási költségtérítés

Amennyiben sikerül munkahelyet találnod, de az a lakóhelyedtől távol van, a munkaügyi központ, utazási költségtérítést adhat, legfeljebb egy évre. A hozzájárulás az utazási költségek egy részét vagy teljes összegét fedezheti. Ez a hozzájárulás, támogatott elhelyezkedés mellett is adható, feltétele, hogy a nyilvántartásba vételétől számított három hónap eltelt.

Útiköltség támogatása 2011-ben

- Lakhely-munkahely közötti útiköltség átváltható egy éven át
- Munkáltatótól 86% (busz és vonat) munkavállalótól 14% (busz és vonat)
- Munkavállaló és a munkáltató egyszerre igényli a támogatást!!!

Támogatási lehetőségek – munkaadóknak.

Jó, ha te magad is tisztában vagy azzal, hogy a munkáltatód milyen esetben és milyen mértékű támogatást vehet igénybe, amennyiben Téged alkalmaz! Ezzel kapcsolatban érdemes érdeklődnöd a Munkaügyi Központban.

A FOGLALKOZTATÁSI ESÉLYEDET JAVÍTÓ LEHETŐSÉGEK:

START-kártya

Ez a program lehetőséget biztosít a munkáltatóknak a fiatalok foglalkoztatásához kötődő járulékkedvezményre. A munkaadó a kedvezményre abban az esetben jogosult, amennyiben a foglalkoztatás időtartama a 30 napot meghaladja, és a munkaidő eléri a min. 4 órát.

Ha alap és középfokú végzettséggel rendelkezel a támogatás mértéke az első évben:

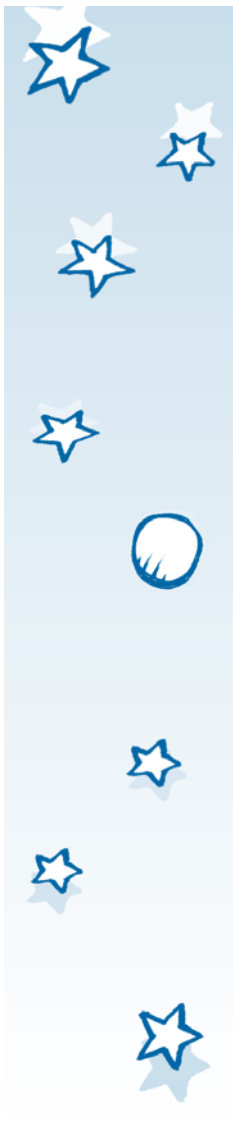
10% a járulékfizetési kötelezettség, a foglalkoztatás második évében 20%.

Amennyiben felsőfokú végzettséggel rendelkezel, az első kilenc hónapban a munkaadódnak 10% a fizetési kötelezettsége, majd az azt követő 3 hónapban 20% -os a fizetési kötelezettség. Ezek a kedvezmények a kártya érvényességi időtartamának végéig vehetők igénybe. A kártyát közvetlenül a munkába állás előtt célszerű igényelned.

A START-kártya kiváltására jogosult vagy, ha

- a 25. életévedet, felsőfokú végzettség esetén a 30. életévedet még nem töltötted be,
- tanulmányaid befejeztél vagy megszakítottad,





- első ízben létesítesz foglalkoztatásra irányuló jogviszonyt vagy ösztöndíjas foglalkoztatási jogviszonyt (az első munkahely megítélése szempontjából nem kell figyelembe venni a tanulói és hallgatói jogviszony mellett, illetve az iskolai szünet alatt fennálló, és az ezek után alkalmi munkavállalói könyvvvel létesített jogviszonyokat).

A kártya a kiállítástól számított két évig, de legfeljebb a jogosultságot biztosító életkor (25, illetve 30 év) betöltéséig érvényes. Tehát érdemes először munkahelyet keresned, és csak biztos hely esetén kiváltani, a munkába állást közvetlenül megelőzően. Nem kell ugyanannál a munkaadónál dolgoznod a két év alatt, lehet egymást követő munkaviszonyok sora. Egy időben is lehet több munkáltató, de csak egy veheti igénybe a kedvezményt.

Amennyiben a kártya érvényessége azért rövidebb két évnél, mert időközben betöltöd a 25. életéved, és a kártya érvényességi ideje alatt felsőfokú végzettséget szerzel, az állami adóhatóság cserekártyát állít ki részedre. A cserekártya érvényességi idejét ebben az esetben úgy állapítják meg, mintha az eredeti kártya igénylésének időpontjában is felsőfokú végzettséggel rendelkeztl volna.

A START-kártya igénylésére egy alkalommal van lehetőség, ingyenesen válthatod ki, a területileg illetékes APEH irodában.

Az Egyszerűsített Foglalkoztatás

2010. április 1-jétől megszűnt az alkalmi munkavállalói kiskönyvvvel történő foglalkoztatás lehetősége. Ehelyett bevezették az egyszerűsített foglalkoztatást.

Az alkalmi munkavállalói kiskönyvvvel együtt a közteherjegyek is megszűntek. Ehelyett a foglalkoztatónak 2010. április 1-jétől egyszerűsített szerződést kell kötnie a munkavállalóval, és a foglalkoztatásról bejelentést kell tennie az APEH felé, még a munkakezdést megelőzően.

2010. augusztus 1.-jével lépett hatályba az egyszerűsített foglalkoztatásról szóló törvény.

Mikor van lehetőség az egyszerűsített foglalkoztatásra?

- ha a munka alkalmi jellegű, vagyis legfeljebb 5 egymást követő naptári napig, egy naptári hónapon belül összesen legfeljebb 15 naptári napig, és egy naptári éven belül legfeljebb 90 naptári napig, tehát határozott ideig tart azonos felek között. (Annak viszont nincs akadálya, hogy a munkavállaló több különböző munkáltatónál egész évben alkalmi munkát végezzen ezen időkorlátok között).

- ha mezőgazdasági időnymunka: a növénytermesztési, erdőgazdálkodási, állattenyésztési, halászati ágazatba tartozó minden olyan munkavégzés, amely az áru vagy a szolgáltatás jellege miatt évszakhoz, vagy az év valamely időpontjához kötődik. A munkaviszony időtartama nem haladja meg egy naptári éven belül a 120 napot.
- Turisztikai időnymunka: kereskedelmi jellegű turisztikai szolgáltatási tevékenység, amely nem haladhatja meg a 120 napot.

Bejelentés:

Az APEH felé kell előzetesen bejelenteni, melynek feltétele az előzetes regisztráció az ügyfélkapun. A bejelentés történhet elektronikus úton, telefonon (adóazonosító jel megadásával), sms-ben 2010. december 1-jétől, amely csak az adott napra szól!

A bejelentés tartalma:

- munkáltató adószáma
- munkavállaló adóazonosító jele és TAJ száma
- az egyszerűsített foglalkoztatás jellege
- munkaviszony napjainak száma

Részletesebben a <http://www.apeh.hu> honlapon olvashatsz az egyszerűsített foglalkoztatásról.

A közfoglalkoztatás rendszere

A tartós munkanélküliek hatékonyabb foglalkoztatása érdekében 2011. január 1-től átalakul a közfoglalkoztatás rendszere. Három új közfoglalkoztatási forma kerül bevezetésre, amelyhez a munkáltatók támogatást vehetnek igénybe. Ezt a támogatást az önkormányzat számára kötelező és önként vállalt, rendeletbe foglalt közfeladat ellátására, valamint megállapodásban meghatározott más, közösséget szolgáló, illetve szociális feladat ellátására lehet igénybe venni.

- Önkormányzat által szervezett rövid időtartamú közfoglalkoztatás: napi 4 órás foglalkoztatás, 2-4 hónapos időtartamban, a munkabér a minimálbér, illetve a garantált bérminimum (szakmunka esetén) fele, és csak bérpótló juttatásban részesülőket lehet foglalkoztatni ebben a közfoglalkoztatási formában.
- Önkormányzat által szervezett hosszabb időtartamú közfoglalkoztatás: napi 6-8 órás foglalkoztatás, 2-12 hónapos időtartamban, a munkabér a minimálbér, illetve a garantált bérminimum (szakmunka esetén) időarányos része, és minden álláskeresőként nyilvántartott személy foglalkoztatható ebben a közfoglalkoztatási formában.

RIC-REHABILITÁCIÓS INFORMÁCIÓS CENTRUM

A RIC-ben hozzáférhető:

- információk foglalkozásokról, foglalkozások egészségügyi tényezőiről, képzésekről, képzési követelményekről, cégekről, munkahelyekről, rehabilitációs foglalkozásokról, a munkaügyi szervezet támogatásairól, civil szervezetekről,
- jogszabályok a munkavállalásról, ellátás melletti keresetvékenységről, rokkantsági, szociális rendeletekről, különböző ellátási formákról.
- álláskeresői segédletként önéletrajz- és pályázati minták.

A tanácsadás egyéni és csoportos formában is igénybe vehető. A RIC szolgáltatásait a kirendeltség akadálymentes környezetben biztosítja.

Rehabilitációs Információs Centrum (RIC)
6000 Kecskemét
Klapka u. 34. (alagsor)
Tel.: 76/486-588

Foglalkozási Információs Tanácsadó (FIT)

6000 Kecskemét
Klapka u. 34. (alagsor)
Tel.: 76/486-588, 486-597, 504-322

Web: www.bacsmmk.hu,
www.afsz.hu
Ügyfélfogadás: Hétfőtől-
csütörtökig: 08.00-15.00 óráig
Péntek: nincs ügyfélfogadás





- Országos közfoglalkoztatási programok: a foglalkoztatás legfeljebb 12 hónap időtartamban és teljes munkaidőben történhet, a munkabér minden egyes programban külön kerül meghatározásra. Ebben a közfoglalkoztatásban minden nyilvántartott álláskereső foglalkoztatható.

Támogatást kaphatnak azok a vállalkozások, akik többek között bővítik a foglalkoztatottak létszámát, és foglalkoztatást helyettesítő támogatásra jogosult személyeket kívánnak foglalkoztatni.

Információink szerint, kiadványunk megjelenéséig a közfoglalkoztatás fentiekben vázolt rendszere várhatóan új elemekkel bővül, talán át is alakul. A változásokról tájékozódhattok a www.munka.hu weboldalon.

Közfoglalkoztatásban nincs ellátás. Ha dolgoznak, akkor a bért kapják, ha nem, akkor az ún. foglalkoztatást helyettesítő támogatást. (Bérpótló juttatásnak hívták 2011. augusztus 31-ig)

ÁLLÁSKERESÉS

Az a tapasztalat, hogy az állásokat azok kapják meg sikerrel, akik:

- előbb értesülnek az üres állásokról,
- a személyes találkozókon jó benyomást keltenek,
- jól be tudják mutatni, hogy milyen szakmai ismereteik és tapasztalataik vannak, és milyen személyes tulajdonságokkal rendelkeznek,
- a keresés során a nyílt munkaerőpiac mellett a rejtett (a nyilvánosságra nem kerülő) állásokat is megcélozzák.

A sikeres karrier eléréséhez nélkülözhetetlen, hogy elsajátítsuk az elhelyezkedéshez szükséges ismereteket, készségeket. A következőkben ehhez nyújtunk segítséget.

Az álláskeresés első szakasza: tervezés, felkészülés, előkészületek.

Belső leltár

Gyűjtsd össze, milyen képességeid, tulajdonságaid vannak. Szánj rá elég időt, hogy tisztába kerülj belső értékeiddel! Ez segíti az önértékelést, és önbizalmat is ad! A jó önismeret a legfontosabb alap mindenhez!

Célállás

Határozz meg három-négy célállást, olyan munkaköröket, amelyekben szívesen dolgoznál! Vesd össze, hogy a kiválasztott munkakörök összhangban állnak-e adottságaid-

dal! Fontos, hogy a célállás betöltéséhez szükséges felkészültség, ismereteid, tapasztalataid bizonyítható érvekkel tudd majd alátámasztani. Ehhez nyújt segítséget, ha mindezt írásban, egy szakmai önéletrajzban fogalmazod meg.

Önéletrajz

Legyen rövid (legfeljebb két oldal), átlátható, érthető. Tartalmazza a szakmai pályafutásod (eddiggi munkahelyek, munkatapasztalat) – szakképzettség (iskolai, szakmai tanulmányok) – nyelvtudásod, számítógépes és egyéb ismereteid – képességeid, jellemzőid – személyes adataid, és a pontos elérhetőségeid (lakcím, telefon, e-mail). Vigyázz, ha túl hosszú a szöveg, megvan a veszélye, hogy a „kukában végzi”: átfutják, és a felére sem emlékeznek majd azok, akiknek szántad. Ha bizonytalan vagy, milyen a jó önéletrajz, kérj segítséget!

Az úgynevezett „amerikai típusú” vagy kronologikus önéletrajz fordított időrendben készül, vagyis az olvasó első információként mindig a legfrissebb munkahelyedet, iskolai végzettségedet látja, és az időben visszafelé haladva követi nyomon pályádát. Általában ilyen önéletrajzot várnak tőled a piaci cégek. Ez egy rövid, tömör, inkább egy jó vázlatához hasonlítható írás.

Sok helyen – általában magasabb munkakörök esetén – külön kéri, hogy kézzel írd önéletrajzot. Ezt vedd komolyan, mert a dokumentumot írásszakértők fogják átnézni, akik írásképedből következtetni tudnak személyiségedre. Kéri, vagy sem, manapság célszerű arcképes önéletrajzot készítened. Az önéletrajzot dátumozd és minden esetben eredeti aláírással lásd el!

Az álláskeresés második szakasza: aktív keresés

Ismerősökön keresztül

Közvetlen vagy tágabb környezetben érdeklődj, nem tud-e valaki ajánlani neked munkát. Mondd el minél több ismerősödnek, hogy munkát keresel, akit úgy ítélsz meg, annak add meg telefonszámod, elérhetőségeid.

Munkaügyi Központon keresztül

Jelentkezz be a kecskeméti munkaügyi kirendeltségen, mert, ha nem is tudnak rögtön munkát adni Neked, regisztráció esetén különböző szolgáltatásokban, és támogatásokban részesülhetsz. Érdemes a lehető leghamarabb megtenned ezt, mert bizonyos kedvezmények, lehetőségek csak meghatározott időtartam (3-6 hónap együttműködés) után nyílnak meg számodra.





Munkaerő közvetítő és kölcsönző irodákon keresztül

Az ilyen irodák munkavállalók számára nyújtott szolgáltatásai ingyenesek. Közvetítés esetén a regisztrációval rögzítésre kerül az iskolai végzettséged, szakmai tapasztalatod és ismereted, valamint az általad keresett foglalkozás.

Amennyiben a jelentkezésed pillanatában van olyan álláslehetőség, mint amelyet Te keresel, akkor arról azonnal tájékoztatnak, amennyiben nincs, akkor a később beérkező, számokra is megfelelő állásokról értesítenek. Ezt követően két lépcsős interjúra kerül sor, első körben az irodában, majd az állást hirdető cégnél.

Munkaerő kölcsönzéskor egy cég vagy munkáltató meghatározott időre (3 vagy 6 hónap, de maximum 1 évre) keres munkaerőt, de az is elképzelhető, hogy ezt követően is továbbfoglalkoztat. Ennek folyamata megegyezik a munkaerő közvetítés menetével, és amennyiben sor kerül a foglalkoztatásodra, akkor az azzal kapcsolatos adminisztrációs és munkaügyi feladatokat (bejelentésed és kifizetésed) az iroda látja el, amely elsősorban a munkáltató kényelmét szolgálja.

Sajtófigyeléssel

Rendszeresen böngéssz a sajtó hirdetési rovatait, nézd át a cikkeket és „próbálgat olvasni a sorok között”, pl. egy jövőbeni beruházásról szóló hír is lehet állásinformációs forrás, szerezz be cégközönlönyöket, kövesd figyelemmel a TV, rádió reklámjait, járj nyitott szemmel, és figyeld a cégek, üzletek hirdetési plakátjait! Ötletet kaphatsz telefonkönyvekből, címtárból, szaknévsorból. Álláshirdetéssel találkozhatasz megyei napilapokban (Petőfi Népe), szaklapokban (HVG), hirdetési újságokban (Irányár, Szuperinfó, Magyar Bazár).

Internetes állasközvetítő portálok használatával

Az ilyen portálok többségén az állásajánlatokat közvetlenül is megtekintheted, azonban vannak olyan ajánlatok, melyeket csak regisztrált felhasználók nézhetnek meg. A regisztráció által önéletrajzot, motivációs levelet tölthetsz fel, állás kereső hirdetést adhatsz fel. A regisztrált cégek megtekinthetik az adatlapod (amennyiben ezt engedélyezed), továbbá egy gombnyomással jelentkezhet az állásajánlatokra. A cégek visszajelzést tudnak küldeni Neked a jelentkezéseddel kapcsolatban. A téged érdeklő állásajánlatokról rendszeres értesítőt kaphatsz e-mailben (ha kéred), fórumot használhatsz, ahol kérdezhatsz és megoszthatod gondolataidat a többi regisztrálttal.

Ilyen oldalak pl. www.cvonline.hu, www.profession.hu, www.legjob.hu, www.jobmonitor.hu, www.jobinfo.hu, www.workania.hu

Céltzott munkahelykereséssel

A betöltetlen álláshelyeknek csupán 20%-át hirdetik meg, így próba-szerencse alapon bármilyen cégnél érdeklődhetsz, ahol elképzelhető, hogy van olyan munkakör, amelyet keresel. Ezeket lehetőleg személyesen, telefonon, esetleg levélben keresd fel, és juttasd el önéletrajzod hozzájuk. Ha nem is rögtön, de egy-két hónap elteltével lehetséges, hogy behívnak egy megüresedett vagy új állás ügyében elbeszélgetésre.

Segítő helyek bevonásával

Az országos hálózatban működő ifjúsági információs és tanácsadó irodákban szintén számos ingyenes szolgáltatás létezik: álláskeresői-, önéletrajz-írási-, életvezetési, és pszichológiai tanácsadás, amelyek segíthetik az elhelyezkedésed.

Hogyan jelentkezz egy állásra?

Ha információt szeretnél egy neked való álláslehetőségről, a lehető legrövidebb időn belül jelentkezz a munkaadónál! Legjobb, ha telefonon kérsz személyes találkozót. Ha ez nem lehetséges, juttasd el mihamarabb önéletrajzod a címére. Ez esetben mindig csatolj mellé egy kísérő levelet.

A kísérő (motivációs) levél

Személyes hangvételű levél, amely tartalmazza:

- pontos elérhetőségeid (név, cím, telefonszám),
- a címzett adatait (hogy lássa, nem sablonlevelet fénymásoltál),
- a levél tárgyát,
- a jelentkezésed motivációját (mi készítetted, hogy jelentkez, miért érzed magad alkalmasnak) és a hivatkozást, hogy honnan jutott hozzád az információ arról, hogy munkavállalót keresnek.
- Minden olyan információ benne lehet, aminek nem volt helye az önéletrajzodból (egy szakmai program megszervezése a közép vagy főiskoládán, egy tudományos diákmunkáról szóló rövid beszámoló stb.)

Az álláskereső harmadik szakasza: tárgyalások és szerződéskötés.**Az állásinterjú**

A felvételi beszélgetés nem mindig egyszeri alkalom, lehet, hogy több lépcsőn keresztül válogatnak az adott állásra. Fontos, hogy mit mondasz, de az is, mit mutatsz magadról! Nagyon lényeges a kedvező első benyomás! Először is próbálj felkészülni a beszélgetésre, a beszélgetés előtt gondold át, mit szeretnél mondani magadról, céljaidról. Légy mindig természetes, ne akarl másnak látszani, mint ami valójában vagy! Légy felkészült a cégről, amennyire lehet, maradj nyugodt! Maradj

MUNKAERŐ KÖZVETÍTŐ ÉS KÖLCSÖNZŐ IRODÁK KECSKEMÉTEN**Adecco**

6000 Kecskemét, Bocskai u. 1.

Tel.: 76/ 508-827

Web: www.adecco.hu

Email: adehukeckemetdl@adecco.com

adecco.com

Hétfőtől péntekig 9.00–16.00

Daimler Adecco Iroda

6000 Kecskemét, Frangepán sétány 4.

Tel.: (+36) 76-504-777

Fax: (+36) 76-504-777

adehukeckemetdl@adecco.com

Man at Work Kft.

6000 Kecskemét, Szövetség tér 4.

Tel.: 76-493-633

Web: www.manatwork.hu

Hétőtől csütörtökig 8-16 óráig,
pénteken 8-15.30 óráig

Produkteam Kft.

6000 Kecskemét,

Csokonai u. 2/a.

Tel.: 76/ 482-222

Mobil: +36-30/9352-006

Web: www.produkteam.hu

Hétfőtől péntekig 12.00–17.00

Önéletrajzokat várják:

keckemet@produkteam.hu

Trenkwalder Személyzeti Szolgáltató

6000 Kecskemét

Kisfaludy u. 6-8. I. em. 109.

Tel.: 76/ 504-735

Web: www.trenkwalder.hu

Hétfőtől péntekig 8-17 óráig

hujobkeckemet@trenkwalder.com

hujobkeckemet@trenkwalder.com

trenkwalder.com



mindvégig érdeklődő és figyelmes! Készülj fel arra, hogy a pénzről is beszélni fogtok. Ne érjen váratlanul a kérdés, hogy mennyit szeretnél keresni. Próbálj reális összeget mondani, a túl kevés, vagy túl sok visszatetsző lehet. Búcsúzáskor tisztázd, mikor várhatsz visszajelzést, ha pedig felajánlják az állást, de még nem vagy biztos magadban, kérj gondolkodási időt.

Testbeszéd és öltözködés

Egy felvételi interjú során az ösztönösen elmutogatott „jeleket” nem árt tudatosan kontrollálnod, és az sem baj, ha érted az interjúztató mozdulatainak jelentését. A témának komoly irodalma van, ha úgy érzed, lapozd végig például Allan Paese: Testbeszéd című könyvét. Az öltözködéssel kapcsolatban általános szabály a jól ápoltság, a tiszta, vasalt ruházat, a gondozott cipő. Ha nem vagy biztos benne, mi az elvárt öltözet, lapozd fel valamely illetmankönyv idevonatkozó passzusát – például Ottlik Károly: Protokoll című könyvében.

NE DÖLJ BE!

„Otthon végezhető, szakképzettséget nem igénylő munkaaajánlat. Válaszborítékért tájékoztatom.”, egy név, és cím (gyakran postafiók, amely az ellenőrizhetőséget gátolja), vagy „Küldje el nevét, címét, és küldöm az ajánlatot.”, és egy mobiltelefonszám. A tájékoztató megérkezése után, amely tartalmazza a „lehetséges ajánlatokat”, a feladó nevére befizetett összeg ellenében kérhetsz további részletes leírást egy-egy munkaköréről. Ezért általában 5-800 Ft-ot kérnek, majd a munka megkezdéséhez szükséges dokumentumok, esetleg munkacsomag átvételéhez már nagyobb, 4-6000 Ft-ot kell befizetned, amelyből általában már kiderül, hogy tényleges munkáról szó sincs. Esetleg olyan javaslatokat tartalmaz, hogy hogyan adj fel Te is hasonló jellegű álláshirdetéseket, hogy ezzel a veled azonos, vagy hozzád hasonló helyzetben lévő embertársaidat megrövidítsd. Ha esetleg mégis kapsz valamilyen munkacsomagot, amely alapján el tudsz kezdeni dolgozni, mikor azt tudásodnak legmegfelelőbbben elvégezted, és elpostázod fizetésedért cserébe, a pénz nem fogod megkapni, mert a munkádat nem találják megfelelőnek, és ez ellen nem tudsz semmit se tenni. Ezért az ilyen hirdetéseknek ne dőlj be, és ne is foglalkozz velük, hidd el, a Te pénzed lesz kevesebb, míg az a valaki, aki ilyen tiltott, és burkolt piramisjátékba von be téged, bevételhez jut, a valóban munkát keresők megkárosításával. Nem feltétlen igaz ez minden hirdetésre, de nincs mód arra, hogy ezeket valahogyan szűrni lehessen.

A korrekt álláshirdetés a következőket tartalmazza: a munkakör egyértelmű megnevezését, betöltéséhez szükséges elvárásokat, munkavégzés helyét (település), cég nevét, elérhetőségét, mert a munkaadónak is érdeke, hogy a megfelelő információk alapján, az általa keresett emberek jelentkezzenek.

MUNKAVISZONY

Munkaviszony létesítése

Munkaszerződés

A munkaviszony a munkáltató és a munkavállaló megállapodása alapján jön létre, kezdete a munkába lépés napja. A szerződéskötésnek meg kell előznie a munkába lépés tényleges pillanatát.

A munkaszerződést minden esetben írásba kell foglalni, minimális tartalma pedig a következő legyen:

- a felek neve, illetve megnevezése és a munkaviszony szempontjából lényeges adatai:
 - munkáltató pontos neve (cégneve),
 - a munkáltató székhelye, cégjegyzékszáma, adószáma,
 - a munkavállaló neve, lakóhelye, adószáma vagy a társadalombiztosítási száma,
- a munkavállaló személyi alapbére,
- munkaköre (munkavállaló által az adott munkaszerződés alapján ellátandó munka jellege, a munkakört betöltő munkavállaló részletes feladatait),
- a munkavégzés helye.

Fentieken túl jó, ha tartalmazza a szerződés a következő lényeges elemeket is (ezek nem kötelezőek, de a gyakorlatban rendszerint a munkaszerződésben szereplő tartalmi elemek):

- a munkaviszony típusa (annak meghatározása, hogy határozott vagy határozatlan idejű a munkaviszony, ha a felek a munkaszerződésben erről nem rendelkeznek, úgy a munkaviszonyt határozatlan időre létrejötnék kell tekinteni),
- a munkaidő tartama (teljes vagy részmunkaidős foglalkoztatás)
- próbaidő kikötése (maximum 90 nap),
- a bérpótlékok, béren kívüli juttatások, költségtérítések,
- a munkába lépés napja,
- felmondási, felmentési idő.

A munkaszerződést mindkét fél, a munkavállaló és a munkáltató írja alá. (16 éves kortól minden fiatal maga vállalhat munkát, nem szükséges a szülői hozzájárulás.)

Megbízási szerződés

A megbízásos jogviszony nem minősül munkaviszonynak. Lényege, hogy a megbízott adott időtartamon belül kötelezettséget vállal valamely tevékenység elvégzésére, megbízási díj ellenében. A megbízottat nem illetik meg a mun-

Mekk Kft.

6000 Kecskemét, Köhid u. 36.
Tel.: 76/418-671, 20/361-8621
Web: www.mekk.kft.hu,
www.diak-2000.hu
e-mail: diak-2000@freemail.hu
Hétfőtől péntekig: 9-12 és
13-17 óráig

Manpower Group – Kecskemét

6000 Kecskemét,
Nagykőrösi u. 30.
Tel.: 06-76-504 145
Fax: 06-76-504 146
kecskemet@manpower.hu





kavállalót megillető jogosultságok, mint pl. szabadság, felmondási idő, bérpótlék, végkielégítés. Ez a jogviszony ellátás szempontjából sem minősül jogszerző időnek.

A munkaviszony megszűnése

Próbaidő esetén

A munkaviszonyt a próbaidő alatt bármelyik fél indoklás nélkül, azonnali hatállyal jogosult megszüntetni.

Közös megegyezéssel

A munkaszerződést kötő feleknek bármikor lehetőségük van arra, hogy közös megegyezéssel megszüntessék a munkaviszonyt. Ilyenkor a munkaviszony megszüntetése a felek kölcsönös érdeke, és a munkaviszony megszüntetésének e módja a felek akarategyezésén alapul. Lehet azonnali hatályú, de a felek úgy is megállapodhatnak, hogy az csak a közös megegyezést követően, meghatározott időpontban szűnik meg.

A rendes felmondás

A munkaviszony rendes felmondással történő megszűnése a munkavállaló érdekeinek védelmét biztosítja. Rendes felmondás esetén a munkavállalónak nincsen indokolási kötelezettsége, ugyanakkor a munkáltató köteles felmondását megindokolni oly módon, hogy abból a felmondás okának világosan ki kell tűnnie.

Rendkívüli felmondás

A rendkívüli felmondásra – elnevezéséből is adódóan – csak akkor kerülhet sor, ha valamilyen lényeges kötelezettség-szegés történik, vagy olyan súlyos magatartást tanúsít valamelyik fél (a munkavállaló vagy a munkáltató), hogy az már nem tolerálható, és nem várható el a másik féltől, hogy tovább folytassa ezt a jogviszonyt.

Határozott idejű munkaviszony esetén

Határozott időre kötött munkaszerződés esetén – a munkaszerződésben foglalt határidő lejártá előtt – a munkaviszonyt csak közös megegyezéssel vagy rendkívüli felmondással lehet megszüntetni. A munkáltató a munkaviszonyt azonnali felmondással is megszüntetheti. Ez esetben a le nem dolgozott időre, de maximum lévre a munkavállalót átlagkeresete továbbra is megilleti.

Munkáltató jogutód nélküli megszűnése esetén

A munkaviszony automatikusan megszűnik, azaz ebben az esetben sincs szükség a munkaviszony megszüntetéséhez felmondásra.

A felmondási idő

Próbaidő alatt a munkaviszony azonnali hatállyal megszüntethető. Rendkívüli felmondás esetén a munkaviszony a felmondás közlésével szűnik meg. Rendes felmondás esetén a felmondási idő minimum 30 nap, de maximum 1 év lehet. Közös megegyezéssel történő munkaviszony megszüntetése esetén a felmondási idő a felek megállapodásán alapul.

Végkielégítés

A munkavállalót végkielégítés illeti meg, ha munkaviszonya a munkáltató rendes felmondása vagy jogutód nélküli megszűnése következtében szűnik meg. Nem jár azonban végkielégítés annak a munkavállalónak, aki legkésőbb a munkaviszony megszűnésének időpontjában nyugdíjasként minősül, a munkavállaló számára korengedményes nyugdíjat állapítottak meg, illetve ha a munkáltató rendkívüli felmondással szünteti meg a munkaviszonyát. A végkielégítés mértéke: a munkáltatónál fennálló legalább 3 éves munkaviszony esetén, egy havi átlagkereset összege.

Eljárás a munkaviszony megszűnése, illetve megszüntetése esetén

A munkaviszony megszűnésekor a munkavállaló részére az utolsó munkában töltött napon ki kell fizetni a munkabérét, egyéb járandóságait, valamint ki kell adni a munkaviszonyra vonatkozó és az egyéb jogszabályokban előírt igazolásokat, mint a társadalombiztosítási időről és a személyi jövedelemadó-előlegről szóló igazolást, illetve elszámolást.

A munkáltató a munkaviszony megszűnésekor igazolást állít ki, amely tartalmazza:

- a munkáltató cégszerű megnevezését,
- a munkavállaló személyi adatait és taj-számát,
- a munkaviszonyban töltött idő időtartamát,
- a munkavállaló munkaköri besorolását,
- a munkavállaló munkabérét és átlagkeresetét,
- a munkabérből jogerős határozat vagy jogszabály alapján levonandó tartozást (a munkáltató köteles igazolni azt is, ha a munkabért nem terheli tartozás),
- a munkavállaló által a munkaviszony megszűnésének évében igénybe vett betegszabadság időtartamát,
- a munkavállaló által választott magánnyugdíj-pénztár megnevezését, címét, bankszámlaszámát,





- ha a tagságra kötelezett munkavállaló nem választott pénztárat, ezt is jelezni kell, és meg kell jelölni az illetékes területi pénztár megnevezését, címét.

Ezekre a dokumentumokra szükséged lesz az álláskeresői járadék megállapításához, valamint a kötelező éves adóbevallás elkészítésekor.

A munkavállaló kérelmére a munkaviszony megszűnésekor, illetve az ezt követő egy éven belül a munkáltató köteles működési bizonyítványt adni, amely tartalmazza a munkáltató által betöltött munkakört és munkájának értékelését.

MUNKATAPASZTALAT

Van olyan munkavégzésre irányuló tevékenység melynek elsődlegesen, a nem a pénzszerzés a célja, hanem az, hogy kipróbáld magadat, tapasztalatokat és kompetenciákat szerezz annak érdekében, hogy a jövőben a munkaerőpiacon nagyobb eséllyel tudj elhelyezkedni.

Önkéntesség

Az önkéntesség olyan, személyes akaratból végzett, a közösség egésze számára hasznos tevékenység, amelyért közvetlen anyagi ellenszolgáltatás nem jár.

Számodra esélyt jelenthet a közösségi életbe való bekapcsolódásra, a munkaerőpiacon elvárt szerepek kipróbálására. Amellett, hogy barátokra tehetsz szert, a tevékenység során értékes munkatapasztalatokat is gyűjthetsz!

2011. Magyarország számára az Önkéntesség Éve

Az Európai Unióban 1983 óta minden évben egy tematikára koncentrálnak, ezek az ún. „Európai Évek”. Minden évben kiemel egy tevékenységet, amelyre felhívja az állampolgárok és a nemzeti kormányok figyelmét.

Ez az év Magyarország számára is lehetőséget teremt arra, hogy egyrészt összegyűjtsük és bemutassuk eddigi – nemzetközi szinten is példaértékű – jó gyakorlatainkat az önkéntesség terén, másrészt minél szélesebb körben, minél több társadalmi réteget megszólítva tudatosítsuk az emberekben az önkéntes tevékenységek és az aktív állampolgárság pozitív következményeit.

Az **önkéntesség** az EU egyik alapelve, hozzájárul a demokrácia fejlődéséhez, mindemellett az önkéntes tevékenységek fejlesztik a szociális készségeket és kompetenciákat, segítik a társadalmi szolidaritást, valamint sokoldalú tapasztalatot nyújtanak. Az önkéntes tevékenységek - kifejezés a bármilyen formában végzett, formális, nem formális vagy informális önkéntes tevékenységekre vonatkozik, amelyeket

a személy szabad akaratából, egyéni választása és motivációja alapján, a pénzügyi haszonszerzés szándéka nélkül végez. Az önkéntes tevékenységek mind az önkéntesnek, mind a közösségeknek és a társadalom egészének a javára szolgálnak. Emellett az emberi, társadalmi, generációs vagy környezetvédelmi szükségletek és problémák kezelésének eszközei is az egyének és a szervezetek számára, és gyakran egy nonprofit szervezetet vagy közösségi alapú kezdeményezést támogatnak. Az önkéntes tevékenységek nem helyettesítik a hivatásszerű, fizetett munkalehetőségeket, de hozzáadott értéket nyújtanak a társadalom számára.

Ennek érdekében számos az önkéntességgel összefüggő kezdeményezés integrálódik az év programjai közé.

Az aktív polgárságot előmozdító önkéntes tevékenységek európai éve segít majd bizonyítani, hogy az önkéntesség, az aktív polgárság és a demokrácia egyik kulcsfontosságú tényezőjének számít, mivel olyan európai értékeket valósít meg, mint például a szolidaritás és a megkülönböztetés-mentesség. Ezzel hozzájárul az európai társadalmak harmonikus fejlődéséhez.

További információk: <http://www.onkentesseg2011.hu>

Önkéntes Centrum

2011 az Önkéntesség Európai Éve, amely lehetőséget adott arra, hogy 2010. év folyamán az ország minden megyéjében Önkéntes Centrumok jöjjenek létre. Ezt a feladatot Bács-Kiskun megyében az Európa Jövője Egyesület kapta meg. (6000 Kecskemét, Kápolna utca 24.)

Az ÖC. elsődleges feladata az állampolgárok önkéntességre való hajlandóságának az önkéntesek számának növelése, és ezzel párhuzamosan a lehetséges fogadó szervezetek felkutatása, támogatása.

Szolgáltatások:

- közvetítés: az érdeklődő önkéntesek az ÖC adatbázisába felvett fogadó szervezetek kínálatából kereshetnek számukra megfelelő tevékenységet.
- az önkénteseket a vállalt tevékenységnek megfelelő fogadó szervezethez közvetítik
- segítik és nyomonkövetik az önkéntes és a fogadó szervezet között létrejött kapcsolatot.

Európai Önkéntes Szolgálat

Az Európai Önkéntes Szolgálat (European Voluntary Service) keretében maximum 12 hónapot tölthetsz külföldön egy úgynevezett fogadószervezetenél, amennyiben 18 és 30 év

BÁCS KISKUN MEGYEI ÖNKÉNTES CENTRUM

6000 Kecskemét,

Kápolna U. 24.

www.bacsonkentes.hu

info@bacsonkentes.hu

Tel.: 76-484-010-es

üzenetrögzítő telefonon.



ÖKA-Önkéntes Központ

Alapítvány

1053 Budapest

Múzeum krt. 23-25.

Tel.: 1/225-0710

Fax: 1/225-0711

Web: www.onkentes.hu

Ötlet programvezető: onkentes-kozpont@onkentes.hu

FSZH - MOISZ - Fialatok Lendületben Programiroda

1134 Budapest, Tüzér u. 33-35.

Levél cím: 1525 Budapest, Pf.: 20.

Tel.: (+36-1) 237-6700

E-mail: ifjusag.eu@mobilitas.hu

www.mobilitas.hu/flp

Tel.: +36-1 237-6700

Fax.: +36-1 237-6718



HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét

Széchenyi sétány 2-4.

Tel./fax: 76/475-022

Web: www.helpi.hu

Email: helpi@helpi.hu

Infotel.: 76/ 41 20 20

Nyitva: hétköznapokon 12-18
óráig

Fogadószervezetek adatbázisa
[http://ec.europa.eu/old-
address-ec.htm](http://ec.europa.eu/old-address-ec.htm)

közötti fiatal vagy. Ez idő alatt teljes ellátást és zsebpénzt kapsz. Mint önkéntes, a helyi közösség fejlődését segítő tevékenységekben vehetsz részt, többek között az alábbi témákban: egészségügy, környezetvédelem, művészet és kultúra, esélyegyenlőség, média és kommunikáció, ifjúsági sport, ifjúsági szabadidő. Ahhoz, hogy ennek a programnak a keretében kijuss, három partner együttműködésére van szükség: a fogadószervezet, a küldő szervezet és Te, az önkéntes.

Küldő szervezet lehet bármilyen nonprofit szervezet, egyesület, önkormányzat vagy intézménye. Feladata, hogy segítsen a kapcsolatfelvételen, a fogadó szervezettel való megismerkedésben, illetve biztosítsa az önkéntes egyszeri útiköltségét oda-vissza és részvételét az indulás előtti képzésen. Emellett kapcsolatot tart az önkéntessel és a fogadó szervezettel az önkéntes szolgálat időtartama alatt. A küldő és a fogadó szervezet közösen felelős a vízum és biztosítási ügyeid elintézéséért.

A fogadó szervezet szintén bármilyen nonprofit szervezet, egyesület, önkormányzat lehet. Feladata, hogy bemutassa Neked a helyi környezetet, embereket, megismertessen a helyi szokásokkal, emellett betanítanak az elvégzendő feladataidra. Biztosítja a lehetőséget, hogy beilleszkedj a helyi közösségbe, találkozhass helyi fiatalokkal, önkéntesekkel. Biztosítanak egy mentort is, aki felelős érted, és segít a felmerülő problémák megoldásában. És ami még nagyon fontos, az önkéntes szolgálat elején intenzív nyelvtanfolyamot, illetve a szolgálat teljes ideje alatt nyelvtanulást is biztosítanak számodra. A szállást, étkezést és napidíjadat is a fogadószervezet adja. Önkéntes lehetsz, ha 18-30 év közötti fiatal vagy, és vállalod, hogy az önkéntes munka időtartama alatt részt veszel a helyi közösség tevékenységeiben, és ha amennyiben nyitott vagy, lehetőség nyílik a kulturális különbözőségek meg tapasztalására is.

Érdeklődj a lehetőségről a HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Irodában. Az önkéntes szolgálat egy Európai Tanács által támogatott hosszú távú ifjúsági program része. Hivatkozz a *Fiatalok Lendületben* (2007-2013) Programra, amennyiben ilyen formában szeretnél külföldi élettapasztalatot gyűjteni. A célszországod az EU tagországai, illetve néhány dél-európai és a Földközi-tenger medencéjében található ország lehet. Minderről bővebben az EU fejezetben olvashatsz!

Au-pair

Az au-pair francia eredetű szó, segítőt jelent. Az au-pair egy olyan fiatal, aki meghatározott időre azért kerül egy külföldi, fogadó családba, hogy tökéletesítse (saját) nyelvismeretét, és megismerkedjen az adott országgal. Ellenszolgáltatásként segít a gyerek(ek) ellátásában és a különféle kisebb háztartási munkákban. Mindezzel a továbbképzési, tanulási és munkavállalási esélyeit javítja idehaza.

Általában ez a fajta munkavégzés is munkavállalási engedélyhez kötött, még akkor is, ha a fogadó család csak szállást és ellátást ad. A Külügyminisztérium azt javasolja, hogy amennyiben a munkavégzésre nem ismerős/baráti családnál kerül sor, úgy ilyen munkát csak a külföldre történő munkaközvetítésre feljogosított irodákon keresztül vállalj. A külföldre történő munkaközvetítésre feljogosító engedélyt az iroda ki kell, hogy függessze az ügyfélfogadó helyiségében, illetve az engedély meglétéről a cég székhelye szerinti illetékes munkaügyi központtól lehet érdeklődni. (Egyes országok csak a saját, kijelölt munkaközvetítő irodáik által létrehozott kapcsolatok esetén adják meg az engedélyt a munkavégzésre!)

KÜLFÖLDI MUNKA

Fiatalon külföldi munkát vállalni mindenképp hasznos vállalkozás. Amellett, hogy világot látsz, ki is próbálhatod magad – hogyan állod meg a helyed egyedül a világban. Valószínűleg jobban is keresel majd, amiből haza is tudsz hozni.

Mindez persze csak akkor igaz, ha sikerrel jártál. Márpedig ehhez az kell, hogy körültekintően, jól előkészítve indulj, és biztonságos körülmények között tartózkodj kint.

EURES Hálózat

Az Állami Foglalkoztatási Szolgálat keretében Magyarország 2004. május 1-i uniós csatlakozása óta működik az EURES hálózat.

Az EURES olyan tanácsadó és információs hálózat, amelynek célja az Európai Unió, illetve az Európai Gazdasági Térség országai közötti munkaerő-áramlás elősegítése. Ennek megfelelően legfontosabb feladatai a következők:

- információnyújtás és tanácsadás a külföldi munkalehetőségekről, a munkavállalás és megélhetés körülményeiről,
- segítségnyújtás munkáltatók részére a külföldi munkaerő-toborzáshoz.

Az EURES legfőbb előnye más közvetítési rendszerekkel szemben az, hogy mind a munkavállalók, mind a munkáltatók részére ingyenes szolgáltatásokat nyújt. Az EURES tanácsadók hálózatával is rendelkezik. Az EURES tanácsadók képzettségüknel





fogva képesek biztosítani az európai munkaerőpiac iránt érdeklődő álláskeresőknak és munkáltatóknak az EURES három alapvető szolgáltatását: tájékoztatást, útmutatást és állásközvetítést.

EUROPASS Önéletrajz

Európában egységesen elfogadott önéletrajz sablon, mellyel könnyen pályázhatasz más Európai Uniók országában meghirdetett állásra. Ma már Magyarországon is egyre elterjedtebb ez a forma, köszönhető ez annak, hogy egyre több EU pályázati pénzből támogatott állást lehet megpályázni itthon és külföldön egyaránt, illetve azért, mert egy „önéletrajz varázsló” segítségével könnyebben megszerkesztheted önéletrajzodat.

A honlapról www.europass.hu letöltheted a formanyomtatványt, és a kitöltési útmutatót, illetve használhatod az „önéletrajz varázslót”, aminek a segítségével bármikor a későbbiekben könnyen módosíthatod, és feltöltheted álláskereső adatbázisokba.

Mit tartalmaz az Europass önéletrajz?

Nyolc pontból áll, amely pontok - vagy azok részei - szükség szerint törölhetők, vagy bővíthetők:

- Személyes adatok
- Betölteni kívánt munkakör, foglalkozási terület
- Szakmai tapasztalat
- Tanulmányok
- Nyelvtudás
- Egyéni készségek és kompetenciák
- További információk (pl.: referenciák)
- Mellékletek

Az Europass önéletrajz 26 nyelven ingyenesen letölthető az internetről, vagy online kitölthető.

A feltöltött adatokat választható formátumokban mentheted el. (word, OpenOffice, Pdf, Html)

VÁLLALKOZÁS

Ha vállalkozó típus vagy, és a munkaerőpiacon a magad ura szeretnél maradni, egyéni vállalkozást és gazdasági társaságot is alapíthatsz. Bizonyos esetben munkavállalásod feltételeként is meghatározhatják a vállalkozói igazolvány kiváltását – bár most már szigorúbban lépnek fel az ilyen típusú foglalkoztatással szemben.

Egyéni vállalkozásnak nevezzük valamely természetes személy (magánszemély) üzletszerű gazdasági tevékenységét. Ez a tevékenység akkor tekinthető üzletszerűnek, ha azt saját nevedben és kockázatodra, rendszeresen és hasznoszerzés céljából folytatod.

Vállalkozói igazolványt kell kiváltani ahhoz, hogy egyéni vállalkozó lehess. Ehhez szükséges: 18. betöltött életév, személyigazolvány, lakcímkártya, a vállalkozói igazolvány kiváltásához szükséges formanyomtatvány, büntetlen előélet, erkölcsi bizonyítvány, illetékbélyeg, adókártya és TB kártya, képesítéshez kötött tevékenység esetén, bizonyítvány a szakképesítésről.

Az Okmányiroda végzi:

- a vállalkozói igazolvány kiadását, visszavonását, cseréjét, pótlását és a nyilvántartással kapcsolatos feladatokat,
- az egyéni vállalkozó székhelyének, telephelyének, főtevékenységének, illetve a tevékenységi körének megváltozásával kapcsolatos ügyintézt, valamint a vállalkozói tevékenység gyakorlására való jog megszűnéséhez, a vállalkozói igazolvány iránti kérelem elutasításához fűződő értesítési és tájékoztatási feladatokat.

Az állás keresők vállalkozóvá válását elősegítő támogatások

Azoknak a személyeknek, akit a Munkaügyi Központ legalább három hónapja állás keresőként nyilvántart, és aki önmaga foglalkoztatását egyéni vállalkozás keretében, gazdasági társaság - a társaság tevékenységében személyesen közreműködő - tagjaként, a személyi jövedelemadóról szóló 1995. évi CXVII. törvény 3. §-a 18. pontjában meghatározott mezőgazdasági őstermelőként oldja meg, a következő támogatások nyújthatók, melyek pályázat útján érhetőek el:

- a) 3 millió Ft-ig terjedő tőkejuttatás visszatérítendő vagy vissza nem térítendő formában, és
- b) legfeljebb hat hónap időtartamra, havonta a kötelező legkisebb munkabér összegéig terjedő támogatás.
- c. a vállalkozói tevékenység folytatásához és megkezdéséhez szükséges szaktanácsadás költségei.

A támogatás megállapításának további feltétele a beruházás költségének legalább 20 százalékát elérő - saját forrás, továbbá a támogatás visszatérítése, illetőleg kötelezettségsgeszegés miatt történő visszafizetése esetére anyagi biztosíték megléte.

A támogatások részletes feltételeit a mindenkori aktuális pályázati felhívás tartalmazza. A támogatások - pályázati eljárás alapján - együttesen és külön-külön is benyújthatók.

Ugyanakkor szeretnénk felhívni a figyelmeteket, hogy egy önálló vállalkozás indítása és működtetése komoly felelősség és az esetek többségében több területre kiterjedő, nagyfokú felkészültséget igényel.

JOGI SEGÍTSÉG

MSZOSZ Bács-Kiskun megyei Képviselete

6000 Kecskemét, Katona J. tér
18. III. emelet 310 fsz.20.

Tel.: 76/ 504-114

Ügyfélfogadás:

hétfőn 7.00–9.00,

kedden: 14.00–16.00

csütörtökön 10.00–12.00

pénteken: 14.00–17.00

Ingyenes jogszolgálat megszűnt,
csak szakszervezeti tagoknak van.

Kedd: 14.00–16.00

Csütörtök 11.00–12.00

Okmányiroda

6000 Kecskemét, Rákóczi u. 5.

Tel.: 76/513-543

Email: okmany@kecskemethu

Vállalkozással kapcsolatban:

Tel.: 76/513-543/2341-es mellék

ügyintézés:

hétfő, kedd, szerda:

8.15–12.00 és 13.00–16.00

csütörtök: 8.15–12.00 és

13.00–18.00

pénteken nincs ügyfélfogadás

Vállalkozásfejlesztési

Alapítvány - Inkubátorház

6000 Kecskemét, Ipoly u. 1/a.

Tel.: 76/500-760/301 mellék

Ügyfélfogadás:

munkanapokon 8-16 óráig

ÉLETPÁLYA Alapítvány

1143 Bp. Gízella út 42-44. 1/17.

Tel.: 06/1-788-7137

www.eletpalya.hu

info@eletpalya.hu

MIRE FIGYELJ KÜLFÖLDI MUNKAVÁLLALÁSNAÁL?

„Táncosnők közvetítése nyugat-európai bárókba. Magas fizetés!” És egy mobilszám.

Kutatási adatok szerint Magyarország a kényszerprostitúció tekintetében az évek során küldő-, tranzit- és célországgá „nőtte ki” magát. Tőlünk Ausztriába, Németországba, Svájcba, Belgiumba, Olaszországba, Spanyolországba és újabban Észak- és Közép-Amerikába utaznak álmokat kergetni a fiatal lányok.

Utazás előtt:

- Légy óvatos a külföldi állásajánlatokkal! Gyanús, ha a hirdetés „könnyű” vagy „erotikus” munkát ígér, ha nyelvtudásra nincs szükség, ha mobiltelefonszámot vagy jeligét adnak meg.
- Köss részletes munkaszerződést! Tájékozódj a munkavállalás és a kint tartózkodás feltételeiről!
- Az otthoniaknak mindenképpen add meg a leendő szállásod pontos címét és leendő munkáltatód adatait!
- Írd fel a helyi magyar nagykövetség telefonszámát!
- Hagyj otthon egy fénymásolatot az útleveledről, és egy példányt a legutóbb készült fényképedből!
- Legyen valaki, akit rendszeresen felhívsz! Egyeztetek meg előre, hogy milyen gyakran fogsz telefonálni, és állapotodj meg valamilyen titkos jelmondatban arra az esetre, ha bajba kerülnél, és nem beszélhetnél nyíltan!

Kint tartózkodásod alatt:

- Soha, semmilyen körülmények között ne add ki a kezedből az útleveledet! Ha valaki ragaszkodik ahhoz, hogy magánál tartsa, ez annak a jele, hogy ki akar használni.
- Ha ellopták, elvették az irataidat, azonnal lépj kapcsolatba a rendőrséggel vagy a magyar nagykövetséggel!
- Ha fogva tartottak, eladtak, vagy prostitúcióra kényszerítettek, minden körülmények között jogod van a segítséghez és a védelemhez, még akkor is, ha kisebb bűncselekményekbe keveredtél (feketemunka, illegális kint tartózkodás, hamis iratok).

Fiatalon nem is feltétlenül csak a pénz az, ami motiválhat benneteket a külföldi munkavállalásra. Célja lehet az adott ország megismerése, nyelvyagyorlás, kapcsolatépítés, tapasztalatszerzés, önmagad kipróbálása.



III. EURÓPA ÉS A FIATALOK



Az Európai Unióban elég lehet a tehetséged, egy jó ötleted, vagy barátaiddal közösen kiagyaltd közösségi programod ahhoz, hogy kipróbáld magad egy másik országban. Az Európai Unió 2007-ben indult Youth in Action (YiA) Programja – jó előre tervezve – 7 évre határoz meg olyan területeket, melyeket az európai fiataloknak, így Neked is ajánl. Magyarországon „Fiatalok Lendületben Program” (FLP) a lehetőség elnevezése. Az alábbiakban erről olvashatsz fontos alapinformációkat.

FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM

A *Fiatalok Lendületben Program* célkitűzései

- nem-formális nevelési programok támogatása a fiatalok számára;
- a fiatalok aktív állampolgári szerepének előmozdítása, különös tekintettel az Európa-polgári szerepükre;
- a fiatalok szolidaritásának fejlesztése, különösen annak érdekében, hogy erősödjön a társadalmi összetartás az Európai Unióban;
- a különböző országokban élő fiatalok közötti kölcsönös megértés és tisztelet elősegítése;
- hozzájárulni az ifjúsági tevékenységeket és az ifjúsági területen tevékenykedő civil szervezeteket támogató rendszerek fejlesztéséhez;
- az ifjúsági területen megvalósuló európai együttműködések előmozdítása.

A FEJEZET TARTALMA

Fiatalok Lendületben

Program	56
Célkitűzések	56
Prioritások	57
Általános tudnivalók	57
Alapelvek	57

Résztvevők köre.

58

Alprogramok

59

Személyes beszámolók .60

ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK:

PÁLYÁZAT BEADÁSI HATÁRIDŐK ÉS A PRO- JEKT KEZDETE:

Nemzeti szinten elbírálás- ra kerülő pályázatok esetén:

febr. 1-jei beadással:
máj. 1. - szept. 30-i időszakra
ápr. 1-jei beadással:
júl. 1. – nov. 30-i időszakra
jún. 1-jei beadással:
szept. 1. - jan. 30-i időszakra
szept. 1-jei beadással:
dec. 1. – ápr. 30-i időszakra
nov. 1-jei beadással:
febr. 1. – júl. 31-i időszakra.

Központi elbírálási pályázatok esetén:

febr. 1-jei beadással:
júl. 1. – nov. 30-i időszakra
jún. 1-jei beadással:
nov. 1. - márc. 30-i időszakra
szept. 1-jei beadással:
jan. 1. – júl. 31-i időszakra.

FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM (2007-2013) FSZH - MOISZ - Fiatalok

Lendületben Programiroda
1134 Budapest, Tüzér u. 33-35.
E-mail: ifjusag.eu@mobilitas.hu
Tel.: (+36-1) 237-6700
Fax: (+36-1) 237-6718

PÁLYÁZATI CÍM: FSZH - MOISZ - Fiatalok Lendületben Programiroda

1525 Budapest, Pf.: 20.
A pályázatokat
Magyarországon elektronikus
formában kell benyújtani, a
FILEP pályázatkezelő rendszer-
be: [http://www.mobilitas.hu/
flp/filep/filep](http://www.mobilitas.hu/flp/filep/filep)

A Fiatalok Lendületben Program általános célkitűzéseiben az alábbi területek élveznek elsőbbséget:

1. Európa-polgári szerep

A Fiatalok Lendületben Program kiemelt fontosságot tulajdonít annak, hogy a benne résztvevő fiatalok tudatában legyenek az európaiságuknak, és ezért bátorítja a fiatalokat, hogy olyan európai kérdésekről gondolkodjanak, mint az Európai polgárság és az Európai Unió építése és jövője.

2. A fiatalok társadalmi részvétele

Alapvető prioritás továbbá a fiatalok részvétele a demokráciában. Ennek érdekében a program bátorítja a fiatalokat, hogy aktívan éljenek állampolgári szerepükkel.

3. Kulturális sokszínűség

Az FLP Program támogatja a kultúrák sokszínűségének tiszteletét. A különböző kulturális, etnikai és vallási háttérrel rendelkező fiatalok csoportjainak közös tevékenységét, a tolerancia, a párbeszéd és az együttműködés a kölcsönös bizalom és megértés légkörében.

4. A hátrányos helyzetű fiatalok bevonása

A Program kiemelt célja, hogy a kevesebb eséllyel rendelkező fiatalok is egyformán hozzáférjenek a Program kínálta lehetőségekhez és támogatásokhoz. A Fiatalok Lendületben Program mindenkié, így kiemelt figyelmet kell fordítani a speciális szükségletekkel rendelkező fiatalok bevonására.

A Fiatalok Lendületben Program által képviselt és hangsúlyozott alapelvek

1. Nem-formális tanulás

A formális oktatási rendszertől független, illetve azt kiegészítő, a fiatalok önkéntességén és kezdeményezésén alapuló, résztvevő-központú pedagógiai megközelítés révén a fiatalok képességei és készségei illetve személyisége fejlődik, társadalmi részvételük fokozódik

2. Nem-formális tanulás elismerése

A Youthpass, mint a Fiatalok Lendületben Program „elismerő oklevele” dokumentálja és igazolja a projektek megvalósítói és résztvevői számára, hogy mely kompetenciák és hogyan fejlődtek a megvalósított projekt során.

3. Fiatalok Lendületben Program láthatósága és népszerűsítése

A Programtól támogatást nyert projektekkel szemben elvárás az, hogy tájékoztassák a szélesebb nyilvánosságot az Európai Bizottság által nyújtott támogatásról és a Fiatalok Lendületben Programról.

4. Projektek elismertetése és terjesztése

A projektekből származó eredményeket és tapasztalatokat a résztvevők más európai fiatalok számára hasznosíthatóvá és elérhetővé teszik.

5. Diszkrimináció-ellenesség

A Programban minden fiatal részt vehet fajra, nemre, vallási vagy hitbéli meggyőződésre, testi vagy szellemi fogyatékos-ságra, ill. szexuális orientációjukra alapuló hátrányos megkülönböztetés nélkül.

6. Férfi-nő egyenlőség

A férfiak és nők esélyegyenlősége az európai politikában horizontálisan megjelenő irányelv. A Fiatalok Lendületben Program szem előtt tartja a nemek egyenlő arányú részvételét minden egyes alprogram vonatkozásában.

7. Gyermek és fiatalok biztonsága és védelme

A Program összefüggésében a gyermekek védelme az olyan eshetőségekre és veszélyforrásokra való körültekintő felkészülést és azok megelőzését jelenti, amelyek a projektek során a fiatalokat érinthetik, legyen az nem megfelelő viselkedés, szexuális vagy érzelmi zaklatás, interkulturális feszültségek balesetek, tüzesetek, stb.

8. Többnyelvűség

Ezen alapelv két fő pillére a többnyelvű Európa, és a többnyelvű társadalmak építése, és az állampolgárok ösztönzése idegen nyelvek elsajátítására.



A FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAMBAN RÉSZTVEVŐ ORSZÁGOK

A Program támogatásával megvalósuló projektekben megkülönböztetünk Programországokat és Partnerországokat.

A Programországokból érkező résztvevők a Fiatalok Lendületben Program teljes jogú felhasználói.

PROGRAMORSZÁGOK

Az Európai Unió tagországai:
Ausztria, Belgium, Bulgária, Ciprus, Cseh Köztársaság, Dánia, Egyesült Királyság, Észtország, Finnország, Franciaország, Görögország, Hollandia, Írország, Lengyelország, Lettország, Litvánia, Luxemburg, Magyarország, Málta, Németország, Olaszország, Portugália, Románia, Spanyolország, Svédország, Szlovák Köztársaság, Szlovénia

Az Európai Szabadkereskedelmi Társulás (EFTA) azon tagállamai, amelyek tagjai az Európai Gazdasági Térségnek (EEA): Izland, Liechtenstein, Svájc, Norvégia

Az Európai Unióhoz való csatlakozás előtt álló (Tagjelölt) országok közül: Horvátország és Törökország

PARTNERORSZÁGOK

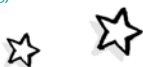
Stabilizációs és társulási folyamatban részt vevő országok:
Albánia, Bosznia és Hercegovina, Macedónia, Volt Jugoszláv Köztársaság, Koszovó, Montenegró, Szerbia

Kelet-Európa és a Kaukázus:
Azerbajdzsán, Fehérorosz-
ország, Grúzia, Moldova, Orosz
Föderáció, Örményország, Ukrajna

*Az Európai Szomszédsági
Politikában részt vevő országok
EUROMED:*

*Algéria, Ciszjordánia és a
Gázai övezet, Palesztin Nemzeti
Hatóság, Egyiptom, Izrael,
Jordánia, Libanon, Marokkó,
Szíria, Tunézia*

*A világ mindazon egyéb orszá-
gaival, amely szerződéses vagy
egyezményes viszonyban áll
az Európai Unióval a 3.2-es
alprogram keretében valósítha-
tó meg együttműködés.*



Amennyiben sikerült felkel-
tenünk érdeklődésed és rész-
letesebben is utánajárnál
lehetőségeidnek, keresd fel a
HELPI Ifjúsági Irodát személye-
sen, e-mailben vagy telefonon.

HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét,
Széchenyi sétány 2-4.
6001 Kecskemét, Pf. 328.
Tel./fax: 76/475-022
helpi@helpi.hu

*Fiatalok Lendületben Program
tanácsadás:*
Hétfőnként: 14-18 óráig
Vezető tanácsadó:
Kósa András Csaba

Hasznos honlapok:

www.mobilitas.hu/flp
www.eurodesk.hu

A Fiatalok Lendületben Program különböző alprogramjai a támogatott tevékenységeket jelölik.

1. ALPROGRAM - FIATALOK EURÓPÁÉRT

Célja az ifjúsági cserék, ifjúsági kezdeményezések és ifjúsá-
gi demokrácia projektek támogatása a fiatalok mobilitásának
elősegítése és a fiatalok aktív társadalmi részvételének fo-
kozása céljából

1.1 ifjúsági cserék során különböző országokból érkező,
13-25 év közötti (minimális létszámban (20%-ban) 26-30 év
közötti) fiatalok csoportjainak teremtenek lehetőséget a ta-
lálkozásra és az egymástól való tanulásra, egymás kultúrá-
jának megismerésére egy adott témakör kapcsán. A cserék
időtartama min. 6 - max. 21 nap lehet (utazás nélkül), a cse-
rében részt vevő fiatalok létszáma pedig min. 16 - max. 60 fő
(illetve csoportonként 1 vagy indokolt esetben 2 kísérő). Az
előkészítéssel, megvalósítással, értékeléssel és után köve-
tessel együtt maximum 15 hónapos projektekben lehet gon-
dolkodni, a program helyszíne kizárólag programország le-
het. A csere lehet két, három ill. négy vagy több ország fia-
taljainak csoportjainak együttműködésével valósulhat meg.

1.2 Az ifjúsági kezdeményezések keretében 18-30 év kö-
zötti fiatalok csoportjai terveznek és valósítanak meg pro-
jekteket helyi, regionális és országos szinteken. Lehetőség
van 15-17 éves fiatalok részvételére is a projektekben, ek-
kor azonban szükség van egy ifjúságsegítő támogató
közreműködésére is.

Ezen Alprogram része a különböző országokban élő ifjúsá-
gi csoportok közötti hálózatépítés. Ennek értelmében meg-
különböztetünk nemzeti és nemzetközi ifjúsági kezdemé-
nyezéseket. Az utóbbihoz két programországból (az egyik
uniós tagországból) érkező partner szükséges. A projektek
időtartama 3-tól 18 hónapig terjedhet a maximális támoga-
tást nemzeti szinten 5450 euro/projekt ill. nemzetközi szint-
en 7.550 euro/projekt összegben határozták meg.

1.3 Az ifjúsági demokrácia projektek célja a fiatalok ösz-
tönzése a demokratikus részvételre, a különböző társadalmi
szereplők közötti párbeszéd előmozdítása. Egy ifjúsági de-
mokrácia projektnek nemzeti és nemzetközi hálózatépítő di-
menzióval egyaránt rendelkezni kell. Ez azt jelenti, hogy két
ország különböző szervezetei vesznek részt benne, és egy-
azon országból legalább kétféle szervezeti kultúrával és hát-
térrel rendelkező szereplőnek meg kell jelennie (nonprofit, ci-

vil szervezet vagy egyesület – az ifjúsági munkában érintett helyi, regionális vagy országos hatóság – fiatalok informális csoportja). Az ifjúsági demokrácia projektnek világos tartalmi célkitűzéssel kell bírnia. A projekt időtartama 3-18 hónapig terjedhet, és minimum 16 fő, 13-30 év közötti fiatal - részvételével valósulhat meg. A projekt összköltségének 75%-a támogatható, a maximális támogatást európai szinten egyszeri 50.000 euro/projekt összegben határozták meg.

2. ALPROGRAM - EURÓPAI ÖNKÉNTES SZOLGÁLAT (EVS)

Az Európai Önkéntes Szolgálat célja a fiatalok önkéntes társadalmi tevékenységekben való részvételének támogatása Európában és azon kívül. Az önkéntes szolgálat ideje alatt a fiatalok intenzív tanulási folyamatnak lesznek részesei, lehetőségük nyílik egy másik ország és kultúra megismerésére, és ezáltal önmaguk, személyiségük fejlesztésére.

Ezen Alprogram keretében 18-30 év közötti fiatalok egyénileg vagy csoportosan kapcsolódhatnak be nonprofit tevékenységekbe, szolgáltatásokba min. 2 - max. 12 hónapon át. Hátrányos helyzetű fiatalok bevonása esetén a projekt időtartama 2 hét és 2 hónap között is lehetséges.

Csoportos EVS esetében max. 30 fiatal vehet részt egy fogadóprojekt munkájában. Az önkéntesek dolgozhatnak egy-azon országban. Azonos ill. eltérő fogadó szervezeteknél - ilyenkor a koordináló szervezet természetesen megegyezik - vagy akár különböző országokban, eltérő fogadószervezeteknél. A Partnerországokkal való együttműködésben ügyelni kell a résztvevők arányára.

A projektben küldő, fogadó ill. koordináló szervezetek vesznek részt, a pályázatot csak az egyik szervezetnek (akár a küldő, akár a fogadó, akár koordináló szervezetnek) kell benyújtania a projekt teljes költségvetésével. Bármely programországban vagy délkelet-európai országban működő szervezet, amely önkéntest kíván fogadni vagy küldeni, köteles akkreditáltatnia (vagyis engedélyeztetnie kell a küldés-fogadást) magát, ezáltal könnyebben elérhetővé válik az önkéntes lehetőség minden fiatal számára, és kialakítható egy közös minőségi színvonal is. Minden akkreditált szervezet adata megtekinthető egy www.evstatabase.eu címen elérhető internetes, angol nyelvű adatbázisban.

SZEMÉLYES BESZÁMOLÓK

Néhány beszámoló olyan fiataloktól, akik aktívan részt vesznek EVS programokban.

Gyöngyösi Niki vagyok, 19 éves és jelenleg EVS önkéntes Franciaországban, Perigueux városában a FRANCAS ifjúsági szervezetnél. Kecskeméten élek alapvetően.

2 és fél éve kezdtem önkénteskedni a HELPI Kecskeméti Ifjúsági és Tanácsadó Irodában. Azért döntöttem az önkénteskedés mellett, mert rájöttem mennyire szerencsés is vagyok valójában. Saját szobával rendelkezem a szerető szüleim házában, van két szuper nővérem, jó iskolába járhattam, meg van minden ujjam, bla,bla.

Az EVS-ről is a HELPI-ben hallottam és a középiskola utolsó évében döntöttem el, hogy önkéntes leszek Európában, még mielőtt egyetemre megyek. Gyerekekkel akartam foglalkozni, illetve fiatalokkal, és a FRANCAS volt az első szervezet, aki pozitív választ adott a levelemre, így most itt vagyok 1 évig.

Nyelvet tanulok, kultúrát, rengeteget magamról és másokról. Egy hónapja vagyok itt, és mindezidáig remekül érzem magam, nagyon szép a város, minden új és furcsa.

2011. szeptember 29.

Quentin Coltier (24) Franciaországból

Szia, Quentin-nek hívnak. 24 éves vagyok és hét hónapja vagyok itt Kecskeméten. Francia önkéntesként dolgozom a Helpiben.

Az én feladatomban információt adni fiataloknak nemzetközi lehetőségekről, például: EVS, Youth in Action, ERASMUS.

És, ha te szeretnél gyakorolni angolul vagy franciául, én tudok segíteni. Azért vagyok itt, mert szeretek utazni és megismerni az embereket.

European Volunteering Service (EVS), this long name hides tonnes of experiences. That is one of the main reason I chose to apply for an EVS.

I wanted to experience something different from what lived before. I discovered here a new country, a different culture, great people and really interesting activities.

I enjoy my time here as I can do various things such as promoting EVS program, participate to team building events for youngsters, help to create summer camps for kids or use my language abilities to teach french or english.

The great thing with EVS is that you experience so many things, good and bad and you always learn from it, a way of growing up!

I have now 4 months left, my project for after my EVS is to move to Budapest and find a job here. But first I have to keep learning hungarian !!

29 of September 2011

Az önkénteseknek kötelezően részt kell venniük a küldő szervezet által megvalósított felkészítésen a külföldi kiutazást megelőzően. Külföldre érkezést követően, 6 hónappal hosszabb külföldi tartózkodás esetén egy a szolgálat félidejében megtartott képzésen. A volt önkéntes a külföldi önkéntes szolgálat után részt vehet a szerzett élményeket feldolgozó Magyarországon megtartott találkozón.

A Fiatalok Lendületben Program az önkéntes útiköltségét 90%-ban, biztosítását és vízumköltségét 100%-ban finanszírozza, továbbá átalányösszegeket és keretösszegeket határoz meg a projekt lebonyolítására, az önkéntesek ellátására és zsebpénzére.

3. ALPROGRAM - FIATALOK A VILÁGBAN

Az Alprogram célja, a világ más országaiban élő fiatalokkal közös projektek létrehozásának támogatása, különös tekintettel a szomszédos partnerországokkal való együttműködésre. Ez a program gyakorlatilag ugyanaz, mint az 1.1, a 2. ill. a 4.3 alprogram. Tehát ugyanúgy lehetséges a csereprogram, az önkéntes szolgálat és az ifjúságsegítők támogatása.

3.1 Együttműködés a szomszédos országokkal kibővült Európában

Olyan ifjúsági cserék, képzési és hálózati építő projektek finanszírozása, amelyek hozzájárulnak a tágabb Európa stabilizálásához és békéjéhez, a demokrácia megerősödéséhez, és előmozdítják a fiatalok közötti interkulturális párbeszédet, a kölcsönös megértést és a toleranciát.

A projekt helyszíne a programországok, illetve a szomszédos partnerországok valamelyike, a mediterrán partnerországok kivételével.

3.2 Együttműködés a „világ más partnerországaival”

Ez az Alprogram az ifjúsági munka területén létrejövő együttműködéseket, a jó példák cseréjét támogatja, ifjúsági cserék, önkéntes szolgálat és az ifjúságsegítők támogatásán keresztül. Prioritást élveznek a latin-amerikai, karib tengeri, csendes óceáni, afrikai és ázsiai fejlődő partnerországokkal együttműködésben megvalósuló projektek.

A fent említett Európával nem szomszédos partnerországok bevonásával létrejövő projektekre évente megjelenő központi pályázati kiírás keretében lehet támogatást nyerni. Az aktuális kiírásokról a http://ec.europa.eu/youth/index_en.html honlapon tájékozódhattok.

4. ALPROGRAM - IFJÚSÁGSEGÍTŐK TÁMOGATÁSA

A Fiatalok Lendületben Program ezen alprogramja, az ifjúsági munka, a szakmai minőségének, és az azt támogató rendszerek működésének fejlesztését, ez európai szinten működő ifjúsági és szakmapolitikai együttműködések támogatását tűzte ki célul.

Ezen célok elérését az alábbi módokon támogatják:

- hozzájárulás a szervezetek hálózatépítéséhez,
- az ifjúsági területen dolgozók és az ifjúsági szervezetek képzése,
- a fiatalok számára nyújtott információs tevékenységek fejlesztése,
- a regionális és helyi szervek hosszútávú ifjúsági projektjeinek támogatása,
- a nem-formális nevelés és az FLP Programban való részvétel révén megszerzett kompetenciák elismertetése,
- jó példák és tapasztalatok cseréje.

5. ALPROGRAM - IFJÚSÁGPOLITIKAI EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

Az Ifjúságpolitikai együttműködések alprogram támogatja az ifjúságpolitika-alkotók közötti tapasztalatcserét, a fiatalok és az ifjúsági ügyekben érintett különböző döntéshozók közötti párbeszédet, az ifjúsági területen létező, és a fiatalokról szóló tudás összefoglalását és terjesztését, valamint más egyéb nemzetközi szervezetekkel megvalósuló együttműködések.

Ennek érdekében támogatást nyújt a fiatalok és az ifjúságpolitikai döntéshozók találkozásihoz, eszmecseréjéhez, ifjúságkutatásokat kezdeményez, és együttműködések hoz létre a különböző nemzetközi szervezetekkel (Európa Tanács, ENSZ).

Tóth Gergő (Kecskemét)

2009-ben ismerkedtem meg a Fiatalok Lendületben Programmal. Abban az évben májusban nyílt lehetőségem arra, hogy kijussak Törökországba egy ifjúsági cserére.

Már az utazás is rendkívül nagy élmény volt, hiszen azelőtt még nem utaztam repülővel. A magyar csapaton és a szervező törökökön kívül még két másik országból érkeztek résztvevők. Mindenki nagyon nyitott volt, beleértve a helyi lakosságot is.

A cseré témája "egy élhető város kialakítása" volt. A közös foglalkozások alkalmával lehetőségünk nyílt személyes tapasztalatok útján megismerni más országok kultúráját, hagyományait. A projekt végére eredményeként közösen készítettük el egy mindenki által élhetőnek vélt város modelljét, melyet aztán be is mutatunk az érdeklődőknek. A közös "munka" mellett sokat utaztunk is a környéken, így rengeteg információt szereztünk a város működésével kapcsolatban.

Szabadidőnkben közös sportolás és kikapcsolódás volt a program, valamint a vacsorák alkalmával megismerkedtünk az összes résztvevő ország nemzeti ételével is.

Azóta jártam még Franciaországban, Észtországban és Spanyolországban ifjúsági cserén, melyekről legalább ugyanennyi szép emlékekkel tértem haza. Az ott szerzett élmények azóta is felejthetetlenek, mindenkinek csak ajánlani tudom az FLP-t!



IV. HIVATALOK VILÁGA



A FEJEZET TARTALMA

Általában a hivatalokról	63
Okmányiroda	64
Ha ellopták, ha találtál	64
Személyi azonosító igazolvány	65
Vezetői engedély	66
Magánútlevél	67
Erkölsí	
bizonyítvány	68
Illetékshíval	69
Földhíval	70
Kormányhíval	70

ÁLTALÁBAN A HIVATALOKRÓL

A világon minden országnak van hivatalrendszere. Ahhoz, hogy egy ország működését koordinálni lehessen, szükség van valamilyen rendszerre, amely alapján elérhetőek az állam működéséhez, mindennapi életünkhöz szükséges információk.

Általánosságban elmondhatjuk, hogy a hivatalokat sajnos igen bürokratikus, bonyolult rendszer jellemzi. Manapság már egyre több hivatal, intézmény törekszik arra, hogy az illetékességébe, hatáskörébe tartozó ügyekben a lehető leggyorsabban ügyintézésrel álljon az állampolgárok rendelkezésére. Ezt a törekvést szolgálja az egyre nagyobb tért hódító, és egyre többféle elektronikus úton is hozzáférhető információ, szolgáltatás.

Mielőtt ügyes-bajos dolgaink intézésébe fogunk, érdemes tehát megkeresni a város internetes oldalát, vagy akár a Magyarország.hu vagy más minisztériumok és országos intézmények oldalait, ahol sok hasznos információt találhatunk. Fontos azonban, hogy ezeket az információkat mindenképpen le kell ellenőriznünk (érdemes a talált információkat telefonon is lekérdetni, de minimum megnézni az utolsó frissítés dátumát, és az információ forrását)!

Hasznos tanács: ha jól felkészülten ostromoljuk a hivatalok kapuit, rengeteg felesleges idegeskedéstől, duplázott, triplázott sorban állástól kíméljük meg magunkat! Ehhez a minden hivatalban működő információs szolgálat is nagy segítséget nyújthat, érdemes még az ügyintézés megkezdése előtt ott is érdeklődni!

AZ OKMÁNYIRODA

Az okmányirodákhoz (egyebek mellett) a személyazonosító igazolvánnyal („igazolvány”), a személyi azonosítóról és lakcímről szóló hatósági igazolvánnyal, a magánútlevelel („útleve”), az egyéni vállalkozói igazolvánnyal, a közúti járművezetésre jogosító vezetői engedéllyel („jogi”), nemzetközi vezetői engedéllyel, illetve a jármű tulajdonjogát (üzembentartását) és a közúti forgalomban való részvételre jogosító („forgalmi”) okmányokkal, valamint a mozgásban korlátozottak parkolási engedélyével kapcsolatos hatósági ügyekben fordulhatunk.

Célszerű telefonon előre egyeztetett időpontban felkeresned az irodát, így időt takaríthatsz meg! Személyes megjelenés esetén ügyfélfogadási időben is lehet időpontot foglalni az Okmányiroda információs pultjainál.

Az alábbi telefonszámokon időpont is foglalható, valamint általános tájékoztatás is kérhető az ügyintézéséhez szükséges feltételekről, mellékletekről:

- vezetői engedély, gépjármű ügyintézés: 76/513-515; 76/513-514
- személyi okmányok, ügyfélfelkapu, vállalkozói igazolvány: 76/513-541, 513-565

Elektronikus úton az alábbi oldalakon foglalható időpont:

- www.nyilvantarto.hu
- <http://b2data.hu/b2time/kecskemet>

Ha találtál valamilyen okmányt

Le kell adnod valamely hatóságnál, célszerű annál, amelyik az okmány kiadásával is foglalkozik, azaz a személyit az okmányirodában, a diákigazolványt az iskolában. Az okmány leadásáról jegyzőkönyvet vesznek fel. Nem javasolt, hogy közvetlenül a tulajdonosnak juttasd vissza (esetleg postán), mert az okmánnyal közben visszaélhetek, és ilyenkor becsületes megtalálóból gyanúsítottá válhatsz. Inkább jelentsd be az okmány megtalálását a hivatalnak, és majd ők gondoskodnak a tulajdonosnak való visszajuttatásáról.

Ha elveszett (ellopták), megsemmisült, megrongálódott

Ha elvesztetted valamelyik okmányod, akkor az igénylési helyen azt haladéktalanul (általában 3-8 napon belül) be kell jelentened. Az okmány elvesztésének körülményeiről jegyzőkönyvet vesznek fel, és indokolt esetben a rendőrségi okmánykörüzési nyilvántartásba is bekerül. Az okmányt (általában) pótolni kell. Az okmány elvesztése esetén az okmánypótlás illetéke magasabb, többnyire duplája a normál okmánycsere illetékének (ha ellopják, és viszed a rendőrségi jegyzőkönyvet, akkor nem).

OKMÁNYIRODA - Belváros

6000 Kecskemét

Rákóczi u. 5.

Tel.: 76/513-543, 76/513-541,

76/513-514, 76/513-515

Email: okmany@kecskemet.hu

Ügyfélfogadási idő:

H-Sze: 8.15–12.00, 13.00–16.30

Cs: 8.15–12.00, 13.00–18.00

Péntek: csak idézővel

Személyi Okmányelőállító és Nyilvántartó Csoport

Tel.: 76/513-560, 06-76-531-541

(időpont egyeztetésre is)

Közlekedésszabályozási Csoport

Tel.: 76/513-514, 513-515

OKMÁNYIRODA – Tesco

6000 Kecskemét

Talfája 1. (Tesco Áruház)

Tel.: 76/320-970

H-P: 10.00–18.00, Szo: 8.00–

15.00, V: 8.00-12.00





A SZEMÉLYAZONOSÍTÓ IGAZOLVÁNNY

Az okmányiroda dönt a személyazonosító igazolvány kiadásáról, kiadásának megtagadásáról, valamint a személyazonosító igazolvány visszavonásáról, a talált személyazonosító igazolvány visszaadásáról. Ellenőrzi a személyazonosító igazolvány iránti kérelem adatait, intézkedik az okmány kitöltéséről és gondoskodik annak átadásáról. Intézkedik a személyazonosító igazolvánnyal kapcsolatos ügyintézés során tapasztalt vagy a bejelentett adatváltozásnak, adatjavításnak a személyi adat- és lakcímnnyilvántartáson történő átvezetéséről, és végzi a személyi azonosítóról, a lakcímről szóló hatósági igazolvány kitöltésével, nyilvántartásával és kézbesítésével kapcsolatos feladatokat is.

Mi kell a személyazonosító igazolvány cseréjéhez?

Fénykép nem, mert az a helyszínen készül!

Érvényességi idő lejártá esetén

(már 60 nappal előtte beadható az igénylés)

- régi igazolvány
- személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány (lakcímkártya hátoldala)
- 1500 Ft, ha még nem járt le az érvényesség, 3000 Ft, ha már lejárt az érvényességi ideje. (és nincs érvényes útlevél, vagy kártya méretű jogosítványod). Ezt az okmányirodán kapott csekken kell befizetni.

Megrongálódás esetén

- régi igazolvány
- személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány
- 1500 Ft-os illeték (ha van érvényes útlevél vagy más okirat).

Névváltozás esetén

- régi igazolvány
- lakcím igazolvány
- személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány
- névváltozást igazoló okirat (pl anyakönyvi kivonat házasság esetén)
- 1500 Ft + 500 Ft

Elvesztés esetén

- érvényes útlevéllel igazolható személyazonosságod
- 1500 Ft, ha van kártyás igazolványod, (jogosítvány) vagy érvényes útlevéled, ha nincs akkor 3000 Ft. Ezt is csekken kell befizetned, amelyet az okmányirodában kérhetsz.

Ellopás esetén

- lopásról szóló rendőrségi jegyzőkönyv másolata
- ha van, akkor érvényes útlevéllel igazolható személyazonosságod
- ha van, akkor személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány

- 1500 Ft, ha van kártyás igazolványod, vagy útleveld, 3000 Ft, ha nincs. Ezt is csekken kell befizetned, melyet az okmányirodában kérhetsz

Meddig érvényes a személyi igazolványod?

- 6 év, ha a 20. életévedet még nem töltötted be,
- 10 év, ha a 20. életévedet már betöltötted,
- határidő nélküli, ha elmúltál már 70 éves.

JOGOSÍTVÁNY, AVAGY VEZETŐI ENGEDÉLY

Illetékköteles:

- vezetői engedély első alkalommal történő kiváltása (4000 Ft),
- vezetői engedély cseréje adatváltozás, vagy személyazonosításra alkalmasság érvényességének lejártja miatt,
- vezetői engedély cseréje egészségi alkalmasság lejártja miatt (4000 Ft),
- vezetői engedély pótlása eltűnés, megsemmisülés, vagy megrongálódás miatt (4000 Ft értékben),
- a nemzetközi vezetői engedély kiállítása (2300 Ft),
- külföldi hatóság által kiállított vezetői engedély honosítása.

Illetékmentes a hatóság téves bejegyzésén alapuló, vagy gyártási hiba miatt szükségessé váló új okmány kiadása.

Mi a teendő adatváltozás esetén?

Az adatváltozást az okmányirodában, a változást igazoló okmányokat mellékelve személyesen kell benyújtani. Esetei:

- vezetői engedély újabb vezetési jogosultsági kategória megszerzésének bejegyzése
- vezetői engedély egészségi alkalmasság lejártja miatti csere
- személyi adatok változása miatti csere
- személyi azonosító igazolványként az érvényesség lejártja miatti csere (csak nemzeti kategóriákat tartalmazó vezetői engedély esetén)

A jogosítvány érvényességi ideje

A vezetői engedély: az előzetes vagy időszakos, illetve soron kívüli orvosi vizsgálaton meghatározott időpontig érvényes és jogosít vezetésre, mely kategóriánként eltérő lehet.

A kezdő vezetői engedély: a vezetési jogosultság első alkalommal történő megszerzését követően a vezetői engedély a kiadásától számított két évig kezdő vezetői engedélynek minősül. Abban az esetben, ha közlekedési bűncselekményt vagy közlekedési szabálysértést követsz el, és a bíróság vagy a szabálysértési hatóság a vezetői engedélyed visszavonását rendelte el, a kezdő vezetői minősítést határozattal meghosszabbíthatják.





ÚTLEVÉL

A magyar magánútlevél a világ összes országára érvényes, de egyes országokba való beutazáshoz vízum szükséges!

Hazánk Európai Unióhoz történő csatlakozása napjától (2004. május 1.) a magyar állampolgárok is élvezhetik a személyek szabad mozgása alapszabadságának fontos részjogosítványát, így utazhatnak személyazonosító igazolvánnyal az EU tagállamaiba.

Az Európai Gazdasági Térség tagállamai (EU tagállamok + Norvégia, Liechtenstein, Izland) területére a beutazás, ill. ezen államok területén történő utazás érvényes magyar személyazonosító igazolvány birtokában is lehetséges.

Mire van szükség az útlevél kiváltásához?

Fényképre nem, mert az a helyszínen készül!

- személyi igazolvány, személyi azonosítóról és laccímről szóló hatósági igazolvány
- 18 év alatti, vagy gondnokság alatt álló személy esetében a szülőknek (a törvényes képviselőnek) a közjegyző, a gyámhatóság, vagy az útlevél hatóság előtt tett hozzájáruló nyilatkozata
- az útlevéligénylés díjának befizetését igazoló csekk.
- 5 évre érvényes igény esetén 7500 Ft, 10 éves igény esetén 14.000 Ft
- a birtokodban lévő előző úti okmány, ezt bekérjük, ha még nem járt le (ha az előző úti okmányodat nem tudod bemutatni, nyilatkoznod kell annak ellopásáról, elvesztéséről, illetőleg megsemmisüléséről, vagy arról, hogy érvényes úti okmánnyal nem rendelkezel)

Az ügyintéző ellenőrzi a kérelmező (törvényes képviselő) jogosultságát, személyazonosságát, továbbá a bemutatott okiratok valódiságát.

Meddig érvényes az útlevél?

- gyermekek részére 4 éves korig maximum 2 év, 18 éves korig maximum 5 évre adható és szükséges a szülők aláírása
- 18 éves kor felett 5 vagy 10 év

Az ügyintézési idő: legfeljebb 30 nap

A soron kívüli eljárás: 5 nap + postázás

A kérelmezés ugyanúgy történik, de kétszeres illetéket kell fizetned!

A hivatali eljárások során megállapított illetékeket az Okmányirodában beszerezhető csekkben kell befizetni, nem illetékbélyegen!

ERKÖLCSI BIZONYÍTVÁNY

A hatósági erkölcsi bizonyítvány bemutatásával, mellékelésével tulajdonosa büntetlen előéletét igazolhatja. Erre az igazolásra szükség lehet például: állampolgársági kérelem, foglalkozás/tevékenység gyakorlásának engedélyezése, jogviszony létesítése esetén. A hatósági erkölcsi bizonyítvány – ha a törvény másképp nem rendelkezik – a kiállításának dátumától számított 3 hónapig érvényes. A hatósági erkölcsi bizonyítvány kiállítására a Belügyminisztérium Központi Adatfeldolgozó, Nyilvántartó és Választási Hivatal jogosult. Ügymintézés a postahivatalokban történik.

Az igénylés feltételei:

Hatósági erkölcsi bizonyítványt – állampolgárságtól függetlenül – az érintett természetes személy kérhet. A kérelem a postahivatalokban megvásárolható hatósági erkölcsi bizonyítvány iránti kérőlapon (zöld csíkos borítékban kapható) terjeszthető elő. A kérőlapot a kérelmező érvényes személyazonosító igazolványában, útlevelében vagy kártya formátumú vezetői engedélyében bejegyzett adataival megegyezően kell kitölteni és aláírni. A kitöltött hatósági erkölcsi bizonyítvány iránti kérőlapot a készpénz-átutalási megbízás – díjfizetést igazoló – feladóvevényével együtt postai úton, ajánlott küldeményként kell a Közigazgatási és Elektronikus Közszolgáltatások Központi Hivatala részére megküldeni (1475 Budapest, Pf. 172).

Az igénylés módja

- az erkölcsi bizonyítvány igénylőlap kitöltése (a szükséges személyi adatok kitöltésével és a cím megadásával, ahová a bizonyítvány megküldését kéri.)
- a kérőlap aláírása
- a kitöltött kérőlap és az illeték befizetését igazoló lap levélben történő eljuttatása a Belügyminisztérium kérőlapon feltüntetett címére.

A kiállított hatósági erkölcsi bizonyítványt – ajánlott küldeményként – a kérőlapon feltüntetett címre küldi meg az azt kiállító hatóság.

A kérelem benyújtását követően mennyi idő alatt készül el a bizonyítvány?

A hatósági erkölcsi bizonyítvány a kérelem beérkezésétől számított öt munkanapon belül készül el. A postai kézbesítés időtartamát figyelembe véve a bizonyítvány a postára adástól számított tizenkettő-tizennégy napon belül kerül kézbesítésre.



A hatósági erkölcsi bizonyítvány díja 2011-ben:

Az eljárás igazgatási szolgáltatási díja 3100 Ft + a nyomtatvány 150 Ft + az ajánlott csekk feladási díj 315 Ft.
A bizonyítvány költségmentes kiállítása jövedelemigazolás mellett kérhető!

Kecskemét Főposta

6000 Kecskemét
Kálvin tér 10-12.
Tel.: 76/ 486-586,
hétfő-péntek: 8.00-19.00
szombat: 8.00-12.00
Web: www.posta.hu

NÁV-Bács-Kiskun Megyei Központi Ügyfélszolgálat

6000 Kecskemét, Kurucz krt.16/B

Tel.: 76/512-600

Fax: 76/481-085

Ügyfélfogadási idő:

Hétfő: 8:00-18:00

Kedd: 8:00-12:00

Szerda: 14:00-18:00

Csütörtök: 8:00-12:00

Péntek: 8:00-11:00

Web: www.afeh.hu/regiok/delalfold

Soron kívüli eljárás:

A hatósági erkölcsi bizonyítvány iránti kérelem ügyfélfogadási időben soron kívül is előterjeszthető az Ügyfélszolgálaton 1097 Budapest, Vaskapu utca 30/A.

A soron kívül előterjesztett hatósági erkölcsi bizonyítvány iránti kérelem alapján kiállított hatósági erkölcsi bizonyítvány az Ügyfélszolgálaton vehető át, melynek díja a hatósági erkölcsi bizonyítvány kiállításáért fizetendő 3100 Ft igazgatási szolgáltatási díjon felül további 1300 Ft „sürgősségi díj”-at foglal magában.

A bizonyítvány érvényességi ideje a kiállításától számított kilencven nap.

A hatósági erkölcsi bizonyítvánnyal kapcsolatos jogszabályok: A bűnügyi nyilvántartásról és a hatósági erkölcsi bizonyítványról szóló 1999. évi LXXXV. Törvény; A hatósági erkölcsi bizonyítványról szóló 6/2000. (II.11) BM rendelet.

AZ ILLETÉKHIVATAL

Az illeték olyan kötelezettség, amit eseti és járulékos jelleggel, valamilyen állami szolgáltatás igénybevételeért kell fizetni. Az illeték mértéke az adott eljárással felmerülő költségekhez igazodik (szolgáltatás – ellenszolgáltatás elve).

Az illetékely lényege, hogy amikor valamilyen (jogi vagy természetes) személy jogának érvényesítése csak hatósági segítséggel történhet – valamilyen helyzet tisztázásához, az ügy kijáráshoz közintézményt kell megkeresni – akkor ennek közreműködéséért, munkájáért pénz-ellenszolgáltatás (illeték) jár.

Az illetékek lehetnek vagyónátruházási illetékek (visszatérhes, öröklési, ajándékozási), okirati illetékek, amelyeket különböző jogügyletekkel kapcsolatos okiratok után kell leróni, eljárási illetékek, ezeket valamilyen államigazgatási, bírósági eljárás során kell fizetni.

2006. december 31-ével az illetékhivatalok megszűntek, s ezzel egyidejűleg az illetékhivatalok feladatainak ellátását az APEH regionális igazgatóságai vették át és végzik.

Illetékekkel kapcsolatos általános tájékoztatást, jogszabály értelmezést a 40/42-42-42 kék számon, vagy az APEH internetes honlapjáról e-mailben lehet kérni.

Mobilhálózatokból a kék szám: 20/33-95-888, 30/33-95-888 és 70/33-95-888.



A FÖLDHIVATAL

A földhivatal feladata az ingatlan-nyilvántartás vezetése, az ingatlanokkal kapcsolatos ügyek intézése (az ingatlan fekvése szerint illetékesség alapján). Az ingatlan-nyilvántartást a földhivatalok településenként, azon belül fekvésenként (belterület, külterület, korábban zártkert) is vezetik.

Az ingatlan-nyilvántartási osztályon a tulajdoni lapot érintő valamennyi ügyek intézése folyik. Az ingatlan-nyilvántartás vezetése – azaz valamilyen változtatás végrehajtása az adatokban – az ügyfél kérelme alapján történik.

A földmérési osztályon az ingatlan-nyilvántartási térképet érintő változások előzetes és végleges vezetését végzik. Megrendelésre meghatározott szolgáltató (földmérési) tevékenységet végeznek (pl. épület feltűntetés, telekalakítások, stb.).

A földvédelmi, földminősítési és földhasználati osztályon a termőföld minősítése, védelme, a termőföld rendeltetés-szerű használata, más célú hasznosítás engedélyezése és az engedély nélküli hasznosítás felderítése és szankcionálása a legfőbb tevékenység.

Ügyfélszolgálat keretében zajlik a beadványok átvétele és az ügyfelek részére történő adatszolgáltatás.

A BÁCS-KISKUN MEGYEI KORMÁNYHIVATAL

2011-től új megyei szintű közigazgatási egységek jöttek létre: a kormányhivatalok. Ezen túl a Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal szervezetébe tartoznak az alábbiak: a munkaügyi és a munkavédelmi felügyelet, az ÁNTSZ, a megyei földhivatal, mezőgazdasági szakszolgálati hivatal négy egysége – élelmiszerbiztonság, állategészségügy, mezőgazdaság és erdészet, - az egészségbiztosítási pénztár egy része, a nyugdíjbiztosító intézet és másodfokon az építésügy.

A hivatalok átszervezésének célja a könnyebb, hatékonyabb és átláthatóbb ügyintézés. A kormányhivatal ügyfélszolgálat a kormányablak, ahol tájékoztatnak, hogy milyen ügyben hová kell fordulni, és milyen okmányokra lesz szükség az ügyintézéshez.

I. Saját hatáskörben intézhető ügyek

- Ügyfélkapu létesítése, elektronikus kapcsolattartással kapcsolatos felvilágosítás, tájékoztatás
- Biztosítási jogviszony lekérdézés
- Elektronikus tulajdoni-lap másolat lekérdezése

Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal Földhivatala

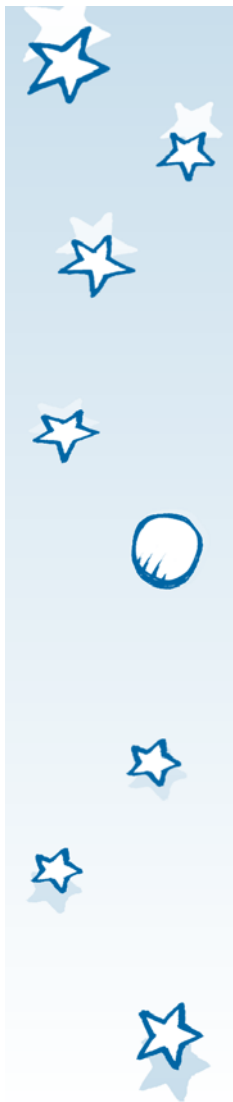
6000 Kecskemét,
Nagykőrösi u. 32.
Levél cím: 6001 Pf. 100.
Tel.: 76/481-045
Fax: 76/481-450
kecskemet.m@takarnet.hu,
<http://bacs.foldhivatal.hu>
Ügyfélfogadás: Hétfő-Szerda:
8.00-11.30, 13.00-15.00,
Kedd: 8.00-11.30, 13.00-17.00,
Csütörtök: 8.00-11.30,
Péntek: nincs ügyfélfogadás

Kecskeméti Közeti Földhivatal

6000 Kecskemét, Fecske u. 25.
Tel.: (76) 481-071, 76/502-320
Fax: (76) 483-261
Email: kecskemet@takarnet.hu
Ügyfélfogadás:
Hétfő 8.00–11.30, 13.00–15.00
Kedd: 8.00–11.30, 13.00–17.00
Szerda: 8.00–11.30, 13.00–15.00
Csütörtök: 8.00–11.30,
Péntek: nincs ügyfélfogadás

A Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal

6000 Kecskemét, Izsáki út 8.,
(Egészségbiztosítási Pénztár épülete)
Tel.: 1818 kékszám
(Kormányzati ügyfelvonal)
E-mail: 1818@ugyfelvonal.hu
Web: <http://www.ugyfelvonal.hu/>
Ügyfélfogadás:
hétfőtől péntekig 08.00–20.00



- Elektronikus térképmásolat
- Utazási költségtérítés egészségbiztosítási ellátás igénybevétele kapcsán
- Egyéni vállalkozói tevékenység bejelentése
- Egyéni vállalkozói tevékenységgel kapcsolatos adatváltozás és szünetelés bejelentése
- Egyéni vállalkozói tevékenység megszüntetése
- Kereskedelmi tevékenység bejelentése, engedélyezése
- Társasházkezelői és ingatlan-kezelői tevékenység bejelentése
- Telepengedélyezési eljárás
- Szálláshely-üzemeltetési engedély kérelmezése
- Üzletszerűen folytatni kívánt ingatlanközvetítői, ingatlan-vagyon értékelő és közvetítő tevékenység bejelentése

II. Közreműködő hatóságként intézhető ügyek

- Gyermekgondozási segély igénylése
- Anyasági támogatás igénylése
- Családi pótlék igénylése
- Gyermekevelési támogatás igénylése
- Egyéni vállalkozói igazolvány igénylése
- Hatósági bizonyítvány igénylése az egyéni vállalkozók nyilvántartásából
- Önkormányzati hatáskörbe tartozó szabálysértések esetén a pénzbírság, illetve járművezetéstől való eltiltás méltányosságából történő mellőzése, az elkövetett dolog visszaadása
- Gyorsforgalmi út ügyében kártalanítási eljárás

III. Irányító tájékoztatás nyújtása

(illetékes hatóságról történő tájékoztatás, nyomtatványok, adatlapok biztosítása, csatolandó dokumentumokról való tájékoztatás történik meg ezekben az ügyekben)

- Terhességi-gyermekágyi segély igénylése
- Gyermekgondozási díj igénylése
- Magyar igazolvány, magyar hozzátartozói igazolvány diák-kedvezmények bejegyzése, visszavonása
- Magyar igazolvány, magyar hozzátartozói pedagógus és oktatói kedvezmények bejegyzése, visszavonása
- Magyar igazolvány, magyar hozzátartozói igazolvány kiadásában való közreműködés
- A bemutatott külföldi okirat elfogadhatóságának elbírálása, amennyiben nem magyar állampolgár Magyarországon kíván házasságot kötni
- Magyar állampolgár külföldi házasságkötéséhez tanúsítvány kiadása
- Külföldi állampolgár Magyarországon történő házasságkötéséhez szükséges tanúsítvány bemutatása alóli felmentés

V. AZ EGÉSZSÉGÜGY VILÁGA



Az egészség mindannyiunk életének központi kérdése. Lehetséges, hogy fiatalon kevesebb figyelmet fordítasz rá, mert természetesnek tartod, mégis, amint ágyynak esel, már is a hiánya tölti ki gondolataidat. Elfog a bizonytalanság és nem is csak azért, hogy vajon mi lehet a bajod, de azért is, mert kiszolgáltatottá váltál, másra kell bíznod magad. Ez utóbbin segíthet, ha tisztába kerülsz azzal, mik a jogaid, milyen lehetőségeid vannak, illetve mit várhatsz el a veled foglalkozó orvosoktól, szakemberektől.

Hasznos tudni, hogy a szakminisztérium létrehozta Dr. Info szolgáltatását a lakosság egészségügyi tájékozottságának elősegítése érdekében. A telefonon és interneten keresztül elérhető Dr. Info szolgáltatás keretén belül speciálisan képzett egészségügyi szakszemélyzet válaszol a kérdéseidre. Országos információt nyújtanak az egészségügyi intézmények szakosodásával, felvételi, ügyeleti és beutalási rendjével kapcsolatban, valamint tájékoztatnak az adatbázisukban szereplő gyógyszerek megrendelési lehetőségeiről, áraitól, mellékhatásairól és ellenjavasatairól. Csak egy hívás, és megtudhatod, hogy melyik egészségügyi intézményhez fordulj problémáddal. A Dr. Info szolgáltatás, hétköznapiakon napi 16 órában (6-22) hétvégén 8 órában (10-18) rendelkezésedre áll a 40/374-636-os, helyi tarifával hívható telefonszámon és a www.drinfo.eum.hu internet címen.

A FEJEZET TARTALMA

Betegbiztosítás73

Társadalombiztosítás . . .73

A betegek Jogai74

Orvosválasztás74

Jogok75

A megelőzés

intézményei76

Tüdőszűrés76

Nőgyógyászati

vizsgálat76

Nőgyógyászati

rákszűrés77

AIDS szűrés77

Megváltozott

munkaképességűek . 79

Európai egészségbiztosítási

kártya80

Jogorvoslat81

**Bács-Kiskun Megyei
Egészségbiztosítási Pénztár**

6000 Kecskemét, Izsáki út 8.

Tel.: 76/513-000

Nyitva:

H és Sze: 8-15-ig

K, Cs és P: 8-12-ig

A külföldieknek az Európai
Biztosítási Kártya életmentő
sürgősségi ellátásra jogosít.



BETEGBIZTOSÍTÁS

Betegség: Az orvostudomány álláspontja szerint a rendelenes testi, szellemi vagy pszichoszociális állapotot nevezük betegséggnek.

Egészség: WHO definíció /1946/: Az egészség nem csupán a betegség hiánya, hanem a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota. WHO definíció /1984/: Az egészség annak a foka, amennyire az egyének és közösségek képesek önmaguk kiteljesítésére és szükségleteik kielégítésére, valamint megbirkózni a környezet kihívásaival.

Társadalombiztosítás: Az egészségbiztosítás ellátásai csak a Társadalombiztosítási Azonosító Jelet („TAJ szám”) igazoló okmány felmutatásával vehetők igénybe. A TAJ szám az egészségügyi, a szociális és a társadalombiztosítási (egészség- és nyugdíjbiztosítási), valamint a magánnyugdíj-rendszerrel kapcsolatos nyilvántartásokban használt személyi azonosító. Egy olyan kilencjegyű kód, amely a tulajdonosát egyértelműen azonosítja úgy, hogy közben a személyes adatok rejtve maradnak. Ezt az azonosító kódot a magyar állampolgár születésekor kapja, és – normál esetben – végigkíséri egész élete során. A TAJ számot egy Hatósági Igazolvány, ismertebb nevén TAJ kártya igazolja, amelyen az azonosító kódon kívül a személy neve, és születési adatai is szerepelnek.

A TAJ kártyát a TAJ bevezetésekor az Országos Egészségbiztosítási Pénztár hivatalból (az érintettek kezdeményezése nélkül) készítette el és küldte meg mindenkinek, aki nyilvántartásában szerepelt. Aki valamilyen okból kifolyólag nem rendelkezik TAJ számmal, TAJ kártyával, de jogosult egészségügyi szolgáltatásra, az a lakóhelye, ennek hiányában a tartózkodási helye szerint illetékes egészségbiztosítási pénztárnál igényelheti. Ehhez szükséges: egy formanyomtatvány kitöltése, személyi igazolvány, illetve a lakcímbeljelentő kártya. A TAJ kártyát az egészségbiztosítási pénztár első alkalommal díjmentesen állítja ki. Ha elveszett, pótlásához személyi igazolvány és 2200 Ft szükséges.

Kinek jár? Mikor? Miért?

A társadalombiztosítás minden magyar állampolgárnak jár, akinek van bejelentett munkahelye, bejelentett jövedelme, amiből minden hónapban vonják a TB-díjat. Magyarországon minden állampolgárnak alanyi jogon jár az egészségügyi ellátás sürgős szükség esetén (életmentés, súlyos és maradandó egészségkárosodás megelőzése, fájdalomcsillapítás, a szenvedés csökkentése). Ezen felül egészségügyi ellátás csak tb fizetés mellett vehető igénybe.

Ha valaki kiskorú (és még tanul) és a szülei dolgoznak, akkor rajtuk keresztül van érvényes társadalombiztosítása. Ha valaki vállalkozó, akkor önállóan fizeti a társadalombiztosítás díját.

Ha nincs bejelentett jövedelmed, akkor lehetőség van arra, hogy egyénileg fizess magad után a biztosítási díjat a TB felé.

Amennyiben munkanélküli vagy és nem vagy jogosult munkanélküli járadékra (pl. pályakezdő munkanélküli esetében), akkor a közeli hozzátartozód révén, akivel egy háztartásban élsz jogosulttá válsz, (amennyiben megfizeti utánad 5100 Ft) egészségügyi ellátásra. Abban az esetben, ha már jogosult vagy valamilyen járadékra, akkor a Munkaügyi Központ fizeti a TB-t utánad.

A betegbiztosítás hazánkban: a társadalombiztosító hozzájárulása, (amit az adóból fizetnek), és az önkéntes betegbiztosítás. Az utóbbi keretében háromféle megoldással találkozunk:

- kórházi ápolás tartamára szóló időszakonként történő kiegészítő térítés,
- táppénzes betegállomány vagy kereső foglalkozás kiesése időtartamára napi térítés,
- betegséggel kapcsolatban felmerülő költségek térítése.

A betegbiztosítások használatának gyakori esete a külföldi utazással összefüggő betegség-, baleset- és poggyászbiztosításba foglalt betegbiztosítás.

A BETEGEK JOGAI

Szabad orvosválasztás: Ma Magyarországon minden magyar állampolgárnak jogában áll önmagának megválasztani kezelőorvosát. Automatikusan tartozol egy körzethez, de választhatsz másik orvost is. Ebben az esetben a választott háziorvosod hivatalból kéri át a szükséges papírjaidat a korábbi orvosodtól.

Az egészségbiztosítás számos olyan megkötést tartalmaz, amely alapján a beteg szabadon választhat ugyan, de ha nem a legegyszerűbb, legközelebbi egészségügyi ellátást választja, akkor a társadalombiztosítás nem minden költséget térít meg. Egyes esetekben a betegnek kell térítési díjat fizetnie. Az Irányított Betegellátási Rendszer értelmében viszont csak a kijelölt, meghatározott orvos, szakellátó intézmény kezelése támogatott a TB által. Ha olyan orvoshoz, vagy kórházba akarsz menni, ahová nem tartozol, plusz díjat kell fizetned. Másképp kell értelmezni a szabad orvosválasztás elvét akkor is, ha a magánorvosi ellátásról beszélünk, hiszen itt valóban kizárólag a beteg választásán és az orvos fogadó készségén múlik az ellátás.





A rendszer szintjei:

- 1.) a kiemelt kórházak (Bács Kiskun Megyei Önkormányzat Kórháza) legmodernebb technikával felszerelve, nagy tapasztalátú orvosokkal a súlyos, vagy speciális betegségben szenvedők ellátását biztosítják, egyúttal sürgősségi központok is,
- 2.) a területi kórházak (Repülőkórház), amik az esetek nagy részét jelentő, „általános” ellátásra szakosodnak,
- 3.) járóbeteg-központok, ahol a beteg a lakóhelye közelében veheti igénybe a szakrendelések többségét,
- 4.) és a háziorvosok. Előfordulhat az is, hogy bizonyos problémával más város kórházába, vidékre kell utaznod.

A betegek jogait az egészségügyi törvény szabályozza:

- alapvető személyiségi jogok
- egyedül a beteg döntheti el, hogy engedélyezi-e az orvosi beavatkozást
- megfelelő szintű egészségi ellátáshoz való jog
- fizetőképességtől függetlenül való betegellátás
- sürgős esetekben a betegnek joga van ahhoz, hogy ellátást kapjon, fizetőképességtől függetlenül (Ilyen pl. a szív- vagy légzésmegállás, sokk, erős vérzés, akut pszichotikus reakció, stb.)
- a betegnek joga van egészségügyi intézmény, illetve kezelőorvosának szabad megválasztására
- a betegeknek joguk van arra, hogy a lehetőségekhez mérten magas színvonalú egészségügyi ellátást kapjanak.
- az egészségügyi ellátás során nem szabad a betegek között bőrszínük, nemzetiségük, vallásuk, nemük, szexuális irányultságuk, koruk, családi állapotuk, testi vagy szellemi fogyatékoságuk, betegségük, vagy fizetőképességük alapján hátrányos megkülönböztetést tenni
- a betegnek joga van emberi méltóságának tiszteletben tartásához
- a betegnek joga van a betegségéről pontos felvilágosítást kérni és kapni, továbbá jogában áll eldönteni, hogy engedélyezi-e a szükséges beavatkozást
- semmiféle beavatkozást nem szabad elvégezni a beteg beleegyezése nélkül a betegnek jogában áll a kezelést vizsztatásítani
- kiskorú gyermek esetén, annak törvényes képviselőjét tájékoztatják, ő dönt és jogában áll a nap 24 órájában a kiskorú beteg mellett a kórházban tartózkodni
- a betegnek jogában áll a vele és betegségével kapcsolatos összes feljegyzést, leletet megtekinteni
- a betegnek joga van az orvosi titoktartáshoz, miszerint az orvos az ő betegségéről senkinek, semmiféle információt nem szolgáltathat ki

Tájékoztatáshoz való jog.

A beteg jogosult minden rá vonatkozó tény és adat megismerésére, vonatkozzon ez:

- egészségi állapotára,
- a javasolt vizsgálatokra, beavatkozásokra,
- azok elvégzésének vagy elmaradásának lehetséges előnyeiére és hátrányaira,
- a vizsgálatok, beavatkozások tervezett időpontjaira,
- döntési jogára,
- a lehetséges egyéb eljárásokra, módszerekre,
- az ellátás teljes folyamatára,
- a további ellátásokra,
- a javasolt életmódra.

A tájékoztatási kötelezettség személyre szabott, tehát az információnak érthetőnek kell lennie. A rossz vagy hiányos tájékoztatás nemcsak a beteg elégedetlenségének forrása lehet, de komoly jogi következménnyel is járhat.

Mikor tekinthet el az orvos a titoktartástól?

- ha feltételezhető a beteg beleegyezése
- ha a betegnek ez saját érdeke
- a beteg beleegyezésével

A betegjogi képviselők feladata, hogy ezeknek a jogoknak a betartásáról gondoskodjanak, segítsenek a jogsérelmeket orvosolni. A reformok kapcsán jelenleg vita tárgyát képezi pl. a szabad orvosválasztás érvényesülésének esélye.

A MEGELŐZÉS INTÉZMÉNYEI**Tüdőszűrés**

A tüdőszűrés nem nagy fáradtsággal jár, de annál komolyabb jelentőségű vizsgálat. Az emberek nagy része nem jár el az évenként kötelező tüdőszűrő vizsgálatra, pedig ez nagyon fontos, mert egy ilyen vizsgálat során egy esetleges komolyabb betegségre is fény derülhet (különböző tüdőbetegségek, TBC).

Nőgyógyászati vizsgálat

Sokan aggódva gondolnak életük első vagy akár soron következő nőgyógyászati vizsgálatára. Sokat kell várakozni, az orvos nem lesz elég kedves, nem mered majd elmondani panaszaidat, fájdalmas lesz a vizsgálat. Ezek a félelmek legtöbbször alaptalanok! A vizsgálat lehet, hogy kissé kellemetlen, de az orvos mindent megtesz majd, hogy ezt feledtesse, s igyekszik kérdéseidre legjobb tudása szerint válaszolni. Ugyanakkor az időben elvégzett nőgyógyászati vizsgál-



Tüdőszűrés

6000 Kecskemét,

Piaristák tere 7.

Tel.: 76/504-375

H-K: 8.00-12.00 és 14.00-

16.00 óráig

Sz-Cs: 8.00-13.00 óráig

P: 8.00-12.00 óráig

Díja: 860 Ft 40 éves kor

alatti, bejelentett állandó

kecskeméti lakosoknak, 40 év

felett évente egyszer ingyenes

önkéntes szűrés.



lat sok további kellemetlenséget előzhet meg! A megfelelően korán elkezdett kezelés eredményezhet sikeres gyógyulást, s a vizsgálat olyan elváltozást is felfedhet, ami csak a későbbiekben okozna problémát. Mindenképpen szükséges a nőgyógyászati vizsgálat, ha már volt szexuális kapcsolatot, vagy bármilyen nemi szervet érintő panaszod fordult elő. Az ellenőrző vizsgálatot panaszmentes esetben évente javasoljuk megismételni. A nőgyógyásznál történő megjelenés nem jelent minden esetben automatikusan nőgyógyászati vizsgálatot is. A menstruációs vérzés bizonyos rendellenességei esetén elegendő lehet részletes megbeszélés, a vizsgálat bizonyos esetekben kiváltható a teljesen fájdalommentes ultrahang eljárással. Az országszerte megtalálható Tinédzser Ambulanciákon speciálisan felkészült orvosok dolgoznak, akiknek nagy gyakorlatuk van a serdülőkorúak problémáinak kezelésében. A rendeléseken beutaló nélkül lehet jelentkezni, s a vizsgálat ingyenes.

Nőgyógyászati rákszűrés

Amennyiben szexuális életet élsz, akkor célszerű kétvéten te megismételni ezt a vizsgálatot. A nőknél – általában 18 év felett – szakrendelőben társadalombiztosítás számlájára elvégzik a vizsgálatot, vagy saját nőgyógyászdod is elvégzi ezt a vizsgálatot (térítés ellenében). Minden eredményt a központi laborba küldenek, ahonnan 1 hónapon belül eredményt kaphatsz. Ha negatív a minta, akkor nem kapsz külön értesítést, ha az eredmény pozitív, a labor levélben kiértésít. A nőgyógyászati rákszűrésnek, mint komplex vizsgálatnak az a lényege, hogy panaszmentes hölgyeknél keressen olyan elváltozásokat, melyek a rákmegelőző állapotra utalva kockázatot jelenthetnek. Alapfeltétele a szűrésnek, hogy a menstruációs ciklus középidéje körül, azaz a menstruáció utáni 10. – 23. nap valamelyikén kell sort keríteni rá. Ez utóbbi azért fontos, mert a menstruációt megelőző, illetve követő 3-4 napon előfordulhatnak a mintában olyan, a méh üregéből származó sejtek, amelyek megzavarják a vizsgálat eredményét.

AIDS szűrés

Amit az AIDS szűrésről tudnod kell:

- Minden szűréssel kapcsolatos teendő anonim.
- A vizsgálat során jellege és vonalkód segítségével azonosítják a vizsgált személyeket, így teljesen névtelenül folyik a vizsgálat.
- Az AIDS szűrés egy vérvételből áll, és ebből a vérből szűrővizsgálat során megállapítják, hogy van-e HIV fertőzőöttség.

- A vérvételt kizárólag egyszer használatos tűvel végzik.
- A vizsgálatot vénából vett vérből, szaklaboratóriumban, a legmodernebb technológiával végzik.
- A levett vért egyszer használatos vákuumcsőben tárolják.
- Az eredményeket elektronikus úton, kóddal védett adat-hordozón tárolják.

Ha a vizsgálati eredmény negatív

Az adatok nem kerülnek nyilvánosságra, az orvos maximum néhány tanácsot ad a negatív eredmény további megőrzéséhez.

Ha a vizsgálat eredménye pozitív

Ilyenkor további vizsgálatokra van szükség a HIV fertőzöttség tényleges megállapítására. Ennek oka, hogy a szűrőtesztrel az esetek egy részében ál-pozitív választ kaphatunk. Ál-pozitív eredmények születhetnek a HIV-vel azonos családba tartozó vírusfertőzés egyidejű jelenléte vagy más, a vizsgálattal egyidejűleg zajló betegség eseteiben.

Néhány esetben szükségessé válik a betegek nevesítése a kezelése során:

- Ha az együttműködő labor értékei szerint bizonyítottan pozitív eredményt kapunk a szűrővizsgálat után.
- Pozitivitás esetén a nevesítés csakis és kizárólag a további betegellátás, a beteg érdekében történhet.
- A nevesített vizsgálat adatait (név és TAJ szám) kizárólag a vizsgáló orvos ismerheti meg, akit ebben az esetben is köt a titoktartási kötelezettség.
- Az adatokat kódolt adatbiztos számítógép tárolja, amelyhez kizárólag a kezelő orvos férhet hozzá.

Néhány fontos további tudnivaló:

- A vizsgálati eredmény biztosságát az orvos aláírása támasztja alá!
- A vizsgálati eredmény csak személyes használatra készül!
- A szűrővizsgálat eredménye nem minősül hivatalos igazolásnak!
- Amennyiben hivatalos – munkahelyi, alkalmassági, bevándorlási, spermabankhoz, lombikbéli programhoz szükséges – vizsgálat alkalmából igénylik a szűrést, azt csak az arra hivatott labor végezheti el nevesített formában!



NŐGYÓGYÁSZATI SZŰRÉS

Gyermeknőgyógyászat

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
Tel.: 76/516-900/8240
K: 11:00–15:00

Tinédzser Ambulancia

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
Tel.: 76/516-900/8240:
K: 13:00 - 15:00 Cs: 7:00 - 9:00

Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
2 em. (Kórház)
Tel.: 519-836
H-Cs: 8.00-12.00 óráig és
13.00-15.00 óráig,
P: 8.00-13.00 óráig

Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők

6000 Kecskemét,
Piaristák tere 7. 1. em.
Telefon: 06-76/514-058,
06-76/514-000/3058 előjegyzés
H-P: 9-13.00 óráig
Kockaház Egészségházban:
Péntek du. 14.00-18.00 óráig
Tel.: 0670/4627800 TB által
támogatott rendelés

Anonim AIDS Tanácsadó Szolgálat

Budapest, IX. ker.,
Karolina út 35/B.
Tel.: 1/466-9283
Web: www.anonimaidis.hu

AIDS szűrés az ÁNTSZ Bács-Kiskun Megyei Szolgálatánál

6000 Kecskemét, Balaton u. 19.
Tel.: 76/501-930
H és Cs: 7.30-9.00 óráig
HIV szűrés: 4.500,- + 1.000,-
vérvételi díj



**MEOSZ Bács-Kiskun
Megyei Szervezete**

6000 Kecskemét
Mária krt. 1.
Tel.: 76/322-452

**Fiatal Cukorbeteg Bács-
Kiskun Megyei Egyesülete**

6000 Kecskemét,
Horváth D. u. 8.
Tel.: 76/321-177

**Vakok és Gyengén látók
Országos Szövetsége
/ Bács-Kiskun Megyei
Csoportja**

6000 Kecskemét,
Katona József tér 8.
Tel.: 76/320-708
Fax: 76/320-708

**Siketek és Nagyothallók
Országos Szövetsége-
Kecskemét**

6000 Kecskemét,
Tánicsics M. u. 19.
Tel.: 76/417-865
Mobil: 06/708-7003
Web: www.sinosz.hu
E-mail: baeckiskun@sinosz.hu



MEGVÁLTOZOTT MUNKAKÉPESSÉGŰEK

Tartós betegség, baleset, fokozott fizikai vagy lelki megterhelés következtében előfordulhat, hogy csökken munkaképességünk. Ilyenkor segítő szolgáltatásokat, kedvezményeket és pénzbeli támogatásokat vagy természetbeni juttatásokat is igénybe vehetünk.

A megváltozott munkaképességű dolgozót (aki tartósan alkalmatlanná vált a teljes értékű munkavégzésre, de sem rokkantsági, sem pedig baleseti rokkantsági nyugdíjat nem kap) a Munka Törvénykönyvében (MT) megfogalmazott kötelezettség alapján a munkáltató köteles az állapotának megfelelő munkakörben továbbfoglalkoztatni – elsődlegesen az eredeti munkahelyén, munkakörében, illetve szakmájában.

Ha ez megoldhatatlan, akkor a munkavállaló egészségi állapotának és képzettségének megfelelő munkahelyre köteles áthelyezni, vagy képzésben részesíteni, esetleg részmunkaidőben vagy bedolgozóként foglalkoztatni, s ennek megfelelően – a munkavállaló beleegyezésével – módosítani a munkaszerződését.

A megváltozott munkaképességű dolgozó fokozott munkajogi védelemben részesül. Nem lehet felmondással megszüntetni a munkaviszonyát (e tilalom alól mentesülnek azok a munkáltatók, akik hűsznál kevesebb alkalmazottat foglalkoztatnak).

Milyen ellátás jár a munkavállalónak?

Az a megváltozott munkaképességű munkavállaló, aki dolgozik ugyan, de nem az eredeti munkakörében, kereset kiegészítésre, illetve átmeneti kereset kiegészítésre jogosult. Ezt a területi államháztartási hivatalok állapítják meg és folyósítják (kifizetőhelynek minősülő munkáltatónál a munkahely). Amennyiben nem sikerül a munkavállalónak megfelelő munkahelyet találni, és munkáltatója ezért megszünteti a munkaviszonyát, s a munkavállaló nem jogosult sem öregségi, sem rokkantsági, sem baleseti rokkantsági nyugdíjra, sem pedig munkaképzetlenségi járadékra, rendszeres pénzbeli ellátást állapítanak meg. Ilyen jogcímen átmeneti járadék, rendszeres szociális járadék, valamint bányász dolgozók egészségkárosodási járadéka folyósítható.

Mindhárom ellátást a lakóhely szerint illetékes nyugdíjbiztosítási igazgatóságtól kell kérelmezni, s az igazgatóság folyósítja.

Milyen támogatást vehet igénybe a munkaadó?

Megváltozott munkaképességűek foglalkoztatása esetén az összes támogatás nem haladhatja meg az adott dolgozó bérének 100%-át. Ezen belül, a béreken kívül támogathatók:

- a megváltozott munkaképességű munkavállalók foglalkoztatásához szükséges létesítmények átalakításának költségei;
- a kizárólag a megváltozott munkaképességű munkavállaló vagy munkavállalók segítésére alkalmazott munkavállalók munkaerőköltségei;
- az általuk használt berendezések átalakításának vagy beszerzésének költségei, amelyek azokon a költségeken felül jelentkeznek, amelyek akkor merülnének fel, ha a kedvezményezett nem megváltozott munkaképességű munkavállalókat foglalkoztatna.
- Védett munkahely létesítése esetén a támogatás ezen túlmenően fedezheti – de nem haladhatja meg – az érintett létesítmény építési, üzembe helyezési vagy bővítési költségeit, valamint bármely, a megváltozott munkaképességű munkavállalók foglalkoztatásából eredő adminisztrációs és szállítási költségeit.

A mozgáskorlátozottak érdekeinek védelmére, illetve mindennapjaik segítésére jött létre a Mozgáskorlátozottak Egyesületének Országos Szövetsége (MEOSZ).

TÁJÉKOZTATÓ AZ EURÓPAI EGÉSZSÉGBIZTOSÍTÁSI KÁRTYÁRÓL

Igénybe vehető egészségügyi szolgáltatások

Az Európai Egészségbiztosítási Kártya alapján ugyanazon ellátások vehetők igénybe, mint az E III jelű nyomtatvány esetében, tehát azok az egészségügyi szolgáltatások, amelyek az adott tagállamban való átmeneti tartózkodás során orvosiilag szükségessé válnak.

Az egészségügyi szolgáltatás orvosiilag szükséges jellegét a kezelőorvos bírálja el. A Kártyával közvetlenül az adott tagállam társadalombiztosítási szervével szerződéses kapcsolatban álló egészségügyi szolgáltatóhoz kell fordulni, akinek a Kártya alapján úgy kell ellátnia a magyar biztosítottat, mintha az adott tagállamban lenne biztosított. Az adott tagállamban biztosítottak által is fizetendő önrészekre/kötelező hozzájárulásokra a Kártya nem nyújt fedezetet.

Jogosultság megszűnése

Amennyiben a kártyabirtokos magyarországi egészségbiztosítási jogosultsága a Kártyán feltüntetett érvényességi idő alatt (pl. külföldre költözés miatt) megszűnik, a Kártyát haldéktalanul vissza kell szolgáltatni az azt kiállító egészségbiztosítási szervnek. A jogosultság nélkül egy másik tagállamban igénybe vett egészségügyi szolgáltatások költségeiért a szolgáltatás igénybe vevője viseli a felelősséget. Amennyiben a Kártya kikerül a jogosult birtokából (elveszik,

Bács-Kiskun Megyei Nyugdíjbiztosítási Igazgatóság

6000 Kecskemét,
Deák Ferenc tér 5.
Tel.: 76/519-200
Fax: 76/519-280
6001 Kecskemét, Pf: 21.
H: 8.00-17.00 óráig
K-SZ-CS: 8.00-13.00 óráig
P: 8.00-12.00 óráig



EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÁS AZ EURÓPAI UNIÓBANBAN

Ha átmenetileg turistaként tartózkodunk valamely EU tagállamban, sürgősségi betegellátást kaphatunk ugyanolyan feltételekkel, mint az adott ország állampolgárai. Itthoni egészségbiztosításunk alapján az Országos Egészségbiztosítási Pénztár mindazokat az ellátásokat kifizeti, amelyeket az EU-tagállam állampolgárainak is a biztosítójuk fizet; ezeket tehát külföldön térítésmentesen kapjuk. Azon ellátásokért viszont, amelyekért az EU-tagállam állampolgárai is maguk fizetnek, a magyar állampolgároknak is fizetni kell.

A kiutazás előtt mindössze egy Európai Egészségbiztosítási Kártyát kell igényelni a lakóhely szerint illetékes Megyei

Egészségbiztosítási Pénztárnál. Ezt a kártyát a TAJ kártya, személyi igazolvány lakcímkártya, illetve a biztosítási jogviszony igazoló dokumentum ellenében térítésmentesen igényelheted, és 36 hónapig érvényes az EU tagállamaiban (és korlátozásokkal más európai államokban is). A magyar biztosítottaknak a sürgősségi ellátást egy másik tagállamban ugyanolyan feltételekkel kell nyújtani, mintha az adott államban lenne biztosított. Ez azt jelenti, hogy ha a sürgősségi ellátás az adott tagállam állampolgárainak, illetve az ott biztosított személyeknek térítésmentes, akkor a magyar biztosított is térítésmentesen kaphatja az ellátást, egyéb esetben ugyanolyan mértékű térítést kell fizetnünk, mint az adott tagállamban biztosítottaknak.

Gyógykezelési céllal kiutazásra az Európai Egészségbiztosítási Kártya nem használható fel!

A kártya az alábbi országok társadalombiztosításával szerződött szolgáltatóknál használható fel

Ausztria, Belgium, Bulgária*, Ciprus (görög rész), Csehország, Dánia, Egyesült Királyság, Észtország, Finnország, Franciaország, Görögország, Hollandia, Horvátország*, Írország, Izland, Lengyelország, Lettország, Liechtenstein, Litvánia, Luxemburg, Málta, Németország, Norvégia, Olaszország,

ellopják, megsemmisül) vagy megrongálódik, ezt a tényt haladéktalanul be kell jelenteni.

További felvilágosítás

Az Európai Egészségbiztosítási Kártya igénylésével, kiadásával és alkalmazásával kapcsolatos további tájékoztatás a www.oep.hu honlapon az „Ellátások az EU-ban” menüpontban található. További kérdései esetén az ügyintéző a 06-40-200-347 (külföldről: +36-1-412-0431) telefonszámon áll rendelkezésére.

JOGORVOSLAT

KÓRHÁZI ETIKAI BIZOTTSÁG

Feladata nem elsősorban fegyelmi ügyek tárgyalása, hanem hogy segítséget nyújtson azon etikai problémákban, melyek a kezelés során felmerülnek.

Általános kórházi etikai bizottság

Feladata a kórházi gyakorlat során gyakrabban felmerülő etikai problémákban nyújtott „konzílium”. Ezek közül az egyik leggyakoribb annak eldöntése, hogy a terminális állapotban lévő (haldokló), gyógyíthatatlan betegek további életfennartó kezelése, illetve ennek megszüntetése az egyes konkrét esetekben etikailag elfogadható-e.

Választott bíróság illetve betegjogi bíróság

Feladata: A betegek panaszainak nem bírói úton való kivizsgálása és tárgyalása. A választott bíróság intézménye a kisebb jelentőségű ügyek tárgyalására hivatott, nagyobb horderejű ügyek tárgyalása a bíróságra tartozik. Választott bíróság esetén a vitázó felek bíróság által kijelölt, vagy a törvény által előírt döntőbírói jelölnek ki.

BETEGJOGI KÉPVISELŐK

A betegjogi képviselő az egészségügyi törvényben foglaltaknak megfelelően ellátja a betegek törvényben meghatározott jogainak védelmét, valamint segíti őket jogaik megismerésében és érvényesítésében.

A betegjogi képviselő tevékenysége

A betegjogi képviselő tevékenysége különösen az alábbiakat foglalja magában:

- segíti a beteget az egészségügyi dokumentációhoz való hozzáfutásban, az azzal kapcsolatos megjegyzések, kérdések feltételében;
- segít a betegnek panaszja megfogalmazásában, kezdeményezheti a panasz kivizsgálását;

- a beteg írásbeli meghatalmazása alapján panaszt tehet az egészségügyi szolgáltató intézmény (a továbbiakban: egészségügyi szolgáltató) vezetőjénél, fenntartójánál, illetve - a beteg gyógykezelésével összefüggő ügyekben - eljár az arra illetékes hatóságnál, és ennek során képviseli a beteget;
- rendszeresen tájékoztatja az egészségügyi dolgozókat a betegjogokra vonatkozó szabályokról, azok változásáról, illetve a betegjogok érvényesüléséről az egészségügyi szolgáltatónál.

A betegjogi képviselő egyedi ügyekben kizárólag a betegtől kapott meghatalmazás alapján és annak keretei között járhat el. A betegjogi képviselő a tevékenysége során az egészségügyi szolgáltató működésével kapcsolatban észlelt jogsértő gyakorlatra és egyéb hiányosságokra köteles felhívni az intézmény vezetőjének, illetve fenntartójának a figyelmét, és azok megszüntetésére javaslatot tesz. A felhívás eredménytelensége esetén a betegjogi képviselő jogosult az illetékes szervhez, illetve személyhez fordulni.

A betegjogi képviselők tevékenységük során különös figyelmet fordítanak:

- az életkoruk, testi vagy szellemi fogyatékoságuk, egészségi állapotuk, illetve társadalmi-szociális helyzetük miatt kiszolgáltatott helyzetben lévő személyek betegjogi védelmére; valamint
- az egyenlő bánásmód követelményének érvényesítésével kapcsolatos panaszokra.

E követelmény megsértésének megállapítására irányuló hatósági eljárás során meghatalmazás alapján képviseli a beteget.

A betegjogi képviselő jogai és kötelezettségei

A betegjogi képviselő - az egészségügyi ellátás zavartalan-ságát nem veszélyeztetve - illetékességi körében jogosult:

- az egészségügyi szolgáltató működési területére belépni;
- a vonatkozó iratokba betekinteni;
- az egészségügyben dolgozókhoz kérdést intézni.

A betegjogi képviselő köteles a betegre vonatkozó orvosi titkot megtartani, és a beteg személyes adatait a vonatkozó jogszabályok szerint kezelni.

A betegjogi képviselő elérhetősége

A betegjogi képviselő hetente legalább egy alkalommal fogadóórát tart a Közalapítvány által működtetett területi irodában, a fekvőbeteg-szakellátást végző egészségügyi szolgáltatók esetében pedig legalább heti egy napon helyben is.

Portugália, Románia, Spanyolország, Svájc *, Svédország, Szlovákia, Szlovénia

* Svájc, Horvátország és Bulgária esetében, kérjük, olvassd el külön a tájékoztatót (www.oep.hu / ellátások az Eu-n kívül)



BETEGJOGI KÉPVISELŐ **Pongóné Kovács Erika**

Tel.: 06-20/489-9536 (bejelentkezés javasolt) 76/516-700 vagy 6790-es mellék munkaidőben

Fogadóóra: minden csütörtökön 8.00-11.00 óráig
Levél cím: B.K.M. Önk. Kórháza

Pongóné Kovács Erika
betegjogi képviselő
6000 Kesztemét, Nyíri út 38.
I. em. 125. szoba

CIVIL SEGÍTSÉG

Társaság a Szabadságjogokért

1084 Budapest, Víg u. 28. I. 3.
Tel.: 1/209-0046, 1/279-0755
Web: www.tasz.hu
E-mail: tasz@tasz.hu

**Bács-Kiskun Megyei
Önkormányzat Kórháza**

6000 Kecskemét, Nyíri út 38.

Tel.: 76/516-700,

Fax: 76/481-219

email: titkarsag@kkmk.hu

**Panaszok kezelése:
Betegszolgálati és
Tájékoztatási Iroda**

Horváth Attiláné PR manager

Tel.: 06-80/203-011 76/516-770

Munkaidőben: 8.00-15.00

Levélcím:

B.K.M. Önk. Kórháza

Horváth Attiláné PR manager

6000 Kecskemét, Nyíri út 38.



Minden egészségügyi szolgáltatónak biztosítania kell, hogy a betegek és hozzátartozóik a betegjogok képviseletét ellátó személy(ek) kilétét és elérésük módját megismerhessék. Ennek érdekében kötelesek gondoskodni arról, hogy a betegjogi képviselő

- az egészségügyi szolgáltató területére beléphessen, és ott munkáját zavartalanul végezhesse;
- látogatása során az egészségügyi szolgáltató területén belül könnyen megközelíthető és négy szemközt beszélgetés lefolytatására alkalmas helyiség álljon rendelkezésre;
- a vonatkozó iratokba, dokumentációba betekinthessen;
- a helyszínen tájékozódhasson, az alkalmazottakhoz kérdést intézhessen;
- értesüljön az érdek-képviseleti fórum ülésének időpontjáról, amennyiben a szolgáltatónál működik ilyen fórum.

A képviselőnek a megkeresésekről, valamint eljárásáról és intézkedéseiről minden esetben feljegyzést kell készítenie. Mivel a képviselő tevékenysége során személyes adatokkal dolgozik, az eljárása során kizárólag az adatvédelemre vonatkozó jogszabályokban foglaltaknak megfelelően járhat el és köteles az orvosi titkot megtartani. A képviselő munkájáról, eljárásainak tapasztalatairól, valamint az általánosítható problémákról éves beszámolót is készít, melyet minden év december 15-éig megküld a Közalapítvány Kuratóriuma elnökének.

Betegjogi képviselő intézkedése

Az egészségügyi szolgáltató vezetője 10 munkanapon belül, a fenntartó 30 munkanapon belül - ha a fenntartó önkormányzati képviselő-testület vagy közgyűlés, a soron következő testületi ülésen - köteles érdemben megvizsgálni a betegjogi képviselő észrevételeit és azzal kapcsolatos állásfoglalásáról tájékoztatási kötelezettsége is van a képviselő felé.

1997. évi CLIV. törvény; 1/2004. (I. 5.) ESzCsM rendelet.

HIÁNYPÓTLÓ SZOLGÁLTATÁSOK

Bátor Tábor A 2001-ben életre hívott Bátor Tábor komplex terápiás rekreációs programokat kínál dagabatos, cukorbeteg, krónikus ízületi gyulladásal (JIA), valamint haemophiliával kezelt gyermekek és családjaik részére. www.batortabor.hu

Thalassa Ház Különféle pszichés zavarokkal, elsősorban pszichotikus és súlyos személyiségzavarral (pl. borderline), valamint függőségi problémákkal küszködő betegek ill. családok terápiáját vállalják. www.thalassahaz.hu



VI. A CSALÁD VILÁGA



A FEJEZET TARTALMA

A házasságkötés	85
Élettársi kapcsolat	86
Otthonteremtés	87
Fiatal házások otthona	87
Albérleti támogatás	87
Önkormányzati lakáshitelek	87
Banki lakáshitelek	88
Önálló háztartás	89
Családtervezés	90
Gyermekvállalás	91
Fogamzásgátlás	94
Családi harmónia	96
Családi problémák	97
Válás	97
Gyermekvédelem	98
Haláleset	99
Pénzbeli ellátások	100

Sokunk életében eljön a pillanat, amikor úgy érezzük, megtaláltuk az igazit, és vele szeretnénk családot alapítani. Bár napjainkra sokan döntenek az élettársi kapcsolat mellett, a házasság mindenképp biztonságosabb „szerződés”, tekintve, hogy általa az állam és a társadalom törvényekben pontosan szabályozott védelmét élvezhetitek. Sok esetben ugyanolyan jogokat biztosítanak az élettársi kapcsolatban élőknek is, de egyértelműen előnyt élvezel, ha házas/nős vagy. Kapcsolatainkban döntő szerepe van az érzelmeknek, így azt, hogy hogyan tudjuk harmonikusabbá, kiegyensúlyozottabbá tenni a közös életet, különösképp a hétköznapiakat, élethosszig keresnünk kell. Családod zökkenőmentes működéséhez jártasságot kell szerezned a különböző ügyek intézésében is, mert életünk meghatározó eseményeinek többségét kíséri ilyen hivatali procedura.

I. HÁZASSÁGKÖTÉS

Házasságot a polgármesteri hivatalban (külön kérésre más helyszínen is) köthetsz, ehhez pedig be kell jelentkezned az anyakönyvi hivatalba. A házasságot az anyakönyvvezető szentesíti, a hivatalossághoz szükséges:

- házasulandó felek, férfi és nő, akik már legalább 18 évesek,
- közös jelenlétük, hivatalos helyiség,
- hivatalos személy (anyakönyvvezető),
- két tanú,
- egy időben kijelentett szándék (boldogító igen).

A bejelentkezéshez vigyetek magatokkal:

- hajadonságot/nőtleniséget igazoló igazolást (amelyet az okmányirodán szerezhetsetek be)
- születési anyakönyvi kivonatodat
- személyi igazolványodat
- lakcímkártyádat

Az eljárásról annyit kell tudnod, hogy a bejelentkezéstől számítva minimum 30 nap a várakozási idő a ceremóniáig.

Érvénytelen a házasság:

- az egyenesági rokonok és
- testvérek házassága, továbbá
- a testvérnek vér szerinti leszármazottjával, a házastársnak volt házastársa egyenesági rokonával, valamint
- az örökbefogadónak az örökbefogadottal kötött házassága.

A házasságkötés ingyenes, csak a szolgáltatásokért kell fizetni, mint például a terembérlet, gyertyagyújtás, élőzene, pezsgő stb. A házasságkötéssel kapcsolatos hivatalos ügyeket a Polgármesteri Hivatalon belül az Anyakönyvi-Hagyatéki Csoport bonyolítja.

Élettársi kapcsolat

Élettársi kapcsolat létesül, ha két személy házasságkötés nélkül közös háztartásban él, és közöttük szoros érzelmi és gazdasági kapcsolat van. Élettársi kapcsolat azonos nemű személyek között is fennállhat. Önmagában az, hogy két személy együtt él, és szeretik egymást, nem alkalmas az élettársi kapcsolat megállapítására. Szükség van még arra, hogy a felek közösen fedezzék kiadásait, jövedelmükkel ne önállóan, hanem közösen gazdálkodjanak. Továbbá azt a pénzt, amit együttélésük alatt megtakarítanak, közös szükségleteik kielégítésére fordítsák. Az élettársi kapcsolat felbomlik, ha a felek külön háztartásba költöznek és jövedelmükkel önállóan kezdenek gazdálkodni.

A 2007. CLXXXIV. törvény alapján lehetőség van regisztrált élettársi kapcsolat bejegyzésére. Bejegyzett élettársi kapcsolat akkor jön létre, ha az anyakönyvvezető előtt együttesen jelenlévő két, tizennyolcadik életévét betöltött személy kijelenti, hogy egymással bejegyzett élettársi kapcsolatban kíván élni.

A bejegyzett élettársi kapcsolat a házassággal azonos vagyoni jogi, öröklési jogi joghatásokkal jár, azonban a törvény a bejegyzett élettársi kapcsolatban élőknek nem teszi lehetővé gyermek közös örökbefogadását.

A bejegyzett élettársi kapcsolat megszűnik

- az egyik élettárs halálával,
- ha az élettársak házasságot kötnek,
- valamint, ha két ember megszünteti a kapcsolatot.

**Polgármesteri Hivatal
Lakosságszolgálati Iroda,
Igazgatási Osztály
Anyakönyvi Csoport**

6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.
Tel.: 76/ 513-561, 513-522

Ügyfélfogadás:

kedd: 8.15–16.30

(ebédszünet 12.00–13.00),

csütörtök: 13.00–18.00





Polgármesteri Hivatal
Városstratégiai Iroda,
Városfejlesztési és
Közbeszerzési Osztály
Vagyon és
Lakásgazdálkodási Csoport
 6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.
 Tel.: 76/513-509
 Ügyfélfogadás:
 kedd: 8.15–12.00, 13.00–16.30
 (ebédszünet 12.00–13.00)
 csütörtök: 13.00–18.00

Körzeti Földhivatal
 6000 Kecskemét,
 Fecske u. 25.
 Tel.: 76/481-071, 483-261
 www.takarnet.hu

Megyei Illetékhivatal
 6000 Kecskemét,
 Katona J. tér 8.
 Tel.: 76/501-820
 Fax: 501-824

OTTHONTEREMTÉS

Fiatal házások otthona

Bérlői lehetnek a fiatal házások otthonának. Ezekből a lakásokból most 350 áll a város rendelkezésére. Ahhoz, hogy párral bekerülhess:

- rendelkezned kell állandó jövedelemmel,
- igazolás kell arról, hogy már egy éve helyi lakos vagy
- pályáznod kell a lakásra az önkormányzat lakásosztályán (Jogi Osztály, Lakás Csoport Tel.: 06-76/513-509)
- vállalnod kell előtakarékossgot, havi 15.000 Ft-ot
- vállalnod kell, hogy 5 év múlva elhagyod a garzont 5 év múlva, amikor elhagyod a lakást, 700.000 Ft kamatmentes kölcsönt nyújt neked az önkormányzat.

Albérleti támogatás

Ha nehéz szociális helyzetben vagy egyedül vagy párral bérleményben éltél, igényelhetitek a lakbértámogatást. Az elbíráláshoz szükséges:

- bérleti szerződés (az albérlet tulajdonosával, ahol laksz)
- kecskeméti lakosnak kell lenned
- önálló bérleménynek kell lennie (tehát nem lakhat ott a főbérelő)
- tulajdoni lap (a lakásé, amit bérelni szeretnétek)
- jövedelemigazolás szükséges!
- környezettanulmány (ez azt jelenti, hogy az önkormányzat lakásosztályáról elmennek az albérletedbe, megnézik, valóban olyan nehéz körülmények között éltek-e, hogy adható nektek az albérleti támogatás)
- Az albérleti támogatást is az önkormányzat lakásgazdálkodási osztályán (Polgármesteri Hivatal, Jogi Osztály, Lakás Csoport) kell kérned, ahol bővebb felvilágosítást is kaphatsz. A támogatást csak a nem állami vagy önkormányzati bérlakásban élők kérhetik.

Önkormányzatnál igényelhető lakáshitelek

Első lakáshoz jutók támogatása:

Jelenleg (2011-ben) alanyai jogon azoknak a fiatal pároknak jár, akik a fiatal házások otthonából költöznek az első saját otthonba. Ennek összege: 600.000 Ft kamatmentes visszatérítendő támogatás.

Államilag támogatott hitelek

Az államilag támogatott hitelt Kecskeméten – amelyre a megyeszékhelyekre érvényes szabályok vonatkoznak – új lakás esetén 15 millió forintig, használt lakás esetén 12 millió forintig lehet igénybe venni. Ahhoz, hogy állami garanciát kapj, a párodnak és neked 35 év alattinak kell, hogy legye-

tek. Feltétel, hogy a kölcsön összege nem haladhatja meg az átlalotok kiválasztott ingatlan vételárának kilencven százalékát, illetve a bank által meghatározott hitelbiztosítéki (mekülési) értéket.

Banki lakáshitelek

Természetesen nem csak támogatott, hanem piaci kamatozású hiteket, devizában nyújtott hiteket is igényelhetek, de ezek sajátosságairól, valamint kockázatairól mindig pontosan és részletesen tájékozódni kell. Gyakran csábítóak a hosszú futamidők vagy az alacsonyabb kezdő törlesztőrészek, de csak ez nem lehet szempont. Ne feledjék, hogy egy lakáshitel törlesztésének elmulasztásával pont a család egyik alapját – az önálló otthonotokat veszélyeztetitek! A legkedvezőbb ajánlatért széleskörűen érdeklődjétek, személyesen keresve fel a bankokat, mivel a hitelkonstrukciók legnagyobb részét egyedi, személyre szabott feltételeknek megfelelően kalkulálják ki. Ha teheted, kérj segítséget független pénzügyi tanácsadótól!

A hiteligényléshez szükséged lesz

- személyi igazolványra
- lakcímet igazoló hatósági igazolvány
- adókátyára
- TB kátyára
- munkáltatói igazolásra (minimum 3 hónapos munkaviszony)
- ingatlanfedezetre – ami lehet a megvenni kívánt lakás is – (a bank biztosítéka, ha nem fizetsz, eladhatja a lakást)
- az ingatlanfedezetről tehermentes tulajdoni lapra
- adóstársra, kezesre (aki fizet, ha Te nem)
- a kitöltött banki nyomtatványokra
- ügyvéd által ellenjegyzett adásvételi szerződésre
- a hitelesítő közjegyzőre

Akkor kerül a lakás a tulajdonodba, ha az ingatlan a Földhivatalnál is hivatalosan a nevedre kerül és leróttad az illetéket a lakásvásárlás után.

További információkért és a nyomtatványokért a lakossági bankokhoz fordulhatsz!

Lakástakarék-pénztár

A lakástakarék-pénztár olyan szakosított pénztintézet, amely a rá vonatkozó külön törvény (1996. évi CXIII. tv.) rendelkezései szerint működik. A lakástakarék-pénztár engedélyezett tevékenységei és feladatai:

- betétgyűjtés
- állami támogatás igénylése, jóváírása
- lakáscélú hitel folyósítása.



KÖZÜZEMI SZOLGÁLTATÓK

UPC Direct

Mol-Sat Antenna Szaküzlet

6000 Kecskemét, Petőfi S. u. 6.
Tel.: 76/417-834

Puchardt Antenna szaküzlet és szervíz

6000 Kecskemét,
Csongrádi út 2/4
Tel.: 76/481-326

Invitel Távközlési Szolgáltató Zrt.

6000 Kecskemét,
Árpád krt 4.
Tel.: 76/570-310
Kék szám: (40) 200-424
www.fibernet.hu

PR - Telecom Zrt.

6000 Kecskemét,
Lóverseny utca 1.
Tel.: 76/320-777
Információs és Hibabejelentő
szám: 1231
info@pr.hu
www.pr.hu

KÖZÜZEMI SZOLGÁLTATÓK

Bácsvíz Rt.

6000 Kecskemét, Izsáki út 13.
Tel.: 76/511-530
Zöldszám: +36 (80) 201 141
info@bacsviz.hu

Ügyfélfogadási idő:

H. és Sz.: 7.30–16.00 óráig
K. és P.: 7.30–13.00 óráig
Csütörtök: 7.30–20.00 óráig
Hibabejelentés éjjel-nappal
Zöldszám: +36 80/200-423

Dél Alföldi Gázszolgáltató Részvénytársaság

6000 Kecskemét, Ipoly sor 5.
Tel.: 76/484-784
Gázszivárgás esetén éjjel-
nappal hívható zöld szám:
80/820-141
Web: www.egaz-degaz.hu

Dél-Magyarországi Áramszolgáltató Részvénytársaság

6000 Kecskemét, Szultán utca 2/4
Tel.: 76/515-900
Ügyfélszolgálat zöld szám:
40/82-22-82
Hibabejelentés: 40/82-20-00
ugyfelszolgalat@demasz.hu

Városgazdasági Kft.

Kecskemét, béke fasor 71/a
Tel.: 76/501-926
Ügyfélfogadás:
H.–Cs.: 8.00–15.00 óráig
P.: 8.00–12.00 óráig

TERMOSTAR

Hőszolgáltató Kft.

Kecskemét, Akadémia krt. 4.
Tel.: 76/50-40-40
Hibabejelentés: 76/48-18-18
www.termostar.hu
Ügyfélfogadás:
H.-K.-Sz.: 7.30–15.15
Cs.: 7.30–17.30
P.: 7.30–12.00

A lakástakarék-pénztári konstrukció mindenki számára elérhető, államilag támogatott, lakáscélú megtakarítási lehetőség.

Három részből áll:

- az ügyfél rendszeres lakástakarék-pénztárba befizetett megtakarításából
- az adott évben befizetett összegekre jóváírt állami támogatásból
- a piaci árnál kedvezőbb kamatozású lakáshitelből.

Felhasználási lehetőségek:

- lakásvásárlás
- lakásépítés
- tulajdonban lévő lakás felújítása, bővítése
- korábbi lakáshitelek kiváltása.

AZ ÖNÁLLÓ HÁZTARTÁS

Miután végigjártad a hivatalos utat és végre elérted, hogy önálló háztartásod lett, ki kell alakítanod a háztartásvezetés rendjét. Ahhoz, hogy az otthonod kényelmét élvezhesd, szükség van olyan alapvető dolgokra, mint víz, gáz, elektromos áram, kábeltevé, internet, telefon. Ezen kívül fizetned kell a szemétszállítás, a csatornázás, és – társasház esetén – a közös költség díját.

Jelentkezz be a közüzemi szolgáltatóknál, akik kérni fognak tőled hivatalos iratokat arról, hogy a lakás valóban a Te tulajdonodban áll, illetve Te vagy a bérlője. Ha ezt igazoltad, szerződést kell kötnötök a szolgáltatásról, amelyet igénybe kívánsz venni.

A legtöbb közüzemi díjat már a bankszámládról is átutaltathatod, de választhatod a csekken való befizetést is. Figyelni kell arra, hogy a csekkes befizetésénél a határidő előtt 2-3 nappal legyen befizetve az összeg, mert a postán való átfutás ideje alatt kicsúszhatsz a határidőből. A bankszámládról a bank az általad megadott időpontban utalja át a díjat, és ezért a szolgáltatásért – csakúgy, mint a pénzed kezeléséért – költségeket számol fel. Mielőtt döntesz, hogy átutaltasos vagy csekk befizeteses számlarendezést kérsz, érdeklődj a bankodban a kezelési költségekről!

A fogyasztói számlák havonta, az elszámoló számlák negyed- illetve félévente érkeznek. Lehetőség szerint fizess pontosan a megadott határidőig, mivel a késedelemért napi kamatot számít fel a szolgáltató. Ha átmeneti pénzzavar miatt esetleg több havi tartozást halmoztál fel, mindenképp jelezz a szolgáltató(k) felé, hogy rendezni kívánod az elmaradást. Szinte valamennyi szolgáltatónál van lehetőség átütemezést vagy részletfizetést kérni. Azon túl, hogy egye-

nesebb dolog, még kifizetődőbb is felvállalni ezt a szituációt, mert tartós adósság után egyszerűen kikapcsolják nálad a szolgáltatást. A visszakapcsolás pedig külön pénzbe és nem utolsó sorban sok-sok időbe és utánajárásba kerül!

CSALÁDTERVEZÉS

A házasságról, családról és gyámságról rendelkező törvény és a gyermekvédelmi törvény segít neked eligazodni a családdal kapcsolatos jogi problémáidban:

- Családjogi törvény: 1952. évi IV. tv.
- Gyermekvédelmi törvény: 1997. évi XXXI. tv.

Ha 18 éves kor előtt vállalsz gyermeket ma Magyarországon, akkor a bíróság gyámot nevez ki, aki a gyermek elátásáról gondoskodik. Úgynevezett szülői felügyeleti joghoz hasonló gyámi tisztséget szerez, ezzel igényt formálhat a gyermek után járó ellátásokra, valamint jogosult a gyermek képviselésére.

A gyermek, szüleitől vagy más hozzátartozóitól csak saját érdekében, törvényben meghatározott esetekben és módon választható el. A gyermeket kizárólag anyagi okból fennálló veszélyeztetettség miatt nem szabad családjától elválasztani.

Tudatos tervezéssel a családban megelőzhetők a nem kívánt terhességek és terhesség-megszakítások.

Családvédelmi Szolgálat az alábbi szolgáltatásokkal segít:

- Családtervezési tanácsadás, ezen belül a tervezett gyermekvállalás, az ideális időpont megválasztása, a születendő gyermek egészsége érdekében szükséges teendők, fogamzásszabályozás, fogamzásgátló módszerek személyre szóló megválasztása.
- Ifjúsági tanácsadás, ezen belül egészséges életvezetés, felnőtté válás (testi, lelki átalakulások), párválasztás (női, férfi szerepek, egymással szembeni elvárások, felelősség, szeretet, szerelem, harmonikus párkapcsolat, család jelentősége, élet tisztelete, védelme), fiatalok házasság előtti tanácsadása.
- Családvédelmi tanácsadás, családtámogatási ellátási formák rendszere, igényelhetősége, tanácsadás súlyos válsághelyzetben lévő, a terhesség-megszakítás gondolatával foglalkozó párok (nők) részére.

A szolgáltatások igénybevételére minden munkanap van lehetőség, előzetes, telefonos bejelentkezést követően.

ÁNTSZ – Kecskeméti – Kiskunfélegyházi – Kunszentmiklósi Kistérségi Intézete Családvédelmi Szolgálat

6000 Kecskemét,
Széchenyi körút 12. 2. emelet
Tel.: 76/491-883 76/516-29

Szexológiai Szakrendelés

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
Tel.: 76/516-900

Magyar Család és Nővédelmi Tudományok Társaság

1024 Budapest
Keleti Károly u. 5-7
Tel.: 1/3456-722
mcsntt@doki.net
www.novedelem.hu

Kecskemét-Széchenyivárosi Közösségépítő Egyesület

6000 Kecskemét,
Bogovics köz 5.
Tel.: +36-70-945-13-23;
E-mail:
holnap6000@gmail.com hon-
lap: www.holnaponlap.hu

Sürgősségi Fogamzásgátlási Tanácsadás

6000 Kecskemét
Izsáki út 5. (kórház)
Szülészeti – Nőgyógyászati
Osztályon a nap 24 órájában

Gyermekegyógyászat és Tinédzser Ambulancia

6000 Kecskemét
Izsáki út 5. (kórház)
Tel.: 76/516-900
Rendelési idő:
Kedd-szerda-csütörtök
13.00–14.30

Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
2 em. (Kórház)
Tel.: 519-836
H-Cs: 8.00-12.00 óráig és
13.00-15.00 óráig,
P: 8.00-13.00 óráig

Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők

6000 Kecskemét,
Piaristák tere 7. 1. em.
Telefon: 06-76/514-058,
06-76/514-000/3058 előjegyzés
H-P: 9-13.00 óráig
Kockaház Egészségházban:
Péntek du. 14.00-18.00 óráig
Tel.: 0670/4627800 TB által
támogatott rendelés

Terhesgondozó

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.
Tel.: 76/518-363
H-Cs: 8:00 - 14:00 óráig
P: 7:00 - 13:00 óráig

Genetikai Tanácsadó

6000 Kecskemét
Izsáki út 5. (kórház)
Tel.: 76/516-900 /8240
Rendelési idő:
Hétfő: 11.00 – 13.00
Szerda: 7.30-10.00

Bács-Kiskun Megyei

Kormányhivatal

Egészségbiztosítási

Pénztári Szakigazgatási Szerve

6000 Kecskemét, Izsáki út 8.
Postai címe: 6001 pf. 145.
Telefon szám: 06-76-513-000
Fax szám: 06-76-513-099
Központi e-mail cím:
backorm.tb@oep.hu

Természetes családtervezésben segíthet neked a Kecskemét-Széchenyivárosi Közösségépítő Egyesület is.

Kecskeméten életkorodnak megfelelően Gyermek-nőgyógyászat, Tinédzser Ambulancia, felnőtt Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelő valamint Család- és Nővédelmi Tanácsadó áll rendelkezésedre, melyek a Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Kórháza Szülészeti-Nőgyógyászati Osztálya szakrendeléseiként működnek.

GYERMEKVÁLLALÁS

Amennyiben gyermeket vársz, keresd fel nőgyógyászkod – vagy, ha még nincs, a nőgyógyászati szakrendelőt –, majd a Terhesgondozót, ahol szakorvos és védőnő foglalkozik Veled.

A gyermekvállalást a társadalom alapvetően támogatja. Az alábbiakban olvasható juttatások, kedvezmények a gyermeket vállaló családokat, személyeket segítik.

Anyaként megillető juttatások

Anyasági támogatás

Jogosult vagy erre a támogatásra, ha terhességed alatt legalább négy alkalommal (koraszülés esetén egyszer) részt vettél a terhesgondozáson. Igényelni a szülést követő 180 napon belül, formanyomtatványon kell az illetékes Magyar Államkincstár Bács-Kiskun Megyei Területi Igazgatóságánál. Az anyasági támogatás - gyermekenkénti - összege azonos a gyermek születésének időpontjában érvényes öregségi nyugdíj legkisebb összegének 225%-ával, ikergyermek esetén 300%-ával.

GYÁS – Terhességi-gyermekágyi segély

Ez az ellátás csak akkor jár, ha a szülést megelőző két éven belül legalább 180 napon át biztosított voltál, és a biztosítás tartama alatt szültél. A segély összege a napi átlagkereseted 70 százaléka, időtartama 168 nap.

GYED – Gyermekgondozási díj

Ez az ellátás csak akkor jár, ha a szülést megelőző két éven belül legalább 180 napon át biztosított voltál. A GYÁS letelét követő naptól, gyermeked 2. életének betöltéséig veheted igénybe. Az ellátásra igényedet a munkáltatódnál, vagy a Megyei Egészségügyi Pénztárnál kell bejelentened.

GYES – Gyermekgondozási segély

Igénybe veheti a szülő, nagyszülő (a gyermek első életévét követően) a gyermek 3 éves koráig, ikergyermek esetében a gyermekek tanköteleessé válása évének végéig (tartósan be-

teg gyermek esetén 10 éves korig). Igényelni a Magyar Államkincstár Területi Igazgatóságán kell. Összege az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegével azonos. 2011. április 1-jétől GYES mellett csak maximum napi 6 órában lehet munkát vállalni a gyerek 2 éves kora után.

GYES – gyermeknevelési támogatás

„Főállású szülő” lehet az, aki saját háztartásában három vagy több kiskorút nevel. A támogatás a legfiatalabb gyermek 3. életévétől 8. életévének betöltéséig jár. A GYES alatt 4 órát meg nem haladó időtartamban dolgozhatsz, vagy időkorlátozás nélkül – ha a munkavégzésed otthon történik.

Családi pótlék

A társadalombiztosítási kifizető helytől, amennyiben munkahelyeden ilyen van, egyéb esetben a Magyar Államkincstár Családtámogatási Osztályától igényelheted.

Csak akkor jár a családi pótlék, ha a gyermek:

1. még nem tanköteles, vagy
2. tankötelezettsége még nem szűnt meg, vagy
3. általános iskolai, középiskolai, szakiskolai tanulmányokat folytat, annak a tanévnek a végéig, amelynek időtartama alatt betölti a 23. életévét
4. a közoktatási intézményben tanulmányokat folytató nagykorú kivételével a tizennyolcadik életévét betöltött tartósan beteg, illetve súlyosan fogyatékos személy esetén, feltéve, hogy utána tizennyolcadik életévének betöltéséig magasabb összegű családi pótlékot folyósítottak.

2010. augusztus 31-től életbe lépő változás, hogy a már nem tanköteles, középiskolában tanulmányokat folytató tanuló után a családi pótlék annak a tanévnek az utolsó napjáig jár, amely évben a huszadik életévét betölti.

Gyermekek otthonban, javítóintézetben, büntetés-végrehajtási intézetben vagy szociális intézményben élő, továbbá nevelőszülőnél, hivatásos nevelőszülőnél elhelyezett nem tartósan beteg, illetve nem súlyosan fogyatékos, illetve ideiglenes hatállyal elhelyezett gyermek esetében ez az összeg magasabb.

A gyámhivatal által a szülői ház elhagyását engedélyező határozatban megjelölt személynek, ha a tankötelezettsége még nem szűnt meg és a családi pótlék a nagykorúságát megelőzően is az ő részére került folyósításra, továbbá az általános iskolai, középiskolai, szakiskolai tanulmányokat folytató nagykorú személynek, annak a tanévnek a végéig, amelynek időtartama alatt betölti a 23. életévét (akinek

Magyar Államkincstár

Bács-Kiskun Megyei

Területi Igazgatósága

6000 Kecskemét, Katona J. tér 8.

Tel.: 76/510-100

Bács-Kiskun megyei

Egészségbiztosítási Pénztár

6000 Kecskemét, Izsáki u. 8.

Tel.: 76/513-000





BABAKÖTVÉNY

2006. január 1-jétől az állam minden megszülető gyermek javára támogatást biztosít, amit a gyermek 18. életévének betöltését követően vehet fel. A 2010-ben, illetve az azt követően született gyermekek után járó alap támogatás összegét az éves költségvetési törvény határozza meg.

A minden gyermeknek járó 40.000 Ft-on felül az alacsonyabb jövedelmű, rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre jogosult családok gyermekei 7. és 14. életévük betöltésekor további 42-42.000 Ft-ra, összesen tehát 124.000 Ft-ra jogosultak.

A babakötvénnyel megnyitott számlára a szülők jelentős kedvezmények mellett évente 120.000 Ft-ot helyezhetnek el gyermekük javára. Az átmeneti vagy tartós nevelésbe vett gyermekek esetén a Magyar Államkincstár évente 12.000 Ft állami támogatást is jóváír.

A gyermek számláján elhelyezett összegek – állami támogatás, szülői megtakarítások – illetve ezek hozama legkorábban a gyermek 18. életévének betöltését követően vehetők fel.

mindkét szülője elhunyt, akinek a vele egy háztartásban élő hajadon, nőtlen, elvált vagy házastársától különélő szülője elhunyt, aki kikerült az átmeneti vagy tartós nevelésből, akinek a gyámsága nagykorúvá válása miatt szűnt meg).

Rendszeres gyermekvédelmi kedvezmény:

a gyermek szociális helyzete alapján jogosult

- a gyermekétkeztetés kedvezményének,
- az évi egyszeri támogatásnak,
- az ingyenes tankönyv
- egyéb kedvezményeknek az igénybevételére.

A jogosultságot a jegyző 1 évre állapíthatja meg annak, akinek családjában az egy főre jutó havi jövedelem összege nem haladja meg az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegének 110%-át, ha

- a gyermeket egyedül nevelő szülő, illetve más törvényes képviselő gondolja, vagy
- a gyermek tartósan beteg, illetve súlyosan fogyatékos, vagy
- a nagykorúvá vált gyermek esetén, ha megfelel az egyéb feltételeknek

Akinek családjában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegét, a fentiek alá nem tartozó esetben, feltéve, hogy az egy főre jutó vagyon értéke nem haladja meg a 7 millió Ft-ot.

- szülőt, a szülő házastársát vagy élettársát,
- 20 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező gyermeket,
- 23 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező, a nappali oktatásban tanulót,
- 25 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező, felsőoktatási intézmény nappali tagozatán tanulót,
- korhatárra való tekintet nélkül a tartósan beteg, illetőleg a testi, érzékszervi, értelmi, beszéd vagy más fogyatékos gyermeket,
- a szülő vagy házastársa által eltartott rokont.

A feltételek fennállása esetén a rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre való jogosultság a gyermek nagykorúvá válása esetén is megállapítható, ameddig a jogosult nappali oktatás munkarendje szerint tanulmányokat folytat, de legfeljebb 23. életévének betöltéséig, továbbá ha a jogosult felsőfokú oktatási intézmény nappali tagozatán tanul, legfeljebb a 25. életévének betöltéséig.

Egyszeri támogatás

A települési önkormányzat jegyzője annak a gyermeknek, fiatal felnőttnek, akinek rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre való jogosultsága a tárgyév július 1-jén fennáll, a tárgyév július hónapjában egyszeri támogatást folyósít. Az egyszeri támogatás gyermekenkénti összege 5.000,- Ft.

Rendkívüli gyermekvédelmi támogatás

A rendkívüli gyermekvédelmi támogatás megállapítható abban az esetben, ha a gyermeket gondozó család időszakosan létfenntartási gondokkal küzd vagy létfenntartását veszélyeztető élethelyzetbe kerül. A megállapítás részletes szabályait az önkormányzat saját rendeletében határozza meg.

Ingyenes tankönyvellátásra jogosult a nappali rendszerű oktatásban résztvevő

- tartósan beteg
- három vagy többgyermekes családban élő, továbbá egyedül álló szülő által nevelt,
- rendszeres gyermekvédelmi kedvezményben részesülő tanuló.

Az igényjogosultságot az iskolai tankönyvrendelés elkészítése előtt, az iskola által meghatározott időben kell bejelenteni. Ha a bejelentés későbbi időpontban történik – beleértve az iskolaváltást is – az iskola a tankönyvek kölcsönzésével, a napköziben, tanulószobában elhelyezett tankönyvek rendelkezésre bocsátásával köteles az igényt teljesíteni.

FOGAMZÁSGÁTLÁS

A fiatalok többsége első szexuális tapasztalatait 18 éves kora előtt szerzi. Természetes dolog, hogy ebben a korban hevesen, és nem elsősorban a házasság szándékával teremtetek kapcsolatot egymással, sőt lehet, hogy az nem is lépi túl az „egyéjszakás kaland” kategóriáját, és csak a szexről szól. Akár párkapcsolatban, akár a szüzesség elvesztésekor, akár más együttléti alkalmával is, feltétlenül gondolnod kell a következményekre. Ez lehet nem kívánt terhesség, vagy szexuális úton terjedő betegség. A legfontosabb, hogy mindenképpen felelősen kell gondolkodnotok mindkettőtöknek, és előre meg kell válasszátok, hogyan védekeztetek.

A FOGAMZÁSGÁTLÁSRA TÖBB LEHETŐSÉG VAN:

Az óvszer

A legkönnyebben elérhető, a legbiztonságosabb, és a legkézenfekvőbb is. Nem csak a terhesség, hanem a nemi betegségek megelőzésére is a legalkalmasabb, és nincs mellékhatása, és persze rögtön ellenőrizhető!

NEM KÍVÁNT

TERHESSÉG

Teendők lépésről lépésre,

ORVOSI VIZSGÁLAT

Nőgyógyászhoz kell fordulni, aki megvizsgál, és igazolást állít ki a terhességről.

ELSŐ TANÁCSADÁS

A nőgyógyász igazolásával fel kell keresni a Családvédelmi Szolgálatot (ha lehetséges, a gyermek apjával).

Cselekvőképtelen személyek – 14 év alattiak is – helyett a tanácsadáson a törvényes képviselőnek kell megjelennie.

A Családvédelmi Szolgálatnál a védőnő a következő dolgokról ad felvilágosítást:

- gyermekvállalás esetén milyen támogatások vehetők igénybe,
- milyen szervezetekhez lehet fordulni segítségért,
- milyen lehetőségek vannak az örökbeadásra,
- a fogamzásgátlás módszereiről,
- a terhesség-megszakításról.

A védőnőnek is titoktartási kötelezettsége van, azaz nem mondhatja el a beszélgetésen elhangzottakat. Adataidat elkéri, de egy lezárt borítékban kezeli.

MÁSODIK TANÁCSADÁS

Az első tanácsadás után minimum 3 nap elteltével ismét el kell menni a Családvédelmi Szolgálatához.

Ekkor a következőkről lesz szó:

- a terhesség-megszakítás jogszabályi feltételeiről,

- a terhesség-megszakítás körülményeiről, módjáról,
- a terhesség-megszakítást végző egészségügyi intézményekről
- a Családvédelmi Szolgálat segítségnyújtásának lehetőségéről
- a fogamzásgátlás lehetőségeiről.

(Megjegyzés: ha a terhesség bűncselekmény következménye, ezen a tanácsadáson nem kell már megjelenni.)

A második tanácsadásnál amennyiben úgy döntesz, hogy elvégeztetted az abortuszt, meg kell mondanod az adataidat, és az első alkalommal, az adataiddal lezárt borítékot is felbontják.

A védőnővel együtt kitöltitek az abortusz elvégzéséhez szükséges papírokat (kérelem, statisztikai adatlap). Ekkor kerül kiválasztásra az a kórház is, ahol a beavatkozást elvégzik.

Ha 14 év alatt vagy, ezt a kérvényt a törvényes képviselőnek (szülő) kell aláírnia.

Ha 14 és 18 év között van, a kérelmet a törvényes képviselőnek is alá kell írnia. Ez külön-külön is történhet, miután részt vettél a tanácsadáson.

A védőnő az abortusz elvégzéséhez szükséges utalványt ad a díj befizetéséhez, vagy igazolást ad a mentességről. A díj összegéről és a mentességről ekkor fogsz felvilágosítást kapsz. (Fontos! A kórházba majd magaddal kell vinned.)

A fogamzásgátló tabletta

Két fajtája van, az esemény előtti és az esemény utáni. Az esemény előtti tablettát akkor érdemes szedned, ha állandó partnered van, és rendszeresen éltek szexuális életet. Több fontos dolgot viszont tudnod kell: folyamatosan és rendszeresen kell szedned, különben nem garantált a tökéletes hatás, nem véd a nemi betegségek ellen, csak nőgyógyász írhatja fel, befolyásolja a női hormonháztartást, hosszú távon szedve mellékhatásai is lehetnek.

Az esemény utáni tabletta a megtermékenyített petesejt megtapadását, beágyazódását akadályozza meg. Ez azonban csak az együttlét utáni 72 órán belül lehetséges.

A védekezés elmulasztása és a gyakori partnercsere bármilyen vonzónak és vagánynak tűnik, semmiképpen nem mondható okos cselekedetnek.

HELYZET VAN!

Ha úgy tűnik, nem volt megfelelő a védekezési módszer, vagy nem is volt, még mindig van mit tenni, 72 órán belül. Legkézenfekvőbb lenne a szüleitektől segítséget kérni, de ha ez nem lehetséges, menjetek el minél hamarabb a Tinédzser Ambulanciára, ahol szakemberek tudnak segíteni, éjjel-nappal.

Előfordulhat persze, hogy nem rögtön merül fel a terhesség gyanúja, talán a havi vérzés elmaradása az első tünet. Ez lehet természetes is, vagy lehet egyéb betegség is az oka. Egy gyógyszerári terhességi gyorsesztt megfelelő bizonyosságot adhat.

A negatív eredmény magában is megnyugtató, de többet is kipróbálhatsz. A pozitív eredmény jelenthet terhességet, ekkor mindenképpen fordulj orvoshoz, vagy a szülőidhez. Ne ess pánikba, mindig van megoldás!

Az orvos biztos eredményt tud mondani, laborvizsgálatokat végez, pontos adatok ismeretében tud segíteni, és sok kérdésre kell válaszolnod.

Ha biztosan tudod, hogy terhes vagy, fontos döntés előtt állsz, amit nem hozhatsz meg egyedül: megtartod a gyermeket, vagy sem.

Akárhogy döntesz, mindkét lehetőség rendkívül nehéz, életed teljesen megváltozik, és nem biztos, hogy fel vagy készülve a következményekre, ezért mindennél fontosabb a védekezés! Ezzel a döntéssel és következményeivel kapcsolatban később, a család témakörénél találsz segítséget!

HARMÓNIA A CSALÁDBAN

Minden fiatal várakozással tekint a közös élet felé. Ahhoz nincs recept, hogyan maradjatok örökké szerető pár, de van néhány dolog, ami minden emberi kapcsolatra áll: pl. tartsd partnered tiszteletben; ne próbálj zsarnokoskodni a családon; figyelj oda mások érzéseire, ne sértsd meg azokat.

Fiatal, kezdő szülőként a Te feladatod, hogy hagyományokat ápolj, vagy éppen teremts az új familiában.

Jó, ha tudod, hogy a legtöbb párkapcsolat az unalmas hétköznapiak és a kibeszéletlen problémák miatt megy tönkre. Ezért is fontos, hogy a munkanapok szürkeségét ünnepekkel, családi eseményekkel törjétek meg. Alakítsatok ki közös szokásaitokat, baráti köröket és készüljétek minden alkalomra, amit ismerőseitekkel vagy rokonaitokkal töltötök. „Adjátok meg a módját” minden összejövetelnek, hogy élményekkel teli maradjon kapcsolatok. Emellett folyamatosan kommunikáljatok egymásnak érzéseitekről, ne hagyjátok bizonytalanságban a másikat, ha valami nem stimmel köztetek!

Hasznos információk

HOVÁ FORDULHATSZ AZ ESTI ÓRÁKBAN?**Háziorvosi ügyelet****Felnőtt:**

Megyei Kórház:
Kecskemét, Nyíri út 38.,
Tel.: 516-984

Gyerek:

Megyei Kórház:
Kecskemét, Izsáki út 5.,
Tel.: 76/516-904

Fogorvosi ügyelet:

Egészségügyi Központ
Kecskemét, Piaristák
tere 7. fszt. 4., Tel.:
76/514-039

Szombat-vasárnap és
munkaszüneti napokon
8.00-14.00 óráig

ANYATEJGYŰJTŐ ÁLLOMÁS**Egészségügyi
Központ**

6000 Kecskemét
Piaristák tere 7.
Tel.: 514-065
H-P: 6.00-14.00 óráig
Hétfőigén
és ünnepnapon:
6.00-10.00

Egészségügyi Miniszteri
Rendelet szabályozza,
hogy az újszülött
milyen esetekben jogosult
anyatejre.

Az anyatej kiadása
kizárólag orvosi rendelvényre történik,
ingyenes.



... folytatás a 95. oldalról

AZ ABORTUSZ

A tanácsadás után 8 napon belül kell elmenni az előzetesen kiválasztott kórházba. Az abortusz napján még egyszer írásban meg kell erősíteni szándékodat.

Meddig és milyen esetekben végezhető el a terhesség megszakítás?

12. hétig a terhesség megszakítható

A 12. héten túli terhesség esetében a terhesség megszakítására csak az erre kijelölt kórházakban van mód!

Szükséges: TAJ kártya, személyi igazolvány, laccím-kártya.

Amennyiben nem egészségügyi ok indokolja a terhesség-megszakítást, a beavatkozásért fizetni kell. 26.193 Ft-ot, melyet a tb-nek kell csekken befizetni de különböző szociális ellátások igazolásával kedvezmény adható.

A műtét előtt és után fellépő „vesztésgélményt” fel kell dolgozni, hiszen a beavatkozás egy életen át végigkíséri az érintetteket.



CSALÁDI PROBLÉMÁK

Ha olyan problémád van a családban, melyet úgy érzed, segítség nélkül már nem tudsz megoldani, keresd fel a Családsegítő Szolgálatot! A szolgálat feladatai közé tartozik, hogy segítsen az ügyintézésben, a szociális problémák megoldásában. Segítenek továbbá, ha házassági krízisben vagytok, gyermeknevelési gondotok van, vagy jogi, lelki szaktanácsadásra van szükségetek. Szülő-gyermek, anyós-meny vagy házastársak közötti konfliktusok kezelésekor a mediáció (közvetítés) módszerét is alkalmazzák. Pár- és családterápiára is van lehetőség. Rajtuk kívül további önkormányzati intézményekhez és civil szervezetekhez is fordulhatsz!

Válás

Mi van, ha úgy érzed, hogy a házasságod már elviselhetetlen, és szeretnél kilépni belőle?

Először érdemes a kapcsolat megmentésén fáradozni, hiszen minden egyes kapcsolatban újra és újra hasonló vagy nehéz problémákkal kell szembenézni. A megmentés több, mint várakozás. Közös megbeszélések alapján tisztázhatjátok a problémáitokat, hozhattok elhatározásokat és döntéseket, melyekhez mindketten tartjátok magatokat a jövőben.

Azonban, ha mégis a válás mellett döntötök, a következőket érdemes tudni:

Formailag viszonylag gyorsan felbontható. Keresd polgári peres ügyvédet, add be a bíróságra a válókeresetet. A bírósági ítélethirdetés után menjetek el az Okmányirodába. Ott 5000 Ft-ra, személyi igazolványokra és a bírósági ítélet alapján kiállított jegyzőkönyvre van szükség ahhoz, hogy válásotok után a névváltoztatás is hivatalossá váljon.

Persze lelkileg ez egyáltalán nem ilyen egyszerű! Ahhoz, hogy válásotok a legkevesebb sérüléssel járjon, szükségetek lehet valamilyen terápiás segítségre, esetleg jogi tanácsadásra, illetve a közös gyermek elhelyezése miatt szakértők bevonására. Fordulhattok ilyen esetben is a Családsegítő Szolgálathoz.

Gyermekjólét, gyermekvédelem

Gyermekjóléti Központ

A Gyermekjóléti Központ alapvető feladata: a gyermek jólétét garantáló szolgáltatások biztosítása, a gyermeki jogok védelme. E tevékenység a családok, az egyének – különös tekintettel a gyermekek – szociális és mentálhigiénés támogatását foglalja magába.

A gyermekjóléti alapellátások célja: a gyermek testi, értelmi, érzelmi, erkölcsi fejlődésének, jólétének, családban nevelésének elősegítése, veszélyeztetettség megelőzése, megszüntetése, családból való kiemelésének megelőzése, kiemelt visszahelyezése. Az alapellátás keretében nyújtott személyes gondoskodást a lakóhelyhez közel biztosítják.

A szolgáltatásokat a Gyermekjóléti Központ a gondozás – szolgáltatás – szervezés hármasságában, a helyi szükségletek feltárása, ismerete alapján valósítja meg.

Gyermekek Átmeneti Otthona

A Gyerekek Átmeneti Otthonában az a családban élő gyerek helyezhető el, aki átmenetileg veszélyeztetett, ellátás és felügyelet nélkül maradt, valamint akinek ellátása a család életvezetési nehézségei miatt veszélyeztetett.

Ki a gyermekjogi képviselő?

Ő az, aki ellátja a gyermekvédelmi gondoskodásban részesülő gyermek törvényben meghatározott védelmét. Segít a gyermeknek panasa megfogalmazásában, kezdeményezi annak kivizsgálását, segíti a gyermeket az állapotának megfelelő ellátáshoz való hozzájutásban.

A gyermekjogi képviselő segítséget kérheti a gyermek (telefonon, fogadóórán, gyermekotthonban), kérheti a gyermek szülője, törvényes képviselője illetve a gyermekönkormányzat, a gyámhivatal és az érdekképviselői fórum.

A gyermekjogi képviselő megtalálható minden gyermekvédelmi gondoskodást ellátó intézményben, ahol fogadóórát köteles jól látható módon megjeleníteni az intézmény. Ez a képviselő jogosult arra, hogy tájékoztatást, iratokat, információkat kérjen és a helyszínen tájékozódjon. Jogosult az intézményvezetőnek írásban észrevételt tenni, melyre 15 napon belül választ kell kapnia. Szükség szerint gyámhatósági eljárást kezdeményezhet.



Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága Családsegítő Szolgálat

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.

Tel.: 76/507-630, 506-084,

507-631, Fax: 76/481-518

Email:

csaladsegito@alapellatas.hu

Ügyfélfogadás:

H.–Sz.: 8.00–16.00,

Cs.: 8.00–18.00

Kecskeméti Városi Bíróság

6000 Kecskemét,

Rákóczi út 17–19.

Tel.: 76/ 519-519

6001 Kecskemét, Pf. 143.

SEGÉLYSZOLGÁLATOK

NaNE! - Nők a nőkért

Bántalmazott nőknek és gyerekeknek.

Tel.: 06 80/505 101

Web: www.nane.hu

Email: info@nane.hu

Minden nap 18.00–22.00-ig
(szerda kivételével)

1447 Budapest, Pf: 502.

ESZTER Ambulancia

1525 Budapest, Pf. 41

Tel.: 1/466-9872

Web: www.eszteralapitvany.hu
Erőszakot elszenvedettek rehabilitációja szolgálat. Cél szerű már a konfliktusok kezdetén ezt megtenni.

Égésügyei és Szociális Intézmények Igazgatósága Gyermekjóléti Központ

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.
Tel.: 76/507-780, 76/507-781
Fax: 76/507-781

Email:
gyerekjoleti@alapellatas.hu
Készenléti szolgálat 0–24 órák
ügyeleti időben:
06 30 518 5126

A lakótelepi/utcai szociális
munka bázisa: Kecskemét,
Széchenyi sétány 4.

Égésügyei és Szociális Intézmények Igazgatósága Gyermekek Átmeneti Otthona

6000 Kecskemét, Ipoly u. 1.
Tel.: 76/504-248

Email:
gyermekotthon@alapellatas.hu

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Családok Átmeneti Otthona

6000 Kecskemét
Hoffmann J. u. 11
Tel.: 76/485-505, 485-696
Email:
kmetcsao@kmetmalta.hu

Kecskemét Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatal Intézményi és Családvédelmi Iroda Családvédelmi Osztálya Gyermekevédelmi Csoportja

6000 Kecskemét, Balaton u. 19.
Tel.: 76/513-513

Bács-Kiskun Megyei Gyermekevédelmi Szakszolgálat

6000 Kecskemét, Kiskert tér 6.
6001 Kecskemét, Pf. 92
Tel.: 76/503-340
Gyermekevédelmi Képviseelő
Kátainé Lusztig Ilona
6000 Kecskemét
Kiskert tér 6.
Tel.: 20/489-96-23
Email:
kataineilona@freemail.hu

Haláleset

Mindannyiunk életében nagyon nehéz szituáció, amikor elveszítünk valakit, ami fontos számunkra. Megváltozik minden, amit eddig megszoktunk... Időt kell hagyni magunknak, és a családunknak, hogy feldolgozzuk a veszteségünket!

Ha egy hozzátartozód meghal, halotti bizonyítványt állítanak ki róla. Ez egy okirat, amelyet orvos, vagy kórház adhat. A halálesetet azonban be kell jelentened a lakóhely szerinti illetékes anyakönyvi hivatalban.

Ehhez szükséged lesz:

- az elhunyt személyigazolványára,
- a családi állapot igazolására,
- az elhunyt házassági anyakönyvi kivonatára.

Vannak gyógyíthatatlan betegek, akiknek gondozásában, és a családtagoknak a tragédia feldolgozásában támogató közreműködésre van szükség. Számukra társadalmi szervezetek állnak rendelkezésre, melyek segítő szolgálatot működtetnek.

Temetés

Temetést általában egy-egy temetkezési vállalkozó intéz, és ők gondoskodnak a szertartás minden pontjáról, illetve ha megbízást adsz és kifizeted, esetleg vállallják az önkormányzatnál a hivatalos teendőket is.

Az önkormányzathoz is fordulhatsz, amennyiben polgári temetést szeretnél. Ha az ottani tisztviselőnek adsz megbízást, ő gondoskodik a halotti búcsúztató beszédről. Ez egy szolgáltatás, amelyért fizetni kell, nincsenek szabott árai.

Ha felekezet tagja vagy, és egyházi temetést szeretnél, az ottani eljárásrendről érdeklődj a lelkipásztorodnál. Az egyházi temetés az egyházak hitéleti tevékenységének, vallási szokásainak tiszteletben tartásával történik.

Árvaság

Ha árvává váltál, árvaellátásra vagy jogosult, amennyiben még nem vagy 25 éves, és nappali tagozaton tanulsz.

Az árvaellátás a szülő elhalálása napjától 16. életév betöltéséig jár, iskolai tanulmányokra tekintet nélkül. A 16. életévét betöltött árva akkor jogosult továbbra is az árvaellátásra, ha oktatási intézmény nappali tagozatán tanul, az ellátás azonban legfeljebb az árva 25. életévének betöltéséig jár. Nem jár árvaellátás akkor sem, ha te, vagy az életben maradt szülőd házasságot köt, avagy örökre fogadnak.

Ilyen igénnyel a Nyugdíjbiztosítási Igazgatósághoz fordulatsz, ahol igénylőlapot kell kitöltened. Ezen kívül szükséged lesz:

- a halotti anyakönyvi kivonat(ok)ra
- a születési anyakönyvi kivonatodra

Szükséges még, hogy az elhunyt hozzátartozód elegendő szolgálati idővel rendelkezzen. Az ellátás összege annak a nyugdíjnak a harminc százaléka, ami az elhunytat öregségi, rokkantsági nyugdíjként, baleseti rokkantsági nyugdíjként halála időpontjában megillette, vagy megillette volna. Ennek 60%-a jár neked, ha mindkét szülőd elhunyt, vagy életben lévő szülőd rokkant.

Pénzbeli ellátások

A pénzbeli ellátások iránti kérelmet a lakóhely szerint illetékes települési önkormányzat polgármesteri hivatalánál, vagy az önkormányzat rendeletében meghatározott önkormányzati szervnél kell előterjeszteni – Kecskeméten a Polgármesteri Hivatal Családvédelmi Osztályánál. A szociális ellátásra való jogosultság elbírálásához a kérelmező kötelezhető arra, hogy családja vagyoni, jövedelmi viszonyairól nyilatkozzék, illetve azokat igazolja.

A szociális ellátásban részesülő a jogosultság feltételeit érintő lényeges tények, körülmények megváltozásáról 15 napon belül köteles értesíteni az ellátást megállapító szervet. A települési önkormányzat szociális rászorultság esetén az alábbi, pénzbeli ellátásokat állapíthatja meg:

Időskorúak járadéka

Az időskorúak járadéka azon idős személyek részére biztosít ellátást, akik szolgálati idő hiányában a nyugdíjkorhatáruk betöltése után saját jogú nyugalomra nem jogosultak, illetve alacsony összegű ellátással rendelkeznek.

A rendszeres szociális segély (1993. évi III. törvény alapján)

A rendszeres szociális segély a szociális törvényben meghatározott, szociális rászorultságtól függő pénzbeli ellátás, mely 2006. évtől családi alapú segélyezéssé alakult át. Összege a család létszámától, az eltartottak számától függ. A rászorulóknak, ha megállapítják, határozatban értesítést küldenek a segély összegéről. A módosítás jelentősége, hogy így közelíteni lehet egymáshoz a segélyezett családok

Nevelési Tanácsadó

6000 Kecskemét, Fecske u. 8.
Tel.: 76/480-700

Kecskeméti Városi Bíróság

6000 Kecskemét,
Rákóczi út 17-19.
6001 Kecskemét, Pf. 143
Tel.: 76/519-519

Bács - Kiskun Megyei Igazságügyi Hivatal Pártfogó Felügyelői Szolgálat

6000 Kecskemét,
Széchenyi sétány 6.
Tel.: 76/501-740
Ügyélfogadás:
H-CS: 09-12, 13-16-ig
P: 09-11-ig

Bács - Kiskun Megyei Igazságügyi Hivatal Jogi Segítségnyújtó Szolgálat Áldozatsegítő Szolgálat

6000 Kecskemét,
Széchenyi sétány 5.
Tel.: 76/502-940, 502-942
502-943

Kecskeméti Ölelő Kéz Ápolási és Hospice Alapítvány

6000 Kecskemét, Nyíri u.38.
Tel.: 76/516-706

Napfogyatkozás Egyesület

1276 Budapest, Pf. 194
Tel.: 06-70/259-3978
napfogyatkozás@index.hu

Bács-Kiskun Megyei Nyugdíjbiztosítási Igazgatóság

6000 Kecskemét,
Deák Ferenc tér 5.
Tel.: 76/519-200
6001 Kecskemét, Pf. 21.

**Polgármesteri Hivatal
Lakosságszolgálati
Iroda Igazgatási Osztály
Anyakönyvi Csoport**

6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.
Tel.: 76/513-561, 513-522
Ügyfélfogadás:
kedd: 8.15–16.30
(ebédszünet: 12.00–13.00)
csütörtök: 13.00–18.00



anyagi helyzetét. Azok a személyek kérhetik az ellátás megállapítását, akiknek megélhetése más módon nem biztosított, ezért a kérelem benyújtásakor az igénylő jövedelmi viszonyait vizsgálni kell.

Bérpótló juttatás (BPJ): (1993. évi III. törvény alapján)
Bérpótló juttatásra jogosult az a személy, akinek az aktív korúak ellátására való jogosultságát megállapították. (Kivéve a rendszeres szociális segélyezettek.)

Lakásfenntartási támogatás (1993. évi III. törvény alapján)

A települési önkormányzat lakásfenntartási támogatást annak a személynek nyújthat, akinek a háztartásában együtt élő személyek a településen elismert minimális lakásnagyságot és minőséget meg nem haladó lakásban vagy nem lakás céljára szolgáló helyiségben élnek.

Az ápolási díj (1993. évi III. törvény alapján)

Az ápolási díj a tartósan gondozásra szoruló személy otthoni ápolását ellátó nagykorú személy részére biztosított anyagi hozzájárulás.

Átmeneti segély

A települési önkormányzat a létfenntartást veszélyeztető rendkívüli élethelyzetbe került, valamint időszakosan vagy tartósan létfenntartási gonddal küzdő személyek részére a rendeletében meghatározottak alapján átmeneti segélyt alapít meg. A segély adható alkalmanként, vagy havi rendszerességgel is.

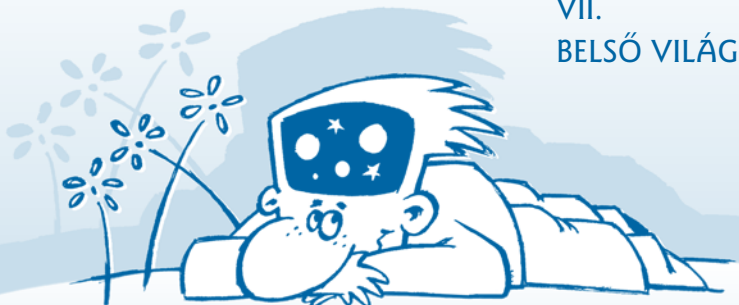
Temetési segély

A települési önkormányzat a rendeletében meghatározott feltételek szerint állapíthatja meg annak, aki a meghalt személy eltemettetéséről gondoskodott annak ellenére, hogy arra nem volt köteles, vagy tartásra köteles hozzátartozó volt ugyan, de a temetési költségek viselése a saját, illetve családja létfenntartását veszélyezteti.

HASZNOS HONLAPOK

www.magyarorszag.hu	www.szulocsatoma.hu
www.csalad.lap.hu	www.babanet.hu
www.pkm.hu	www.koloknet.hu
www.szexinfo.hu	www.csaladinet.hu
www.fogamzasgatlas.hu	www.holnaphonlap.hu

VII. BELSŐ VILÁGOD



Az önismeret

Ma már a csapból is ez a téma folyik. Igencsak elcsépeltek tűnik, mégis elmondhatjuk, hogy mindenkit foglalkoztat a kérdés: „Ki is vagyok én?”. Mindannyiunkat érdekel, hogy egy-egy helyzetben miért reagálunk így, vagy amúgy – néha számunkra is meglepően, és furcsán. Hogy miért szeretünk vagy utálunk dolgokat? Miért van az, hogy egyik ismerősöd azt mondja rólad, mennyire megbízható vagy, míg a másik épp azt vágja a fejedhez, mennyire nem lehet rád számítani?

Miközben ezen rágod magad, irigyen, szemed sarkából figyeled azokat a társaidat, akik olyan magabiztosnak tűnnek, és töröd a fejed, hogy ők vajon hogyan csinálják... aztán talán bedőlsz Te magad is egy-két „hogyan legyek bűbájos” mesterként módszerekre.

Tudomásul kell venni, hogy mi, emberek, közösségi lények vagyunk. Hatunk egymásra. Folyamatosan, még akkor is, ha ez azonnal nem tudatosul bennünk. Önmagunk vizsgálata pedig nagyon izgalmas (és, ha nem visszük túlzásba, igen hasznos) elfoglaltság: figyelni saját belsőnket, azt, milyen hatással vagyunk környezetünkre, illetve hogyan reagálunk annak változásaira.

Nagy Egészünket persze nehéz folyamatosan átlátni, kontroll alatt tartani. Bizony van, hogy összekuszálódnak a dolgok. Amennyiben úgy érzed, hogy túl bonyolult az életed, vagy elviselhetetlenül nehéz, és azt gondolod, egyedül már nem bírod, segítségre van szükséged, fordulj bátran családtagjaidhoz, barátaidhoz vagy keress fel hozzá(d) értő szakembert.

A FEJEZET TARTALMA

Az önismeret 102

A nemzeti identitás 103

Lelki egészségünk 103

Lelki zavarok, betegségek 104

Évészavarok 105

Félelem, szorongás 106

Depresszió 106

Öngyilkosság 106

Szenvedélyeink 108

Drogfüggőség 109

Fedél nélkül 110

Nincs mit enned? 112

Nem vagy egyedül 112

SEGÉLYSZOLGÁLATOK

KÉK VONAL – Gyermek- és Ifjúsági Telefonszolgálat

Tel.: 116-111

www.kek-vonal.hu

Csellengők – Eltűntek nyomában

Tel.: 1/438-08-58

Meleg háttér

Melegeknek:

18.00–23.00-ig minden nap:

1/329-3380,

ingyen hívható: 06 (80) 505-605

www.hatter.hu

Telefonos segélyszolgálat és információ homo- és biszexuálisok, valamint családtagjaik és barátai számára.

Labrisz Leszbikus Egyesület

www.labrisz.hu

A Labrisz Leszbikus Egyesület azért jött létre, hogy felhívja a közvélemény figyelmét a nők szexuális kisebbségeinek a társadalom minden területén megnyilvánuló hátrányos megkülönböztetésére, és oldjon az előítéleteken, sztereotípiákon.

A nemi identitás

Vagyis, hogy az egyén melyik nemhez tartozónak éri magát. Először is fontos tudni, hogy a nemi identitás és a szexuális preferencia két teljesen különböző dolog. Az előbbi azt jelenti, hogy az ember melyik nemhez tartozónak éri magát, az utóbbi pedig, hogy melyik nemhez vonzódik szexuálisan. „Normális” esetben genetikailag és anatómiailag a két nem közül valamelyiknek születünk, majd hamarosan kialakul a nemi identitásunk. A gyerekek általában óvodáskorukban fedezik fel, hogy a fiúknak van „valamijük”, ami a lányoknak nincsen. És innen már csak egy lépés annak a felismerése, hogy éppen ez az a valami, ami elsősorban megkülönbözteti a fiúkat a lányoktól. Kamaszkorunkra már nem csak azzal vagyunk tisztában, hogy melyik nemhez tartozunk, hanem nagyjából el is sajátítjuk azokat a viselkedésmódokat, amelyek a számunkra megfelelnek, azaz a megfelelő nemi szerepeket.

Azonban ez nem mindenkinek megy ilyen simán. A nemi identitás zavarával küzdők problémája, hogy az anatómiai nemük és az általuk átélt nemi hovatartozás között eltérés van. Tehát valaki férfinak születik, de nőnek éri magát, vagy fordítva, nőnek születik, de férfinak éri magát. Ezt az állapotot nevezzük transzszexualitásnak. Ez egy pszichés betegség, senki sem választja önként ezt az állapotot, hanem így születik. Egyelőre nem bizonyított, de léteznek arra utaló adatok, hogy a transzszexuálisok agyának bizonyos részei jobban hasonlítanak az ellentétes nem agyának megfelelő részeire, tehát valószínűleg ők a szó szoros értelmében idegen testben élő lelkek.

LELKI EGÉSZSÉGÜNK**Mikor vagyunk egészségesek? Mit értünk lelki egészség alatt?**

Sigmund Freud, híres pszichológus szerint „egészséges az, aki dolgozni és szeretni tud”. Ugye milyen frappáns megközelítés!

Két oldalról közelíthet meg a lelki egészség, vagyis a „normalitás”

- Egyfelől azt mondhatjuk, hogy a normalitás az átlagos viselkedés, amely nem lóg ki a sorból, amelyeknek nincsen túlzott vonása. Ez a megközelítés az egészséget a betegség felől határozza meg. A hiányra koncentrál, és úgy tartja, egészséges ember az, akinek nincs betegsége.

- Másfelől abból is kiindulhatunk, hogy a normalitás egy kiáltásos állapot – elérendő ideál, amely csak keveseknek adatik meg. Ez a megközelítés pozitív megállapításokat tesz, elérendő emberi tulajdonságokat sorol fel.

LELKI ZAVAROK, BETEGSÉGEK

A testi betegséggel kapcsolatos tudnivalókat általában serdülőkorunkra megtanuljuk. Tudjuk, hogy mit tegyünk, ha fáj a hasunk, vagy köhögünk, és a hideg ráz. Tudjuk melyik az az állapot, amikor már nem otthon kúráljuk magunkat, hanem orvoshoz fordulunk segítségért.

Nem így van a lelki betegségekkel: ezeket egy sajátos, kettős hallgatás veszi körül. Nem vesszük komolyan, nyafogásnak, hisztinek tartjuk. Úgy tűnik, hogy a testi betegségeknek van csak becsülete. Megtanuljuk testi panaszainkat megfogalmazni, szavakba önteni, kezelni, segítséget kérni. A negatív érzések (düh, szorongás, gyűlölet kétségbeesés stb.) megfogalmazása annál nehezebb, problematikusabb, és túlrelmetlen hárítást kelt környezetünkben.

A betegség mindig megzavarja az ember életvitelét. Néha még egy közönséges nátha is ünnepet ronthat el. Alapvetően megtöri a megszokott mindennapok lendületét, rendjét, gyakran kiszolgáltatottsággal, félelmekkel jár, számvetésre, megtorpanásra, megalkuvásra kényszeríthet. Pláne, ha az kórházba kerüléssel jár. Aki gyakran, vagy hosszantartóan beteg, eltávolodik az élet sűrűjétől. Persze, mindannyian ismerjük a betegség nyújtotta menedéket is: milyen jól jön egy kis megfázás a fizikadolgozat napján, vagy a munkahelyi nagy hajrá közepette.

A lelki betegség azonban alapjaiban rendíti meg az ember egész valóját, megváltoztatja kapcsolatait, célkitűzéseit. Depressziósnak lenni egész más, mint cukorbetegséggel élni. Itt a kórházba kerülés, az egyenlő az elmeosztályra kerüléssel, ami szegény, megbélyegzés.

Az eddigiekből talán kiderül, hogy míg a testi betegségek – rövidebb-hosszabb idő után – viszonylag hirtelen és egyértelmű tünetekkel jelentkeznek, amit mindannyian vitathatatlan tényként élünk meg, addig a lelki egyensúly vesztese, majd a beteggé válás lassan, fokozatosan, több szakaszban történik.

Sokszor dilemmát jelent az is, hogy bizonyos tünet(ek) fennállása esetén, az már betegségnek tekinthető-e. E nehézségek áthidalására vezették be a lelki zavar fogalmát, jelezve, hogy itt nem hagyományos értelemben vett betegségről van szó. Ugyanakkor a mai orvoslás tudománya sem választja szét





Iffjúsági Mentálhigiénés Gondozó

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.

(kórház)

Tel.: 76/516-945

Lelki Elsősegély Telefonszolgálat

Tel.: 06-80-505-505

Tel.: 06-80-505-511

www.sos505.hu



szigorúan a testi és a lelki betegségeket, hiszen egyik hat a másikra. Hányszor fordult az elő, hogy féltél valamitől, szorongtál, és megfájdult a gyomrod, vagy a fejed... Érdemes figyelni testünk jelzéseire!

Az alábbiakban néhány fiatalokra is jellemző lelki zavarról olvashattok:

Először is jó lenne, ha tisztán látnád, hogy azok a tünetek, amikről most majd itt szó esik, nem egyértelműen a betegség jelei, hisz mindannyian voltunk már rossz hangulatban, mégsem mondható el valamennyiünkről, hogy depressziósak volnánk. Hogy pontosan hol a határ, nehéz megmondani... de azért vannak egyértelmű jelek.

Zavarról beszélhetünk:

- ha már a mindennapi tevékenységek elvégzése akadályba ütközik
- ha minden, ami addig fontos volt, háttérbe szorul
- ha többszöri próbálgatás ellenére se sikerül változtatni.
- ha jellemben változás történt (pl: sokkal ingerlékenyebb, feszültebb az illető)

Fontos szempont, hogy időben meddig tartanak ezek az állapotok: depresszió és kényszer esetében két hét, pániknál egy hónap után beszélhetünk krónikus állapotról.

EVÉSZAVAROK

Az evési rendellenességek, olyan betegségek, melyek következtében valaki (többnyire fiatal lányok) olyan abnormális evési szokásokat tesz magáévá, melyek az egészségét, és időnként az életét is veszélyeztetik. Ilyen evészavar az anorexia nervosa és a bulimia. Mindkettő orvosi kezelést igényel.

Milyen a saját alkatom?

1869-ben egy Quetelet nevű, Kanadában élt belga orvos dolgozta ki a **testtömeg indexet** (angolul: **Body Mass Index, BMI**). Ez jól használható jelzője az elhízásnak, a kívánatos testtömegnek és a soványságnak.

Hogyan számoljam ki a testtömeg indexemet?

$BMI = \text{jelenlegi testtömeged (kg)} / (\text{testmagasságod (m)})^2$
Egy 1,76 m magas és 80 kilogrammos ember példájával: $80 / (1,76)^2 = 80 / 3,0976 = 25,8$

A 20-25 közötti érték a megfelelő.

25,1-30 = 1. fokú, 30,1-35 = 2. fokú,

35,1-40 = 3. fokú, 40 felett = 4. fokú elhízást jelent.

FÉLELEM, SZORONGÁS

A fóbia bizonyos helyzetekhez, tárgyakhoz, állatokhoz stb. fűződő heves tünetekkel járó pánik félelem. A kényszer, teljesen értelmetlennek tartott gondolat vagy cselekvés, amelyek heves, kínzó szorongással járnak. A gondolatokat az egyén igyekszik elnyomni, vagy más gondolatokkal/cselekedetekkel semlegesíteni. Mindkét esetben tisztában van az egyén ennek értelmetlenségével, irracionálisával, mégis teljesen megköti ez a félelem.

DEPRESSZIÓ

Leggyakoribb tünete a hangulati lenyomottság. Rádásul bármilyen örömhír csak fokozza a szomorúságot, elkeseredést. Nem lehet felvidítani. Először az egyén elbizonytalanodik értékeiben, majd mind rosszabbnak, hitványabbnak látja önmagát, tele lesz önváddal, magát leértékelő gondolatokkal és érzésekkel. Tipikus mondata: „semmire se vagyok jó”. Érzéseiben semmilyen pozitív nem jelenik meg, csak a rossz, kellemetlen érzései maradnak.

Ez az értéktelenség és az örömvésztes nagyon gyakran öngyilkossági fantáziákat hív elő. Emellett az egyik legkeservebb tünet a különböző készségek elvesztése, pl. háziasszonyoknak a főzés, vagy a zenész, aki csak ül a hangszere előtt...

Jellemzői:

- levert hangulat, érdeklődés/öröm elvesztése
- lelassul a gondolkodás
- érzelmvezéreltté válik
- fáradékonyság, gyengeség, erőtlenység
- a mozgás is lelassul
- állandó szorongás, alvászavar
- testsúlyváltozás
- öngyilkossági gondolatok
- általában valamilyen testi betegség társul hozzá

Öngyilkosság

Sokan úgy gondolnak erre a lehetőségre, mint egy „kiskapura” az életünk folyamán. Vannak, akiknek gyakrabban eszébe jut, és vannak, akiknek egész életük folyamán csak néhányszor. Sok, öngyilkosságot fontolgató ember számára nem látszik másik kiút. Gyakran olyan átmeneti problémánál is ezt az utat látjuk megoldásnak, amit néhány hét múlva egészen más fényben látunk (persze ezt előre semelyikünk se tudja). Ha ilyen depressziós gondolataink vannak, ilyenkor a dolgokat egy szűk perspektívában szemléljük. A legtöbbben, akik saját életük kioltásán gondolkodtak már, most örülnek, hogy élnek.





Legfontosabb, hogy valakivel beszéljünk, legyen az családtag, vagy barát, vagy egy számodra megbízható ismerős, vagy egy hivatalos helyen egy szakmai segítő. Ha beszélsz valakivel, az nagy megkönnyebbülést jelent.

Te is segíthetsz!

Valószínűleg Te is tapasztaltad, milyen sok segítséget jelent az, amikor vagy jó passzban, és valaki melléd áll. Tény, hogy nem minden esetben kell orvoshoz, pszichológushoz, vagy a pszichiátriára rohannod és SOS jeleket eregetned, ha környezetben lelki zavarral élő emberrel találkozol. Lehet, hogy épp Te vagy a legfőbb segítség Valaki számára. És ez legalább olyan fontos, mint az előbb felsoroltak (ezzel egyáltalán nem kicsinyítve a szakmai segítség lehetőségeit).

Vedd észre!

A lelki zavarral küszködőknek nagyon sok lelki/érzelmi támogatásra van szükségük. Előfordulhat, hogy

- dühösek, ijedtek vagy agresszívak;
- annyira maguk alatt vannak, hogy attól tartasz, esetleg kárt tesznek magukban;
- nem hajlandók elismerni, hogy a viselkedésük bármilyen értelemben különös vagy nem normális;
- zavarba ejtő vagy elfogadhatatlan dolgokat művelnek;
- képtelenek megbirkózni a mindennapi feladataikkal;
- esetleg ellenségesnek tűnnek mindenkivel vagy hozzátartozóikkal szemben.

Ha úgy érzed, van valaki a környezetben, aki komoly érzelmi problémákkal küzd, vagy a fent említettek bármelyikével, próbáld arra bátorítani, hogy beszéljen az érzéseiről, s esetleg forduljon szakemberhez.

Hallgasd meg őt!

Ha valaki depressziós, szorong vagy kétségbe van esve, jót tesz neki, ha beszél az érzéseiről. Légy támogató, bátorítsd őt, de ne próbáld megmondani, mit érezzen vagy mit csináljon!

Mutasd ki a szereted és megbeesülésedet!

Ez nagyon fontos, ha valakinek kicsi az önbizalma. Minden kis sikert el kell ismerni és meg kell ünnepelni!

Érj hozzá!

Ha megöleled vagy megfogod a kezét, azzal növeled a depressziós vagy szorongó ember biztonságérzetét, és ez gyakran enyhíti a feszültséget.

Nevezz vele!

Egy jó film, videó vagy jóleső, vidám emlékek felelevenítése – bármi segít, amitől valaki könnyebben érzi magát, el tud feledkezni egy kis időre fájdalmáról. De a vidámság és

a közös nevetés nem ugyanaz, mint felszólítani valakit arra, hogy „szedje már össze magát”, és „legyen már vidámabb”!

Segíts a mindennapokban!

Sokat segíthetsz olyan kis mindennapi dolgokban, mint a bevásárlás, a takarítás, az ügyintézés – de próbálj úgy segíteni, hogy közben ne éreztesd a másikkal, hogy „tehetetlen” vagy „szerencsétlen”, aki a te segítséged nélkül nem tud megállni a lábán.

Fogd pártját!

Előfordulhat, hogy ki kell állnod szeretted mellett, harcolnod kell helyette – legyen szó bármiről, munkahelyi problémáról vagy konfliktusról, arról, hogy milyen segítséget kaphat vagy milyen ellátásban részesül.

Bátorítsd mindenben!

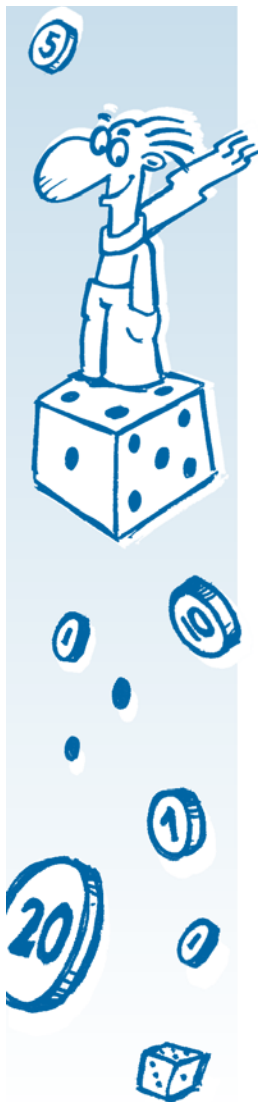
A depresszió és a szorongás következtében az ember sokszor úgy érzi, nem képes ellenőrzése alatt tartani a saját életét, nem tudja irányítani a sorsát. Ezen többek közt segíthetsz úgy is, hogy türelmesen átgondolod vele együtt, mit is szeretne, mire volna szüksége, mire vágyik – Tőled, másától vagy általában az életben.

Rettenetesen megerhelő és ijesztő lehet, ha egy barátod vagy rokonod lelki fájdalomtól szenved, és hirtelen Neked kell gondoskodnod róla, noha erre nem érzed felkészülve magad. Fontos tehát, hogy a saját érzéseiddel is törődj, és segítséget kérj a saját érzéseid tisztázáshoz, hogy képes légy néha elszakadni a gondoktól, amelyeket a szeretteiddel való foglalkozás ró Rád. Szükséged van pihenésre. Kérj segítséget a barátoktól, a rokonoktól!

SZENVEDÉLYEINK

Ma már betegségnek nevezhetjük, és nagyon fontos azzal tisztában lennünk, hogy van rá kezelés, gyógyítható. Nem szükséges beletörődni. Nagyon fontos, hogy ebben a szavunkban benne van a szenved szó: hiba volna azt hinni, hogy az ember felhőtlen boldogságban éli meg azokat a perceket, órákat vagy talán napokat, amiket a Szenvedélyével tölt, valójában kínzó szorongását, feszültségét akarja oldani, s érezni újra meg újra azt a boldogságot, ami szenvedélye nyújt. Persze fontos tisztázni azt is, hogy nem mindenki beteg, aki már elszívott egy füves cigit, vagy járt már kaszinóban.

Helyhiány miatt az elkövetkező oldalakon csupán a drogfüggőségről olvashattok, de számos más, fiatalokra jellemző szenvedélyről is szót ejthetnénk (net-, vásárlás- és játékszenvedély).



**RÉV Szenvedélybeteg-
segítő Szolgálat**

Kecskemét, Fecske u. 20.

Tel.: 76/415-466

Zöld szám: 06-80-204-226

csak vezetékes telefonvonalról
hívható

revkmet@t-online.hu

www.revkecskemet.hu

TÁMASZ Drogambulancia

Kecskemét, Izsáki út 5.

(kórház)

Tel.: 76-484-384

KÉK PONT**Drogkonzultációs Központ**

Tel.: 1/215-7833

www.kekpont.hu

SZIGET Droginformációs**Alapítvány**

1097 Budapest, Kertész u. 32.

Tel.: 1/413-61-95, 1/413-61-96

www.droginfo.hu

SEGÉLYSZOLGÁLATOK

Drog Stop

Éjjel-nappal hívható

06-80-505-678

email@drog-stop.hu

http://drog-stop.hu/

JOGSEGÉLY**Társaság a****Szabadságjogokért**

1084 Budapest,

Víg utca 28. I. em. 3.

Tel./ Fax: 209-0046, 279-0755

E-mail: tasz@tasz.hu

www.tasz.hu

Drogfüggőség

UGYE, már Te is drogoztál!? Ne mondd, hogy a legális drogok (alkohol, nikotin, koffein) kipróbálásán még nem vagy túl! Talán már az is előfordult, hogy visszaéltél ezekkel a szerekkel – vagyis többet fogyasztottál belőlük a kelleténél. Az is tuti, hogy hallottál már az illegális drogokról (marihuána, heroin, LSD, extasy, stb.), melyek használatát törvény tiltja. De talán azt nem tudod, hogy a legtöbb drogos olyan anyagok rabja, melyek ugyan kereskedelmi forgalomban kaphatók, de nem úgy, vagy nem arra használják ezeket, ahogyan, vagy amire valók lennének (gyógyszerek, oldószerek, stb.).

Legyen az természetes, vagy mesterségesen előállított, drognak nevezünk minden olyan anyagot, amely a testbe jutás után megváltoztatja a közérzetet és a hangulatot – gyakran a magatartást is. A drog elsősorban a központi idegrendszerben idéz elő változást, mely egy időre átalakítja az ember személyiségét. Szinte mindenkire másképpen hat az anyag, és különböző emberek különféle okok miatt drogoznak. Az anyaggal bejárt út, a drogkarrier, azonban mindannyiukban közös:

**próbalgatás → visszaélés (abúzus) → hozzászokás
→ függőség (dependencia)**

Persze nem lehet pontos határvonalat húzni a drogkarrier állomásai közé. Észrevétlenül csúszol át az alkalmi használatból a függőségbe... és innentől már semmi élvezet nincs a dologban – kényszerből használod a drogot.

Lelki (pszichikai) kényszer alatt állsz, mert az anyag nélkül „üresnek” érzed magad, de ami még ennél is rosszabb, a legtöbb szertől testi (fizikai) függőség is kialakul – vagyis a szervezet sejtjei már csak akkor tudják ellátni a feladatukat, ha rendszeresen hozzájutnak a droghoz. Jönnek az elvonási tünetek, amelyekbe durvább esetben bele is halhatsz!

Te tudod, hol tartasz? Fontos, hogy időben tudatosuljon benned, ha esetleg hozzászoktál valamihez! Ugyanis minél korábban fedezed fel, annál nagyobb az esélye, hogy sikeresen megszabadulhatsz tőle. Figyeld a három árulkodó jelet! 1. Változás: a hozzászokás megváltoztatja a szemléletedet, belső értékrendedet. Amihez hozzászoktál, annak öröme számodra felértékelődik, hiánya pedig erős szükségletként jelentkezik. 2. Megszokás (tolerancia): ha rendszeresen élsz a droggal, a korábbi, hatásos adagok már nem hozzák meg a várt eredményt, mert szervezeted „hozzáigazította” magát a szerhez. Kialakult a tolerancia, emelned kell az adagot. 3. Ismétlődés: az adott szer rendszeres, ismétlődő használatát, fogyasztását jelenti, melyre már a környezeted is (általában negatívan) reagál.

A drogfüggőség jelei

- állandósuló tünetek: kivörösödött szemek, torokfájás, száraz köhögés és fáradtságérzés
- az alvási és evési szokások gyökeres megváltozása
- kedvetlenség, ellenséges és goromba viselkedés
- iskolai, munkahelyi problémák, lógás
- apátia, az érdeklődés elvesztése az eddig kedvelt dolgokkal, tevékenységekkel kapcsolatban is
- elszigetelődés, eltávolodás a régi barátoktól, új társaság
- lopás, rendszeres hazudozás, a családi kapcsolatok megszakítása

Drogambulanciák

Az országban több helyen működnek, szolgáltatásaik között az alábbiak szerepelhetnek:

- általános tanácsadás és tájékoztatás a drogokkal kapcsolatban
- utógondozás és személyre szóló tanácsadás kábítószer-fogyasztók és családtagjaik számára
- javaslatokat adnak arra vonatkozóan, hogyan kerülhető el a fertőzés veszélye tű és fecskendő közös használata során
- járóbeteg szakrendelés kábítószer-fogyasztók számára (ahol többek között a drogot helyettesítő gyógyszereket írnak fel a beteg számára)
- súlyosabb esetekben kórházi kezelést biztosítanak
- az elvonókúrán átesett betegekről rehabilitációs intézetekben gondoskodnak

Rehabilitációs házak

Bármilyen drog, alkohol, gyógyszer, szipu, politoxikomán stb. rehabilitációja történik ezekben az intézményekben, bentlakásos formában. Az intézménybe bárki jelentkezhet, akinek szer problémája van, és változtatni szeretne. Beutaló nem szükséges, azonban az előzetes detoxikálódást elvárják. A felvételt kizáró okok lehetnek: súlyos egészségkárosodás (vagyis elsősorban olyan mozgáskorlátozottság, ami a munkaterápiában való részvételt lehetetlenné teszi), elmebetegség.

FEDÉL NÉLKÜL KECSKEMÉTEN

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat működtet a városban Népnyoknyát és Hajléktalan Ellátó Intézetet

A Nappali melegedő elsősorban a hajléktalanok nappali tartózkodására nyújt lehetőséget. A nappali melegedő feladata továbbá – utcai szociális munka keretében – az utcán tartózkodó hajléktalanok helyzetének, életkörülményeinek figyelemmel kísérése, szükség esetén ellátásuknak kezdeményezése, illetve a szükséges intézkedés megtétele helyzetük javítása érdekében. Kecskeméten 70 fő részére biztosítanak az intézményen belül tartózkodási helyet, mentális gondozást, in-

**Máltai Szeretetszolgálat**

6000 Kecskemét
Hoffmann J. u. 11.
76/506-124

Hajléktalan Ellátó Intézet

6000 Kecskemét
Matkói u. 20.
76/506-520



Családok Átmeneti Otthona

Kecskemét
Hoffmann J. u. 11.
Tel.: 76/ 485-696

Népkonyha

Kecskemét 6000
Hoffmann J. u. 11.
Tel.: 76/506-124

"Silencio" Hajléktalanok Átmeneti Szállása Éjjeli Menedékhelye és Nappali Melegedője

Kecskemét, 6000,
Csabay Géza krt. 1.
Tel.: 76/ 328-223
email: nappalimelegedo@silencio.hu, hajlektalan@silencio.hu,



formációsolgáltatást. A „melegedők” tévézhetnek, videóznak, olvashatnak, lehetőségük van tisztálkodásra, mosásra és csomagmegőrzésre. A szolgáltatás térítésmentes.

Családok Átmeneti Otthona: olyan családoknak nyújt segítséget, akiknek a lakhatásuk veszélybe került, és megoldhatatlan a lakhatási helyzetük. A rászoruló 12 hónapig (egyszeri 6 hónapos meghosszabbítással) lakhatnak itt, térítési díj ellenében. Az Otthonban életviteli tanácsadás, szabadidős programok szervezése, és jogi tanácsadás vehető igénybe. 21 fő elhelyezésére van lehetőség.

Népkonyha: A rászoruló 12 hónapig (egyszeri 6 hónapos meghosszabbítással) lakhatnak itt, térítési díj ellenében. Az Otthonban életviteli tanácsadás, szabadidős programok szervezése, és jogi tanácsadás vehető igénybe. 21 fő elhelyezésére van lehetőség.

A Hajléktalan Ellátó Intézet a következőket működteti:

- Hajléktalanok Idősek Otthona. Olyan hajléktalanok vehetik igénybe, akik rendelkeznek nyugdíjjal. Van térítési díja.
- Hajléktalanok Rehabilitációs Intézete: hajléktalanok részére, akiknek segítenek visszaállítani a munkaerőpiac világába.
- Hajléktalanok Átmeneti Otthona. 6 hónapig vehető igénybe, segítenek a munkaerőpiac világába visszakerülni
- Hajléktalanok Éjjeli Menedékhelye: este 18 órától reggel 7 óráig van nyitva. Minden nap újra be kell jelentkezni, azaz nem vehető igénybe folyamatosan.
- Nappali Melegedő. Nyitott mindenki számára.

"Silencio" Hajléktalanok Átmeneti Szállása Éjjeli Menedékhelye és Nappali Melegedője

Szolgáltatások intézménytípusonként:

Az **éjjeli menedékhelyen** délután 16 órától este 22 óráig fogadják a szállás nélkül maradt rászorulókat, hajléktalanokat. Az elhelyezési érkezési sorrendben történik a 4-6 fős szobákban. Ez az elhelyezési forma ingyen vehető igénybe. Az intézmény reggel 8 órakor zár be.

Az **átmeneti szállón** szintén 4-6 fős szobákban kapnak elhelyezést a lakhatás nélkül maradt rászoruló. Ez hosszabb távra (hónapokra, max 2x1 évre) biztosítható elhelyezési forma, megállapodással, térítési díj ellenében, a havi térítési díj 2011-ben 10 000 Ft (Csak az átmeneti szálló térítési díj köteles!). A szállóra 22 óráig be kell érkezni, vagy előre jelezni a későbbi érkezést.

Az épületben **nappali melegedő** is működik, 8-16 óráig. Itt tisztálkodási, mosási és étel melegítési, szabad idő eltöltési, alapvető egészségügyi szolgáltatás igénybevétel (vérnyomás-, vércukor mérés, kisebb sebellátás) és internet hozzáférési lehetőség biztosított az ellátottak számára, valamint nyitottak a tévéző és társalgó helységek is.

Az intézményben **népkonyhas étkeztetés** (napi egyszeri egytál meleg étel) is igénybe vehető, helyben fogyasztható 12-14 óra között.

Ezeket az ellátási formákat nagykorú, magyar állampolgárok vehetik igénybe, akik önellátásra képesek. Kizárólag józan állapotban vehetők igénybe a szolgáltatások. A bentlakáshoz 1 hétnél nem régebbi orvosi igazolás fertőzőmentességről, illetve 1 évnél nem régebbi, negatív tüdőszűrő lelet is szükséges.

NINCS MIT ENNED?

Az étkeztetés (népkonyha) keretében azoknak a szociálisan rászorultaknak a legalább napi egyszeri meleg étkezéséről gondoskodnak, akik azt önmaguknak, illetve önmaguknak és eltartottjaik részére nem képesek biztosítani. Étkeztetésben kell részesíteni tehát azokat (és eltartottjaikat), akik koruk vagy egészségi állapotuk miatt nem képesek az egyszeri meleg étkezésről más módon gondoskodni. Mindenkinek joga van egy tál ételhez minden nap!

Térítésmentesen ebédelni Kecskeméten a Máltai Szeretetszolgálat által működtetett Népkonyhán lehet a Hoffmann János utcában (azoknak, akiket a Hajléktalan Gondozó Szolgálat javasolt az ellátásra). Ugyanitt reggeli és vacsora is kérhető.

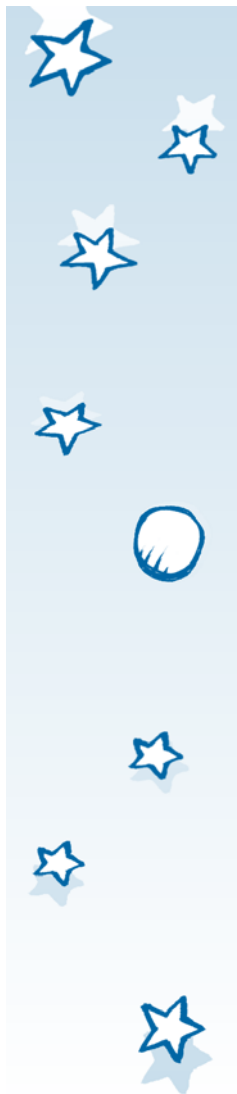
NEM VAGY EGYEDÜL

Ha csak rápillantasz kiadványunk oldalaira, máris láthatod, hogy mennyire sok szervezet, intézmény segít Neked abban az esetben, ha bajba kerülsz, vagy, ha eltévedtél ebben a kusza világban.

Azonban a segítő szolgálatok többnyire esetileg kezelik problémáidat, nincsenek – és nem is lehetnek – ott mindig mellett. Márpedig kell, aki kísér, aki folyamatosan jelen van életedben, akire számíthatsz, akiben hiszel, és aki erőt adhat, ha túl kicsinek érzed magad egy-egy feladat megoldásához. Ugye, nem kell nagyon sokat gondolkodnod, hogy tudd, Neked ki az?! Talán az Édesanyád, az Édesapád, az Ételed Párja, vagy akár a Legjobb Barátod. Persze, vannak, akik ennél „tovább mennek”, és egész életüket rábízják „Valakire”. Valakire, akivel minden nap – de akár a nap minden percében – bensőséges kapcsolatba kerülhetnek, és aki nem csak segíti, de alapvetően meg is határozza életvitelüket. A hívó emberek – mert róluk van szó – emiatt igen fegyelmezett életet élnek.

Természetes, hogy ők a hasonló gondolkodású emberek közösségét keresik, mint ahogy az is, hogy a közösségek is kutatják az értékeikre fogékony embereket. Mindkét szándékot mindenkinek tisztelőben kell tartania!

Vallása, hite miatt megkülönböztetni, elítélni senkit sem szabad!





TÖRTÉNELMI EGYHÁZAK KECSKEMÉTEN:

Evangélikus Egyház

6000 Kecskemét,
Szabadság tér 3.
Tel.: 76/323-506

Református Egyház

6000 Kecskemét,
Szabadság tér 7.
6001 Kecskemét, Pf. 129.
Tel.: 76/500-380

Római Katolikus Főplébánia

6000 Kecskemét,
Kossuth tér 2.
Tel./Fax: 76/487-501

Zsidó Hitközség

6000 Kecskemét,
Nagykőrösi utca 8.

TOVÁBBI KÖZÖSSÉGEK

Kecskeméti Baptista Gyülekezet

6000 Kecskemét,
Szentgyörgyi Albert u. 23.
Tel.: 76/ 486-750

Buddhista Gyémánt Út Közösség

6000 Kecskemét,
Széchenyi krt. 7/D.
Tel.: 20/219-94-22
kecskem@buddhizmusma.hu
www.buddhizmusma.hu

Görögkeleti Egyházközösség

6000 Kecskemét,
Hornyik János körút 1.

HIT Gyülekezete

6000 Kecskemét,
Kiskőrösi út 5.
Tel.: 76/506-590
20/ 460-41-44

Jehova Tanúi Királyság Terme

6000 Kecskemét,
Március 15. u. 29.
Tel.: 76/416-123
www.watchtower.org

Magyarországi Krisna Tudatú Hívők Közössége

6000 Kecskemét,
Akadémia krt. 52. fsz.90.

Szeientológia Egyház Kecskeméti Misszió

6000 Kecskemét,
Izsáki út 80.

Utolsó Napok Szentjeinek Jézus Krisztus Egyháza

6000 Kecskemét,
Wesselényi u. 1.
76/322-991



Életünk nélkülözhetetlen része lett az Internet, amely nélkül valljuk be, már el se tudnánk képzelni a mindennapokat.

Manapság a neten már mindent megtalálsz. És ez ma már nem költői túlzás! Ha utazni szeretnél, megnézed a menetrendet, vagy azt, hogy kedvenc zenekarodnak hol és mikor lesz koncertje. De megnézheted az aktuális moziműsort vagy akár a fesztiválok programjait is. És ha közben megéhezel, rendelhetsz egy finom menüt, vagy akár kérészkelhetsz a romantikus beülős, beszélgetős kávézók és a pörgős parti-ajánlók között is.

Nyáron, amikor a nyaralásodat szervezed, a barátokkal neten keresztül tájékozódhatsz, hogy hova, mikor, mennyiért érdemes menni. A netet akkor is használhatod, ha messze jársz a családotól. Ha van internet elérésed, mikrofonod és fülhallgatód a világ bármely részéről ingyen tudsz beszélni bárkivel.

Egy szó, mint száz, az interneten minden hasznos és jó dolgot is megtalálsz, csak szánj rá néhány percet és választ kapsz minden kérdésedre.

Egyet ne feledd: ha a megfelelő kulcsszót írod be a keresőbe, kitarulkozik előtted a világ!

Több dologgal kapcsolatban is igaz az életünk folyamán: a kezünkben van, hogy az számunkra kincsébánya lesz, vagyis az előnyeit élvezzük, vagy csak nehézségeket, problémákat okoz az életünkben. Az Internetre talán ez még fokozottabban igaz.

Összegyűjtöttük, hogy mi mindenre használhatod az Internetet:

ELEKTRONIKUS ÜGYINTÉZÉS

Egyre elterjedtebbek a hivatalok körében az elektronikus ügyintézés. Például már a felsőoktatásba is lehet jelentkezni elektronikusan. De intézheted a banki ügyeidet, vagy a közszolgáltatókkal való kapcsolattartást (pl. gázmérő óraállás bejelentés), online- jegyfoglalás (repülőjegy, vonat, busz – nemzetközi jegyrendelés). De könnyen lehet, hogy használnád már a nyelvvizsga bejelentkezésedhez, vagy az adóbevallásodhoz is. A lehetőségek egyre bővülnek...

A <http://elektronikusugyintezes.lap.hu/> honlapról az összes szolgáltató, közművek, hivatalok, pénzintézetek és biztosítók elérhetők. A honlapon részletes tájékoztatást kapsz, hogy hogyan regisztrálj.

MINDENNAPI ÉLET

Itt az érdeklődésednek megfelelően tudod kihasználni a világhálót. Néhány tipp:

- utazás: hely, szállás, közlekedés
- szórakozás: szórakozóhelyek, lehetőségek, árak
- szabadidő - hobbi: hogyan töltsd hasznosan, illetve településeden milyen kulturális és szabadidő lehetőségek vannak
- munkakeresés, tájékozódás, önéletrajzírás, -küldés, álláspályázatok beadása
- érdeklődési körödnél megfelelő terület: az irodalomtól kezdve a csillagászatig bármilyen terület érdekel, találhatsz magadnak megfelelőt, ahol tájékozódhatsz látókörödet, fejlődhetsz, tanácsokat vagy újabb ötleteket kaphatsz, és megismerkedhetsz hasonló érdeklődésű emberekkel.
- tájékozódás: a mindennapi élet eseményeiről, településeden, országunkban, és a nagy világban egyaránt

KAPCSOLATOK

Az Internet jól használható már meglévő kapcsolataink fenntartására, ápolására, vagy esetleg új kapcsolatok kialakítására.

- E-mail: könnyen lehet ma már létrehozni az ingyenes levélküldő oldalakon. Lehet több címed is. Érdemes egy „hivatalos” e-mail címet (vezetékneved.keresztneved@szolgaltato.hu) is fenntartanod, fontosabb ügyeid intézéséhez. Mivel viccesen mutat, ha superman@szolgaltato.hu címen jelentkezelsz egy állásra, vagy intézedsz hivatalos ügyeidet.
- Közösségi oldalak: számtalan létezik ma már, és az egyik legnépszerűbb oldalak közé tartoznak. Figyeld arra, hogy milyen adatokat, elérhetőségeket, fényképeket adsz meg magadról nyilvánosan, miket kommentálsz, vagy csak egyszerűen tartalmakat osztasz meg.

VESZÉLYEK

És nézzük, milyen veszélyeket rejt magában: Mára már szinte teljesen elfogadottá vált, hogy az internet szabályozhatatlan: oda bárki bármilyen tartalmat feltölthet, védekezni ellene pedig lehetetlen, ezért inkább előzzük meg a bajt és legyünk felkészültek.

A fiatalok magától értetődő önállósággal igazodnak el a világhálón is, és teljes természetességgel barangolnak a weboldalak között, hozzáférve szinte minden tartalomhoz.

A gyermekek- és fiatalokorúak védelme az Internet káros tartalmaival szemben egyre fontosabb és égetően aktuális kérdés. Ennek oka az, hogy a felnővekvő nemzedék egyre otthonosabban mozog az Internet világában, előszeretettel igénybe vett alkalmazásai között nem csupán a tartalmi szolgáltatások megtekintése áll, hanem a chatelés és az email küldés is.

A tisztességes weboldalak mellett sajnos könnyen találkozhatunk az interneten olyan oldalakkal is, amelyek megtévesztő, hamis információkat, vagy az egészséges erkölcsi- és szellemi fejlődésre káros tartalmakat közölnek.

Mindent megtalálhatunk, de könnyen el is tévedhetünk benne. Minden ajtó mögött van valami, de hogy mit, csak akkor tudjuk meg, ha már kinyitottuk. Rendszerint hasznos infókra lelünk, de némely mögött érhet meglepetés bennünket: akár tiltott pornográf tartalmú oldal, akár erőszakkal kapcsolatos oldal nyílik meg.

Mire vigyázz?

Személyes adatok:

Nagyon sokan személyes adatokat is megadtak magatokról (pl: mobilszám, lakcím, kép rólad), de ezekkel vissza is lehet élni. Az ilyen adatok alapján akár a személyiségedet is el lehet lopni. A személyes adatokat, fényképeket tartalmazó adatlapok minden további nélkül, néhány kattintással lemosolhatók, és bárhol máshol – akár olyan helyen, is, ami neked kínos, vagy a számodra sértő – szerepeltethetőek. Ráadásul a

tapasztalataink alapján, ami egyszer kikerült az internetre, az örökre ott is marad, hiába is töröld egy oldalról, azt már sokan letölthették és sokszorosíthatták online.

Ha azt tapasztalod, hogy a személyes adataiddal visszaélték (fotó, adatok, stb.) az első körben fordulj a honlap üzemeltetőjéhez. Ezt a honlapon kapcsolatok, vagy elérhetőségek címszó alatt találod meg. Írj nekik üzenetet, melyben pontosan leírod, hogy mit észleltél. Jobb esetben rövid időn belül reagálnak a leveledre. Ha nem történik pár héten belül semmi, akkor jogi útra viheted az ügyet. Bejelentést tehetsz a www.biztonsagosinternet.hu oldalon (PTA CERT Hungary oldala), ahol feldolgozzák a bejelentést, és megteszik a szükséges lépéseket, és ha szükséges bevonják a rendőrséget is. Dönthetsz úgy, hogy egyenesen a rendőrséghez fordulsz, akkor mindenképpen csinálj az oldalról egy másolatot és nyomtasd ki.

Ismeretlen ismerősök

Az online világ megnyitja a kaput a bárkiben megbízó fiatalok részéről az idegenek felé. A valós életben, az utcán könnyebb elkerülni a számunkra bizalmatlanságot keltő idegeneket. Ezen belül is vannak, akik kifejezetten perverz szexuális céllal szeretnének kapcsolatot létesíteni másokkal. Ők általában chat szobákban vadásznak a gyanútlan felhasználókra, folyamatosan nyomon követve az aktuális trendeket, vándorolnak szobáról szobára keresve áldozatukat. A közösségi portálokon és chat oldalakon rengeteg információt megosztotok validegenekkel, akik így könnyedén bizalmatokba férközhetnek. Leggyakoribb módszere a következő: érdeklődést szimulálnak a kedvenc zenekarod, TV-műsorod, videojátékok vagy hobbijaid iránt, hogy baráti körödbe kerüljön. Majd kitarótnak, akár fél éven át levelezik, chatel veled és igyekezsz mindig azt írni, amit te olvasni szeretnél. Akkor is ha úgy érzed jól megismerted az illetőt, soha ne találkozz vele egyedül, barátod, barátnőd legyen veled. Továbbá, hogy el tudj kerülni a veszélyes hely-

zeteket, mindig forgalmas helyen (pl: bevásárlóközpont, sétálóutca) találkozz. Szólj szüleidnek vagy egy felnőttnek a tervedről.

Közösségi portálok és veszélyei

Ma már szinte mindenkinek van valamilyen kedvenc közösségi oldala. Ez nagyon jó, mert kapcsolatban lehetsz barátokkal, ismerőseiddel.

Üzenetet válthattok, közös élményeket oszthattok meg egymással. De figyelj oda a személyes adataid megadására. Ne tedd! Ha valaki tényleg ismer, akkor tudni fogja a telefonszámodat, vagy legfeljebb elkéri. Ha pedig nem találkoztok, elküldheted neki e-mailben, vagy üzenetben.

Így nem csak egyes zaklatóktól szabadulhatsz meg, hanem sok spamtól, és egyéb kéretlen levelektől is. Hiszen vannak olyan oldalak, amik pénzért eladják személyes adataidat más cégeknek, akik aztán levelekkel bombáznak. Például, amikor regisztrálsz egy ingyenes e-mail címen, megkérdezik, hogy milyen érdeklődési köreid vannak.

Ekkor sok mindent bejelölhetsz, pl. hogy érdekel a lakáskultúra, vagy a pénz világa, stb. A későbbiekben pedig különböző feladóktól kapsz kedvezményes ajánlatokat, hogy vásárolj meg tőlük ezt azt. Előfordulhat az is, hogy vírussal fertőzött levelet kapsz, melyet, ha megnyitasz, megfertőzi a gépedet.

Képek

Nem árt megmondolni, hogy milyen kép teszel fel magadról, hiszen bárki láthatja azokat leendő munkaadódtól kezdve volt osztálytársakig. Nem mindegy milyen „kép” mutatsz magadról...

Sőt, sok visszaélőről tudunk, akik a fényképeket letöltik és akár a te „bőrödbé bújva” másnak adja ki magát. Rosszabb esetben a „te nevedben” zaklatja haverjaidat vagy másokat.

Másról készült képet, csak az ő engedélyével tegyél fel, hiszen az a kép ami számodra poénos, az az osztálytársadnak lehet nagyon kínos is. Egy ilyen rossz lépéssel – akaratod ellenére – könnyen válsz te magad is zaklatóvá.

Internetes vásárlás

Gyors, egyszerű, olcsó, és még ki se kell tenned a lábadat otthonról. Az internetes vásárlásnak nagy jövőt tulajdonítanak, és valószínűleg ez így is lesz. Viszont ha vásárolsz, tarts be pár szabályt biztonságod érdekében! Csak megbízható oldalakról vásárolj!

Ahol csak lehet, fizess készpénzzel, mert akkor, ha nem tetszene a termék nem muszáj kifizetned. Ha ott tartasz, hogy személyes adatokat kell megadnod, a böngészőben elvileg megjelenik, hogy https://, és egy zárt lakat, vagy egy kulcs. Ha nem lennének ott, akkor a vásárlás nem biztonságos. Próbálj olyan oldalakról vásárolni, ahonnan már vásárolt valamilyen ismerősöd, és csak jót mond róla, de legalább a hozzászólásokat nézd meg, hogy mit írnak az adott termékről mások vagy az eladóról.

Vírusok

Mindenki jól tudja, hogy a vírusok milyen károkat okoznak, illetve, hogy milyen gyorsan terjednek levelezésekkel. Mindenképpen legyen valamilyen víruskereső programod és bekapcsolt tűzfalad, különben számítógéped hamar meg fog fertőződni. Sose nyiss meg olyan levelet, amiről nem tudod, hogy ki küldte. MSN-en is könnyen terjednek a vírusok, így sose menj rá pl. címre, amit egy barátod küldött Ezeket általában nem is ő küldi, de ha rákattintanak, akkor az automatikusan elküldi partnereiknek. Mindig vigyázz, hogy honnan töltesz le, hiszen így is terjednek a vírusok. Vannak, akik vírusokat tesznek egyes fájlokba, illegális szoftverekbe, hogy elvegyék mindenki kedvét az ingyenes letöltögetéstől.

Számítógépes bűnözés

Sajnálatos módon a felnőttek gyermek- vagy fiatalkorú áldozat keresésére használhatják ezeket a helyeket. A közösségi oldalakon a személyes profilokban a törzshelyek, címek, iskolák neve után kutakodva megtalálhatják azt az információt, amellyel becserkészhetnek akár téged is.

A számítógépes bűnözők rávehetnek, hogy olyan személyes és pénzügyi adataidat is elárulj, amellyel aztán azok a bankkártya vagy a bankszámla terhére gazdagíthatják magukat.

Függőség

És nem utolsó sorban érdemes tisztában lenni azzal, hogy a túl sok interneten töltött idő függőséghez vezethet. Ez ma már épp úgy függőségnek számít, mint az alkohol vagy a kábítószer. Egy idő után, azt veszed észre magadon, hogy alig várod, hogy bekapcsold a gépedet, és böngéssz.

NÉHÁNY JÓ TANÁCS A BIZTONSÁGOS INTERNETEZÉSHEZ:

- Ne adj meg személyes adatokat!
- Ne találkozz ismeretlennel egyedül!
- Vírusoktól való védelemre mindig fokozottan figyelj!
- Ha valaki zaklat, kérj segítséget!
- Képeiddel kapcsolatban gondold végig, hogy milyen típusúakat teszel fel, mert azt bárki láthatja a világhálón.

Soha ne add meg az interneten a teljes neved, címed, telefon-számod és semmi személyes adataidat!

Ne felejtse el, hogy bármikor kiléphet az internetes kapcsolatból, ha valami nem tetszik neki!

Ha illegális, káros vagy veszélyes tartalommal találkozol, jelezd egy felnőttnek, és/vagy írd az internet biztonságát szolgáló segítő szervezeteknek

lásd következő hasáb →

BIZTONSÁGOS INTERNET

Az alábbiakban olyan szervezetek szolgáltatásait mutatjuk be, amelyek segítenek veszélytelenebbé tenni az internet használatát.

Kék Vonal Internet Helpline

Feladata az Internetbiztonsággal kapcsolatos tanácsadás, problémakezelés a Gyerektelefonon (116-111), vagy a www.kek-vonal.hu honlapról elérhető biztonságos e-mailen keresztül (EMIL) és a Kék Vonal Chaten.

A Kék Vonal konzultációt nyújt azoknak a gyerekeknek, fiataloknak, akik valamilyen bántó, rossz élménnyel szembesültek az internet használat során, akiknek kérdésük van a biztonságos internet használatával kapcsolatban.

A Kék Vonal segítő beszélgetést nyújt a rossz élmények feldolgozását segítve, konkrét segítséget ad a biztonságos használattal kapcsolatos kérdések esetén.

Internettel kapcsolatos hívásokat az alábbi kategóriák alapján gyűjtik:

1. Cyberbullying: interneten történő zaklatás
2. Illegális tartalom: pl. gyermekpornográf tartalom, rasszista tartalom
3. Internetbiztonsággal kapcsolatos kérdések
4. Internet- függőség
5. Internet használatával kapcsolatos kérdések
6. Online kapcsolatok: internetes ismerkedés, barátkozás

InternetHotline

Feladata a káros és illegális online tartalmak kezelése.

Elérhetőség: www.biztonsagosinternet.hu

Hotline bejelentésének kategóriái:

1. Pedofil tartalom
2. Zaklatás
3. Rasszizmus, idegengyűlölet
4. Erőszakos tartalom
5. Hozzájárulás nélküli sértő tartalom hozzáférhetővé tétele
6. Drogfogyasztásra csábító oldalak

A bortusz	97	D epresszió	104	FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM	56
AIDS szűrés	77	Diákhitel	22	FIT	40
Albérleti támogatás	87	Diákigazolvány	22	Fóbia	106
Államilag támogatott hitelek	87	Diákmunka	25	Földhivatal	70
Állásinterjú	44	DIMI	36		
Álláskereső	44	Drogambulanciák	110	G YÁS	91
Álláskereső klub	36	Drogfüggőség	110	GYED	91
Anorexia	105			Gyermekjogi képviselő	98
Anyasági támogatás	71	E CDL	13, 32	Gyermekjólét	98
Ápolási díj	101	Egyházak	113	Gyermekvállalás	91
Árvaság	99	Éjjeli menedékhely	111	Gyermekvédelem	98
Átmeneti segély	101	Élettársi kapcsolat	86	Gyermekvédelmi kedvezmény	93
Átmeneti szálló	111	Ellátás az EU-ban	80	Gyermekvédelmi támogatás	94
Au-Pair	52	Eltartott	93	GYES	91
		Érettségi	10	GYET	92
B abakötvény	93	Erkölcsei bizonyítvány	68		
Banki lakáshitelek	88	EURES	36	H aláleset	99
Belső leltár	41	EURODESK	33	Hallgatói jogviszony	20
Betegbiztosítás	73	EUROPASS	53	Házasságkötés	85
Betegjogi képviselő	76	Evészavarok	105	Hivatalok	63
Betegjogok	82	EVS	60		
BMI	105			I dőskorúak járadéka	100
Bolognai folyamat	10	F edél nélkül	110	Illetékhivatal	69
Bulimia	105	Félelem	106	Internet-függőség	114
Bulizó helyek	120	Felnőttképzés	30		
		Felsőfokú iskolarendszerű szakképzés	28	J ogosítvány	66
C saládi harmónia	96	Felsőoktatás	28	Jogsérelmek	76
Családi pótlék	28	Felvételi pontok	13		
Családi problémák	97	Fiatal házasságok otthona	87		
Családtervezés	90				

K étszintű érettségi	10	Munkaügyi információk	36	R égi típusú érettségi	14
Kórházi etikai bizottság	81	Munkaviszony megszűnése	47	Rehabilitációs házak	110
Könyvtárak	120	Művelődés	120	Rendszeres szociális segély	100
Középfokú iskolarendszerű szakképzés	28	N appali melegedő	110	S port	124
Közhasznú munka	30	Ne dőlj be!	45	START kártya	38
Közütemi szolgáltatók	89	Nemi identitás	103	Szabad orvosválasztás	74
Kulturális intézmények	120	Népkonyha	111	Szabadidősport	123
Külföldi munka	52	Nőgyógyászati ráksűrés	77	Szakképzés	28
Külföldi munkatapasztalat	50	Nőgyógyászati vizsgálat	76	Személyi igazolvány	65
Külföldi továbbtanulás	33	Nyelvtanfolyamok	31	Szenvedélyeink	108
		Nyelvvizsga	31	Színházak	121
L akásépítési kedvezmény	88	O kmányiroda	64	Szociális jogok	97
Lakásfenntartási támogatás	101	Otthonteremtés	87	Szórakozás	121
Lakástakarék-pénztár	88	Ö nálló háztartás	89	Szorongás	106
Lelki egészség	103	Önéletrajz	42	T aj kártya	73
Lelki zavarok	104	Öngyilkosság	106	Találkahelyek	122
M agánútlel	67	Önismeret	102	Társadalombiztosítás	73
Megbízási szerződés	46	Önkéntesség	49	Temetés	99
Megváltozott munkaképességűek	79	Önkormányzati lakáshitelek	87	Temetési segély	101
Mozgás	122	Ösztöndíj	23	Testbeszéd	45
Mozik	121	P ályakezdés	35	Testtömeg index	105
Munkaerő közvetítők	44	Pályaválasztás	10	Túrázás	127
Munkaszerződés	46	Partnerország	58	Tüdőszűrés	76
		Pénzbeli ellátások	100	V álás	97
		Programország	58	Vállalkozás	53
				Vállalkozók támogatása	54
				Végkielégítés	48
				Y outh in Action	56

MŰVELŐDÉS

KÖNYVTÁRAK

Katona József Könyvtár
Kecskemét, Piaristák tere 8.
Tel.: 76/500-550
Fax: 76/500-570
Nyitva: K-Szo: 10.00-19.00
kjm@kjm.hu
www.kjm.hu

**Széchenyivárosi
Fiókkönyvtár**

Kecskemét, Széchenyi stny. 6.
Tel.: 76/478-290
Nyitva: H-Sze-Cs: 12-18
K-P: 8-14

Műkertvárosi Fiókkönyvtár

Kecskemét, Mártírok útja 29.
Tel.: 76/414-587
Nyitva: H, K, P: 13-18
Sze: 9-13, Cs: 8-14,
mukert@index.hu
*A Kertvárosi Általános
Iskolában.*

Kisfaludy Károly Könyvtár

Kecskemét, Árpád krt. 4.
Tel./fax: 76/505-490
kisfaludykonyvtar@t-online.hu
Nyitva: H,Sze.: 8.00-16.30,
K, Cs.: 8.00-18.00,
P.: 8.00-16.00

**Pedagógiai Szakkönyvtár
és Információs Központ**

Kecskemét, Katona József tér 8.,
földszint 28.
Tel.: (06)30-279-01-04,
(76) 508-406/104
Nyitva: H: 13-16, K: 13-16,
Sze: 8-13, Cs: 8-12 és 14-16,
P: 8-12 óráig
http://www.bacskultura.hu

**Liszt Ferenc Zeneművészeti
Egyetem Kodály Zoltán
Zenepedagógiai Intézet
Könyvtára**

6000 Kecskemét,
Kéttéplom köz 1.
Nyitva:
H, Sze: 8-12, 13-16
K, Cs: 8-12, 13-18,
P: 8-12, 13-14;
Tel.: (76)481-495, 481-518
(központi)
http://www.kodaly.hu/
learn/kas.htm

**Kecskeméti Református
Egyházközség Könyvtára**

6000 Kecskemét,
Szabadság tér 7
Nyitva: K, Sze: 10-16,
Cs: 10-18, P: 10-15,
Szo: 8-12 óra
Tel.: (76) 500-380/111
http://www.krek.hu

**KULTURÁLIS
INTÉZMÉNYEK,
MÚZEUMOK,
KIÁLLÍTÓHELYEK**

**Kecskeméti Kulturális
és Konferencia Központ
Nonprofit Kft.**

Kecskemét, Deák F. tér 1.
Tel.: 76/503-880
Nyitva:
H-P: 10.00-13.00,
14.00-18.00
efmk@efmk.hu,
www.efmk.hu

Kecskeméti Ifjúsági Otthon

Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 76/481-686, 76/481-523
Nyitva: H-P: 8.00-17.00
ifjusagi@kio.hu
www.kio.hu

**Népi Iparművészeti
Gyűjtemény**

Kecskemét, Serfőző u. 19.
Tel.: 76/480-297
Nyitva: K-Szo: 10.00-17.00
muzeum.nepiipar@gmail.com
www.nepiiparmuveszet.hu

Magyar Fotográfiai Múzeum

Kecskemét, Katona J. tér 12.
Tel.: 76/483-221
Nyitva: Sze-V: 10.00-17.00
info@fototomuzeum.hu
www.fotomuzeum.hu

**Magyar Naiv Művészek
Múzeuma**

Kecskemét, Gáspár A. krt. 11.
Tel.: 76/324-767
Nyitva: K-V: 10.00-17.00
naivmuseum@freemail.hu

**Szórakátenusz
Játékmúzeum és Műhely**

Kecskemét, Gáspár A. krt. 11.
Tel.: 76/481-469
Nyitva: 2010. március 1-től
október 31-ig 10.00-12.30-ig,
és 13.00-17.00-ig
2010. november 2-től
2011. február 28-ig
10.00-16.00-ig
muzeumesmuhely@
szorakatenusz.hu
www.szorakatenusz.hu/

**Kecskeméti Képtár -
Cifrapalotában**

Kecskemét, Rákóczi u. 1.
Tel.: 76/480-776
Nyitva:
K-Szo: 10-17, V: 13:30-17

Bozsó Gyűjtemény

Kecskemét, Klapka u. 34.
Tel.: 76/324-625, 76/ 417-130
Nyitva: P-Szo-V: 10.00-18.00
bozsoal@mail.datanet.hu
www.bozso.net

Ráday Múzeum

Kecskemét, Kálvin tér 1.
Tel.: 76/486-226
Nyitva: K-V: 10.00-18.00
info@radaymuzeum.hu
www.radaymuzeum.hu/

Katona József Emlékház

Kecskemét, Katona József tér 5.
Tel.: 76/328-420
Nyitva: K-Szo: 10.00-14.00

Forrás Galéria

Kecskemét, Kéttemplom köz 7.
Tel.: 76/508-558
Nyitva: H-P: 10.00-18.00,
Szo: 10.00-13.00

Nemzetközi Kerámia Stúdió

Kecskemét, Kápolna u. 11.
Tel.: 76/486-867
Nyitva: K-Szo: 10.00-18.00
icshu@t-online.hu
www.icshu.org

Leskowsky

Hangszergyűjtemény
Kecskemét, Zimay L. u. 6/a
Tel.: 76/508-024
Nyitva: Kizárólag
előzetes bejelentkezéssel
látogatható!

Dán Kulturális Intézet

Kecskemét, Zimay L. u. 4.
Tel.: 76/323-923
Nyitva: H-P: 9.00-16.00
mail@dankultura.org

Bács-Kiskun Megyei Levéltár

Kecskemét, Klapka u. 13-15.
Tel.: 76/495-951
Nyitva: K-P: 8.00-15.00
leveltar@bacs-kiskun-
leveltar.hu
www.bacs-kiskun-leveltar.hu

**Kiskunsági Nemzeti Park
Természet Háza**

Kecskemét, Liszt F. u. 19.
Tel.: 76/501-596, 500-068
Nyitva: K-P: 9.00-16.00,
Szo: 10.00-14.00
November 1-től február
28-ig hétfőtől péntekig
9-16.00 óráig. A téli
időszakban szombaton
csak előre bejelentkezett
csoportokat fogadunk.
Március 1-október 31-ig
keddtől péntekig,
9-16 óráig, szombaton
10-14 óráig.
oktatasio@knp.hu
http://knp.nemzetipark.
gov.hu

Kecskeméti Planetárium

Kecskemét, Lánchíd u. 18/A.
Tel.: 76/505-075
Nyitva: műsorrend és
előzetes bejelentkezés
alapján.
ig@plani.hu
www.plani.hu

SZÓRAKZÁS**MOZIK****Malom mozi**

Kecskemét, Korona utca 2.
Tel.: 76/500-490
Jegyárak:
Hétfő: egyélesen egész
nap 690,-
Kedd-péntek 17 óráig: teljes
árú: 820,- diák: 690,-
Kedd-csütörtök 17 óráig:
teljes árú: 990,-, diák 890,-
Péntek 17 órától: teljes árú:
1190,-, diák: 990,-
Szombat-vasárnap 14 óráig:
egységesen 690,-

Szombat-vasárnap
14 órától: egyélesen 1190,-
A 3D vetítések
egységesen 1390,-
A gyerek és nyugdíjas jegy
minden nap 690,-
www.malommozi.hu

Otthon Mozi

Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 76/490-640
Jegyár: alap: 660,- Filmklub:
520,- Kiemelt helyár: 790,-
Matiné előadás: 450,-
www.otthon-mozi.hu

**Kecskeméti Kulturális
és Konferencia Központ
Nonprofit Kft.**

(Volt Erdei Ferenc
Művelődési Központ)
Kecskemét, Deák F. tér 1.
Tel.: 76/503-880
efmk@efmk.hu
Jegyárak: Bérletes

SZÍNHÁZAK**Ciróka Bábszínház**

Kecskemét, Budai utca 15.
Tel.: 76/482-217
Tel./Fax.: 76/486-635
ciroka@ciroka.hu
www.ciroka.hu

Katona József Színház

Kecskemét, Katona J. tér 5.
Tel.: 76/501-170
Jegypénztár: 76/501-174
jegyiroda@katonaj.hu
www.katonaj.hu

Üzemszínház

Kecskemét, Katona J. tér 10.

Kamaraszínház

Kecskemét, Katona J. tér 8.

**Az alábbi információk
utolsó frissítése: 2011.
április 30.**

TALÁLKA HELYEK

Otthon Kávézó és Teaház

Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 76/322-273
Nyitva: H-Cs: 8.00-23.00,
P-Szo: 8.00-24.00,
V: 8.00-23.00

Bols Café

6000 Kecskemét, Kisfaludy u. 4.
Tel.: 76/500-926
Nyitva: H-K-Cs 8-24, Szer-P
8-02, Szo 10-02,

Club 69

Kecskemét Kisfaludy u. 6-8.
Tel.: 76-505-937
Nyitva: H-Cs, V: 10-23,
P-Szo: 10-03

Delicatesse Eszpresszó

Kecskemét, Kossuth tér 6-7.
Tel.: 76/484-734
Nyitva: H-V 7-22

Caffe de Columbia

Kecskemét,
Kéttemplom köz 17.
Tel.: 76-323-013
Nyitva: H-P 8-23,
Szo-V 10-23

Lordok Caffé

Kecskemét, Kossuth tér. 7.
Tel.: 36 70 866 02 23
Nyitva: H-V: 06.00 - 02.00

BULIZÓ HELYEK

Cafe Lulu
Kecskemét, Szövetség tér 3.
Tel.: 0630/201-4562

Dandy Music Club

Kecskemét, Kápolna u. 3.

Passion Kert (volt Jamaica)

Kecskemét, Izsáki u. 2.
www.clubpassion.hu

Bling Bling Nights

Kecskemét, Korona u. 2.
A Malom Központ 4. em.
centralclub@vipmail.com
Nyitva: figyeld az aktuális
programjukat
www.blingblingnights.hu

Skót és Joe Bácsi Kocsmája

Kecskemét, Tatár sor 2.
E-mail: info@skotesjoe.hu

Tiszti Klub-Sasfiókák Étterem

Kecskemét, Lechner Ö. u. 3.
Nyitva: P és Szo:
19.00-03.00

MOZGÁS

TÁNC, NÉPTÁNC

Akrobat Original Dance School

www.akrobat.hu
Tanfolyamokkal kapcsolatos
információ: 20/4118693

First Step Dance Club

Tel.: 20/9328067
6000 Kecskemét,
Mátyás király krt. 64.
fsdaneclub@freemail.hu
www.firststepdanceclub.hu

Kecskeméti hastáncoktatás

Kecskemét, Izsáki út 4., a
Szilcoop áruház emeletén
Bővebb információ,
jelentkezés:

Juris Renáta

06-30/572-7409

jurisb@fibermail.hu

Dance For Art Táncstúdió és Mozgásközpont

Név: Nagy Szuszsanna
Telefon: +36 70 576-6564
Email: info@danceforart.hu
Név: Orosz Anikó
Telefon: +36 70 371-7942
Email: aniko@danceforart.hu
A Táncstúdió címe:
6000 Kecskemét, Petőfi S. u. 9.
www.danceforart.hu/

TÁNCHÁZ

Kilele Music

(Jókai u. 34.)
Szerdánként 20.00 óra
E-mail: szab.balzs@gmail.com

Többféle mozgáslehetőség:

(tánc, jóga, stb.)
Kecskeméti Kulturális és
Konferencia Központ
Kecskemét, Deák F. tér 1.
Tel.: 76/484-594
efmk@axelero.hu
www.efmk.hu

Kecskeméti Ifjúsági Otthon

Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 76/481-686, 481-523
Nyitva: H-P: 8-17
ifjotthon@freemail.hu

FITNESS & GYÚRÁS:

Trend Fitness Kft.

6000 Kecskemét, Rezgő u. 1
76/505-865
info@trendfitness.hu
Nyitvatartás: H-P:06-22
Sz-V:08-20
www.trendfitness.hu

Formazóna Sportközpont

6000 Kecskemét, Izsáki út 2.
Telefon: 76/325-251
Telefax: 76/504-210
E-mail: formazona@formazona.hu
www.formazona.hu

Metamorf Wellness Stúdió

Kecskemét, Piaristák tere 7.
e-mail: metamorfstudio@metamorf.hu
Tel.: 76/482-087
20/9272-388
www.metamorf.hu

Viktória Fitness

6000 Kecskemét, László K. u. 6.
70/3397149
www.viktoriafitness.hu

Colosseum Fitness

6000 Kecskemét, Szolnoki út 10.
76/507-377
www.colosseumfitness.com

Fitt Woman

6000 Kecskemét,
Hoffmann J. u. 6.
20/4727340
fittwoman@gmail.com
www.fittwoman.hu

Belváros Fitness Club

Kecskemét,
Horváth Döme u. 6
20 / 38-65-162
www.belvarosifitnessclub.hu

Hercules Fitness

6000, Kecskemét, Kossuth tér 3.
76/503747

KI A SZABADBA!**Szabadidő Központ**

Kecskemét, Csabay G. körút 2.
Tel.: 76/511-564

Nyitva tartást megtalálod a BÁCSVÍZ Rt. honlapján: www.bacsviz.hu/inner.php
Lehetőségek: Séta, kocogás, horgászat. Bejárat a Nyíri úti horgászbejáratnál.

Arborétum

Kecskemét, Nyíri út 48.
Kezelője: Kiskunsági Erdészeti- és Faipari Rt.
Kecskemét, József A. u. 2.
Tel.: 76/492-455, 483-183
Fax: 76/328-318
arboetum@axelero.hu
www.kefag.hu

Nyitva: Nyáron: 8-tól 20-ig
Tavasszal, ősszel és télen: változó
Belépődíj: nincs
Szakvezetés: van, előzetes bejelentkezés alapján.

Kápolna-rét

A Széchenyivároshoz közel, az arborétum mögött.
Kutyasétáltatók, modellezők és sárkányeregetők kedvelt helye.

Csalánosi erdő

A városból kifelé, az 52-es út mellett, balra található.
Valaha Csalánosi Parkerdő néven volt ismert ez a mára kissé nélkülözött kiránduló-és piknikhely.

Vackor Vár, Nyíri Erdő

6044 Kecskemét, Belsőnyír 202.
Tel.: 76/706-060
Fax: 76/702-133
vackor@kefag.hu
www.kefag.hu/erdeiskola/

Kecskeméti Vadaskert

6000 Kecskemét, Műkert 1.
Tel.: 76/701-480

Kiskunsági Nemzeti Park

Programok: www.knp.hu/magyar/program.htm
Túranaptár, Természet Háza, Táborok, Turista kalauz

Természet Háza

Kecskemét, Liszt F. utca 19.
Tel.: 76/482-611, 500-068, 501-596, 501-594
Fax: 76/481-074
mailknp@knp.hu

FÜRDŐHELYEK - USZODÁK**Kecskeméti Élmenyfürdő és Csúszdapark**

Kecskemét, Csabay G. krt. 2.
Tel.: (76)-417-407
Fax: (76)-418-910
info@csuszdapark.hu
www.csuszdapark.hu/
Az élmenyfürdő május 01.-augusztus 31. között várja a vendégeket, naponta 9-19 óráig.

Városi Uszoda

6000 Kecskemét, Izsáki út 1.
Tel.: 76/482-152
Nyitva tartás: egész héten
06.00 - 21.00

Református Kollégium uszodája

Kecskemét, Szabadság tér 7.
(posta felőli utca)
Nyitva: H-P: 6.00-7.30, 13.00-20.00,
Szo: 10.00-18.00

Aranykor Wellness és Termálfürdő

Ballószög, V. körzet 168.
Tel.: 76/ 573-580
Sport, túrázás, szabadidősport

ÚSZÁS, BÚVÁRKODÁS ÉS MÁS VÍZI SPORTOK

Kecskeméti Búvár Club

Kecskemét,
Bajcsy-Zsilinszky krt. 2.
www.pingvinbuvarok.hu
E-mail: pingvinbuvarok@gmail.com
Telefon: Mácsai Endre
06-30/616-6756,
06-30/737-3511

Kecskeméti Vízmű Sport Club Búvár Szakosztály

(versenysport és szabadidő búvárkodás)
Kecskemét, Izsáki út 1.
76/416-644
www.kvsc.info
postmaster@kvsc.axelero.net
Edző: Juhas Gergely
30/239-8658

Kecskeméti Fedett Úszoda

Kecskemét, Izsáki út 1.
Tel./fax: 76/482-152

Református Gimnázium uszodája

Kecskemét, Szabadság tér 7.
76/501-655
www.krek.hu

Híros Sport Szabadidő Létesítményeket Működtető és Szolgáltató Kht.

Kecskemét, Olimpia u. 1/a.
Telefonszám: 76/481-724
Email:
titkarsag@hiros-sport.hu
www.hiros-sport.hu

Kecskeméti Sportiskola

Kecskemét, Olimpia u. 1/A

Telefon: 76/481-724
www.kesi.hu
sportiskola@hiros-sport.hu
Minden korosztályt várnak az alábbi sportágakba:
kosárlabda
röplabda
atlétika
judo
rugby
kézilabda
asztalitenisz
vzilabda
ökölvívás
úszás

VIZILABDA

Villanó Fókák Kecskeméti

Vízilabda Klub
6044 Kecskemét,
Belsőnyír 310.
Tel.: 30/941-4022
www.waterpolo.hu/280
e-mail: fokafonok@t-email.hu

Híros Vízilabda Sport Egyesület

(15 éves kortól, csak verseny sport)
Kecskemét, Izsáki út 1.
30/303-4993
www.hirosvizilabda.hu
vvse@t-online.hu

EGYÉB VIZISPORTOK

Zöld Vitorla Vízi Sport Turisztikai és Expedíciós Egyesület

(outdoor sportok)
vitorlázás, evező, kerékpár,
barlangtúrák, kerékpártúrák,
téli sportok, vadvízi evezés
Kecskemét, Fehér utca 1/b.
Tel.: 20/978-1670
www.csonakos.hu

Wakepark

Csabay G. krt. 7.
(Szabadidőpark)
www.wakepark.hu
Tel.: 30 591 4349
E-mail: info@wakepark.hu

RÖPLABDA

Röpke Kecskeméti Leány Röplabda KHE

(4. osztálytól várják a
jelentkezőket, amatőr
versenysport)
Tel.: 411-749
Mobil: 30/978-8544
E-mail: vrana.f@loom.hu

RUGBY

Kecskeméti Rugby Club

(10 évtől hobbisportolókat
várnak)
E-mail:
kecskemet.art@gmail.com
www.kecskemetrugby.hu
30/3926-206

KÉZILABDA

MISTRAL Kézilabda Klub

Kecskemét, Zimay L. u. 16.
Tel.: 481-614
Mobil: 30/9553-916
E-mail:
dudas@mistraltravel.hu

Kecskeméti Női Kézilabda Sportegyesület

(versenyszerű sport, de
lehetőséget biztosítanak
érdeklődőknek is az
edzésekre)
Kálmán György
Kecskemét,
László K. u. 16. 4. em.
Mobil: 70/424-0535
E-mail:
kalman.gyorgy@deltanet.hu
knkse@freemail.hu

KOSÁRLABDA**Kecskeméti Kosárlabda Club**

(általános iskolás
korosztálytól)
Mobil: 30/239-0546
www.kecskemetikc.hu
e-mail: viktort@t-online.hu

LABDARÚGÁS**KTE Labdarúgó KFT**

Kecskemét,
Csabay Géza krt. 1/a.
Tel.: 415-812, 506-923
Mobil: 06/30/864-3053
Ügyműködő: Forczek Angéla
Mobil: 30/205-5903
irodavezeto@kecskemetite.hu
info@kecskemetite.hu
www.kecskemetite.hu

Utánpótlás Futball Club**Kecskemét**

Kecskemét,
Ferenczy Ida u. 11./a
Telefon: 70/509-1963
www.ufc.hu
ufc63@freemail.hu

Kecskeméti Női**Labdarúgó Egyesület**

(12 éves korig várják
jelentkezőket)
Kecskemét, Lunkányi utca 12.
Tel.: 70/267-0397
E-mail: eraszabo@freemail.hu

ASZTALITENISZ, TENISZ**Kecskeméti Spartacus
Sportkör és Községi Tér**

Kecskemét,
Széchenyi stny. 11.
Telefon: 488-527
www.
ifjusagegeszsegalapitvany.hu
E-mail: fodmiki@freemail.hu

**Univer KTE Női és Férfi
Asztalitenisz Szakosztály**

(minden korosztályt várnak,
hobby és élsportolókat is)
Türei Ferenc
30/4770070
turfer@freemail.hu
Helyszín: damjanicz J.
Általános Iskola

Ujhidy Tenisziskola SE

(bárki számára nyitott)
Kecskemét, Olimpia utca 2.
Levelezési cím: Kecskemét,
Nagy L. krt. 47.
Tel.: 30/9155-033
ujhidytenisz.hu

SÚLYEMELÉS**Univer KTE Súlyemelő
Szakosztály**

Kecskemét, Csabay G. krt. 1
(Bóbics Gy. Sportcsarnok)
30/824-3163
kte.sc@freemail.hu

BÍRKÓZÁS**Univer KTE Birkózó**

Szakosztály
30/943-1970
univerkte@univer-sport.hu
Edzések helyszíne: Bóbics
Gyula Sportcsarnok
(7 évtől felnőtt korosztályig
várják, verseny sport és
hobbisport is)

**JUDO, KARATE,
HARCMŰVÉSZETEK****Kecskeméti Judo Club**

Kecskemét, Vársárhelyi Pál
Általános Iskola
Kedd csütörtök 16-17-ig
(kezdőknek 6-12 év)
Bóbics Gyula edzőcsarnok
(Kecskemét, Csabai G. krt)
h-sz-p 16.30-18.00 (8-14 év)
k-cs 16.30-17.45 (kezdők
6-14 év)

**Magyar Ilona Általános
Iskola**

h-p 16.30 - 17.45 (6-14 év)
h-p 18-20 óra (felnőtteknek)
Tel.: 30/958-0531
www.kjc.hu
e-mail: solykajudo@gmail.com

KARATE**Topkids Karate SE**

Mobil: 20/493-1108

Sankudo Sport Egyesület**Kecskeméti Karate és****Kick Bokszt Klub**

(6 éves kortól várnak
jelentkezőket verseny és
hobby sport)
www.sankudo.hu
karate@fibermail.hu
30/9557-321

Magyar Nanbudo Szövetség

Kecskemét, Halasi út 2.
Tel./fax: 76/484-902
Fax: 76/507-240
E-mail: info@nanbudo.hu
www.nanbudo.hu
Központi edzőterem:
Hakkoda Dojo (Burga u. 1.)

Free Line Sportegyesület

(2 szakosztálya van: BMX
Szakosztály, Nanbudo
Szakosztály)
6000 Kecskemét
Székhely: Árpád krt. 4.
Levelezési cím, Iroda:
Halasi út 2.
Tel.: 76/484-902, Fax:
76/507-240
E-mail: info@nanbudo.hu
Sportpályánk: Free Line SE
Sporttelep
(6000 Kecskemét, Szent
István város 1/A)

THAI-BOKSZ

Bács-Team Harcművészeti Klub Kecskeméti Szakosztálya
Mobil: 30/619-7292

Tatami Ju-Jitsu SE

Elnök: Berkes László
Kecskemét, Sétatér u. 13/a.
Mobil: 30/206-7078
E-mail: berkesl@tatamicentrum.hu
www.tatamicentrum.hu

Wing Tzun Kung Fu

Zrinyi Ilona Általános Iskola
20/423-9021

Tai chi

30/260-3065 Molnár Gábor
www.chentaichi.hu

TRIATLON**Hírös Triathlon Club**

Kecskemét, Radnóti M. utca 6.
E-mail: triathlonzolcsi@gmail.com

VÍVÁS**Kecskeméti Repülő és Vívó Sport Egyesület**

6034 Helvécia, Tábor utca 13.
www.ktevivo.hu
30/214-3043

KTE Vívó Sport Klub

7 éves kortól várnak
30/968-2036, 30/388-1701
e-mail: sanyi.kardos@gmail.com
www.univer-sport.hu

Kecskeméti Repülő és Vívó Sportegyesület

(8 évtől várnak
Almási Balázs,
Kálvin tér 1. (Református
Ókollégium)

Telefon: 30/214-3043
E-mail: ktevivo@ktevivo.hu
www.ktevivo

ÍJÁSZAT - LÖVÉSZELET**Kecskeméti Íjász Egyesület**

(10 év felettieknek várnak,
sport és hobbi íjászat
egyaránt)
Kecskemét, Sztravinszkij u. 32.
Tel. 70/338-7919
E-mail: mdudas47@fibermail.hu

Kecskeméti Lövész Sport Egyesület

(11 éves kortól, hobbi és
sportszerű)
Kecskemét, Arany J. u. 8. III/1.
Tel.: 70/2667-028
E-mail: matthias_rex@fibermail.hu

Kecskeméti Polgári Lövész Egylet

(18 évtől, versenyszerűen és
hobbiszerűen)
Kecskemét - Ballószög 143.
Tel.: 20/9675-065
E-mail: sz.matyas45@gmail.com

BOWLING**Kecskeméti Bowling Sport Egyesület**

(5 éves kortól várják az
érdeklődőket)
Kecskemét, Rávány tér 3.
30/414-1988

BMX, GÖRDESZKA, GÖRKORCSOLYA**Free Line Sportegyesület**

(2 szakosztálya van: BMX
Szakosztály, Nanbudo
Szakosztály)
6000 Kecskemét
Székhely: Árpád krt. 4.

Levelezési cím, Iroda: Halasi út 2.
Tel.: 76/484-902,
Fax: 76/507-240
E-mail: info@nanbudo.hu
Sportpályánk:
Free Line SE Sporttelep
(6000 Kecskemét, Szent
István város I/A)

Kecskeméti BMX és SKATE Klub

Elnök: Sinkó Lajos
Kecskemét, Bethlen krt. 31.
Tel.: 76/411-220

REPÜLÉS, MODELLEZÉS**Kecskeméti Junior Repülő Klub**

(vitorlázó repülés,
siklóernyőzés,
ejtőernyő, hőlégballon,
sárkányrepülés.)
Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 30/298-15-64
pilota2@freemail.hu

Kecskeméti Modellező Sport Klub

Kecskemét, 6044 Tátra u. 4.
70/614-1747
kmsk@freemail.hu
feketerc@freemail.hu

Kecskeméti Siklóernyős Egyesület

(csoportoknak szívesen
tartanak díjmentes
prezentációt)
Elnök: Melján János
Mobil: 20/555-6072
E-mail: meljanjanos@gmail.com
www.felhoalap.hu

HORGÁSZAT**Zalka Máté Sport Egyesület**

Gyüre Tibor
Tel.: 20/448-9890
E-mail: gyuretibor@freemail.hu

Bács-Hosz Sport Egyesület

Kecskemét, Batthyány u. 19.
Mobil: 20/938-9343
Tel.: 76/481-893
E-mail: bacshosz@interware.hu

Hírös SE

Kecskemét, Trombita u. 1/A

TÚRÁZÁS SZABADIDŐ**Tria-Túra Szabadidő Sport Egyesület Kecskemét**

(nagy futóversenyek szervezése a városban)
Kecskemét,
Szélmalom u. 29.
Tel.: 20/347-8591
www.freeweb.triatura.hu
feyerzo@hotmail.com

Kecskeméti Természetbarát és Turisztikai Egyesület

Kecskemét, Madách Imre u. 6.
Tel./fax: 76/497-861

Boróka Szabadidősport Egyesület

(szolgáltatások, minden hónap 1. napján kirándulás, kulcsos ház, szilveszteri futás)
Kecskemét, Felsőcsalános 124.
Mobil: 70/457-4622
E-mail: boroka@boroka-sport.hu
Honlap: www.boroka-sport.hu

Kecskeméti ÉDOSZ

Kinizsi Természetbarát Sportegyesület
Kecskemét, Petőfi S. u. 3. 1/21.
Tel.: 76/382-002,
20/415-5886
www.edosz-kinizsi.atw.hu
enszab@t-online.hu

SPORTAKTÍV Szabadidő Egyesület

Tel.: 30/ 9403-927
www.sportaktiv.hu
info@sportaktiv.hu

IUSTITIA Sport és Kulturális Egyesület

www.iusegy.com
06-30-960-21-12

SAKK**Kecskeméti TÁKISZ Sport Egyesület**

Kecskemét, Vágó utca 16.
Tel.: 76/501325
E-mail: bottat@asz.hu

Tóth László Sakkegyesület

(6 éves kortól)
Mobil: 70/339-8987
E-mail: sarosi.zoltan@freemail.hu
www.refisakk.hu

Tehetségdonozó sakk

sakkör 8-12 éves gyerekeknek
Vezeti: Pál Imre sakkedző
(76) 472-728

„Mattadó” sakk sakkör

8-12 éves gyerekeknek 8-12 éves gyerekeknek
Vezeti: Pál Imre sakkedző
(76) 472-728

ASZTALI FOCI (GOMBFOCI)

(minden korosztályt várnak)
Kecskemét, Kristály tér 1.
1./5. (levelezési cím)
Telefon: 30/998-8449
Helyszín: Kecskeméti Ifjúsági Otthon
e-mail: nagy.attila13@fibermail.hu

Gombfoci Darts szakosztály

Kecskeméti Ifjúsági Otthon
Kecskemét, Kossuth tér 4.
Tel.: 76/481-686, 481-523
K, Cs: 17.00-21.30

FUTÁS**Hírös Futóklub**

Szalóki Róbert edző:
30/5373-977
Kedd 18.00 Lánchíd
(minden korosztályt várnak, nem sportolókat)

Hírös dombfutás

kéthavonta. (pontos dátum a honlapon)
Hírös félmaraton

AUTÓ MOTOR SPORT

Kecskeméti Motorsport Egyesület
(6 éves kortól bármennyig várnak érdeklődőket)
www.gokartstadion.hu
Tel.: 30/9531-421,
30/566-1110

PI-DO RACING TEAM SE

(15 éves kortól várnak)
Mobil: 30/359-8466
Kecskemét,
Mészáros L. tér 2. V/20

CSÚSZÓKORONG

Kecskeméti KISKUN

CSÚSZÓKORONG Sport Klub

(minden korosztályt várnak)

Kecskemét, Vadszőlő u. 1.

Tel.: 20/9999-601

Edzések helyszíne: Béke Téri

Általános Iskola

e-mail:

eisstocksport@freemail.hu

BÚVÁRSPORT

Alexandria Búvár Sport

Egyesület

Elnök: Szécsényi Ferenc

Kecskemét, Szirom u. 29.

mobil: 06/20/957-7070

E-mail:

buvarse@alexandriadc.hu

RÁDIÓAMATŐR SPORT

(RÁDIÓS TÁJFUTÁS)

Aranyhomok Rádióklub

<http://ha8kuc.extra.hu>

E-mail: ha8kuc@extra.hu

TEKE

MÁV Teke Sport

Egyesület

Tel.: 30/955-9252

TOLLASLABDA

Kecskeméti Tollaslabda

Barátok Köre

Elnök: Tollas Emese

Mobil: 70/361-3775

emese.tollas@fibermail.hu

LOVASSPORTOK

Kecskeméti Lovas Klub

Sportegyesület

(versenysport, fogathajtás)

Elnök: Nyúl Zoltán

Tel.: 427-274,

Mobil: 30/215-4905

E-mail:

nyul-zoltan@t-online.hu

Fülöp Fogathajtó és

Lovasiskola Kft.

(5 éves kortól, hobbiszerűen

és versenyszerűen is)

Ügyvezető igazgató:

Fülöp Sándor

Kecskemét, Szarkás tanya

460/a (Hetényegyháza)

Mobil: 70/3666-494,

30/286-1846

e-mail: k

eszter@poniklub.hu,

HA NEHEZEN BOLDOGULSZ AZ ÉLETBEN,

KERESD A KECSKEMÉTI ÖNKORMÁNYZAT

INGYENES IFJÚSÁGSEGÍTŐ SZOLGÁLATÁT HÉTKÖZNAPOKON 12-18 ÓRÁIG!



HELPI

Kecskeméti Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

6000 Kecskemét, Széchenyi sétány 2-4.

INFOTEL: 76/ 41 20 20 - E-mail: helpi@helpi.hu - www.helpi.hu