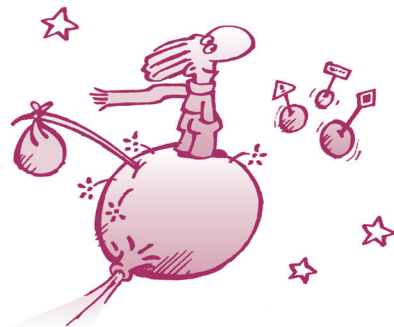


# ÉLET ÚTMUTATÓ

ingyenes információs kiadvány  
önálló életüket kezdő, kecskeméti fiataloknak



2007

*Negyedik, 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., III., V. és VIII. fejezet

Jakubács László – IV., VI. és VII. fejezet

Kósa András Csaba – III. fejezet

Mészáros Eszter – II. fejezet

**Szakmai segítséget nyújtottak:**

Bakonyi Péter és a Családsegítő Szolgálat munkatársai

Lehoczky Szilvia, dr. – pszichiáter

Mátó Gyöngyi – pályaválasztási szakszolgálat-vezető  
valamint a

RÉV Szenvedélybeteg-segítő Szolgálat és a  
Dél-alföldi Regionális Munkaügyi Központ Kecskeméti  
Regionális Kirendeltség munkatársai

**Szerkesztette:**

Buknicz Éva Orsolya és Szabó Csaba

**A kiadványt tervezte:**

Neocortex 2001. Bt.

**Borítótér, arculat és illusztrációk:**

© Habi, 2003-2004., 2005., 2006., 2007.

**Nyomdai előkészítés és sokszorosítás:**

Béta PPress Stúdió Kft.

**Felelős kiadó:**

A HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda vezetője

**Megjelent 2.500 példányban**

**A 4. kiadás megjelentetését Kecskeméti Megyei Jogú Város Önkormányzata valamint a Szociális és Munkaügyi Minisztérium támogatja.**

**Az első kiadás a Holland Királyság segítségével jött létre.**

Kiadványunkat a középfokú oktatási intézményekből ballagó diákok érettségi illetve szakmai bizonyítványukkal együtt, osztályfőnököktől kapják meg. Ha mégsem talált meg könyvünk, de úgy véled, Neked is jól jönne egy példány, lépj kapcsolatba a HELPI Ifjúsági Irodával! Aktualizált kiadványunk a [www.helpi.hu/utmutato](http://www.helpi.hu/utmutato) weboldalon is elérhető.



## HITELESSÉG, ÉRVÉNYSÉG

E kiadás kéziratát 2007. március 20-án zártuk le.

Az ÉLET Útmutatóban 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, címetek, elérhetőségeket is – ezeket megkeresve bővebb és éppen aktuális információkhoz juthatsz.

## KONCEPCIÓ A HELYI FIATALOKÉRT

Kecskemét Megyei Jogú Város Közgyűlése 2007. februárjában fogadta el a város középtávú ifjúságpolitikai koncepcióját, vagyis állásfoglalását arra vonatkozóan, hogy milyen, a helyi 13-25 éves korosztályt érintő fejlesztéseket tervez az elkövetkező 3 évben.

A haladó szemléletű koncepció szakít azzal az általános nézetel, mely az ifjú kort csupán a gyermek- és felnőtt kor közötti problémákkal terhelt életszakasznak tekinti, amelyet „minél előbb ki kell nőni”.

Ehelyett a felnövekvő generációt erőforrásnak tekinti, és ahhoz igyekszik segítséget nyújtani, hogy a fiatalok felismerjék saját képességeiket, kialakulhasson bennük az a kezdeményező magatartás, amely jövőbeni boldogságuk fontos alapja lehet. Ezért a tervezet nagy hangsúlyt helyez az ifjúsági önszerveződések támogatására, az értelmes szabadidőtöltés feltételeinek kialakítására és a közösségi programokban, helyi döntésekben való részvételük biztosítására.

A koncepció letölthető a [www.helpi.hu](http://www.helpi.hu) weboldalról!



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

### Kedves Fiatal!

A kiadvány, amit a kezdedben tartasz hiteles, érvényben lévő és érthetően megfogalmazott információkat tartalmaz arról, hogyan igazodhatsz el a hivatalos ügyeid intézésekor. Különösen nagy hasznát veszed, ha nincsenek a hétköznapiakban körülötted olyan felnőttek, akikhez kérdéseiddel fordulhatsz, akik helyetted intézkednek, vagy segítségükkel szembenézhetnél a mindenapok kihívásaival.

Sajnos az iskola még mindig „nem az életre nevel”, ezért sokszor érezheted magad úgy, mint a fészkből kiesett kismadár. Az **ÉLET Útmutató** segít Neked abban, hogyan használd a „szárnyaid”, hogyan élj a lehetőségeiddel. Az első és legfontosabb lépés, hogy tudjál róla, a problémáiddal hova fordulhatsz, az adott ügyben kitől és hol várhatsz segítséget. Mert nem elég vágyakozni („de jó lenne egy önálló otthon”), meg kell tanulni megvalósítani az álmokat – és ez többnyire nem megy egyedül.

Abban az esetben, ha újabb kérdések merülnek fel benned, fordulj a HELPI munkatársaihoz, akik a továbbiakban már személyre szabottan segítenek. A személyes kapcsolat abban is segít, hogy az esetleges problémáiddal, tanácsatlanságaidal ne érezd magad egyedül. Tőlük bátorítást is kaphatsz, s előbb-utóbb rutinosan, magabiztosan léphetsz az ügyintézők elé a különböző hivatalokban.

Büszke vagyok az önkormányzatunk nevében arra, hogy a támogatásunkkal működő ifjúsági iroda a Kecskeméten élő fiatalok sorsát olyannyira szívén viseli, hogy lehetőségeikkel, eszközeikkel és tehetségükkel élve sokféle módon – többek között e kiadvánnyal – segítik megkönnyíteni fiataljaink életét. Mindenkit arra bátorítok, hogy éljen ezzel a lehetőséggel.

Kívánok Neked sok sikert és kitartást életed ügyeinek intézéséhez!

**Grécsi Ágnes**  
ifjúsági referens

IMPRESSZUM .....	2
KÖSZÖNTŐ .....	3
TARTALOM .....	4
BEVEZETŐ .....	7
MINDENK ELŐTT .....	8

## I. TOVÁBBTANULÁS, KÉPZÉS .....

### ÉRETTSÉGI ÉS FELVÉTELI .....

Kétszintű érettségi – Az érettségi vizsga és a felsőoktatási intézményekbe való bejutás kapcsolata – Pontszámítás

### FELSŐOKTATÁS .....

Jogaid, lehetőségeid – Bolognai folyamat – Anyagiak

### HALLGATÓI JOGVISZONYBAN .....

Juttatások – Diákmunka – Hazai és külföldi ösztöndíjak

Diákigazolvány – Diákhitel – Ösztöndíjak

### SZAKKÉPZÉSEK .....

Középfokú és felsőfokú iskolarendszerű szakképzések –

Iskolarendszeren kívüli képzések – Támogatások, juttatások

### NYELVTANFOLYAMOK .....

### ECDL .....

### TANULÁS KÜLFÖLDÖN .....

Érettségi előtt és után – Tanulmányok elismerése –

Európai Önéletrajz – EUROPASS – EURODESK

## II. A MUNKA VILÁGA .....

### PÁLYAKEZDÉS .....

Státusz – Szolgáltatások és támogatások –

Munkatapasztalat szerzés – Önkéntesség

### ÁLLÁSKERESÉS .....

Előkészületek – Aktív keresés – Tárgyalások – Szerződés-kötés

### KÜLFÖLDI MUNKA .....

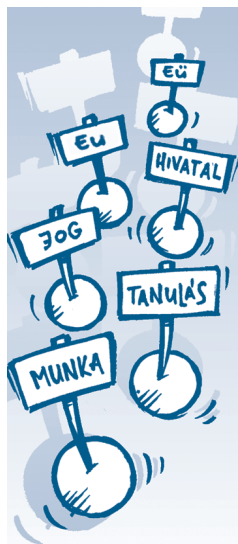
EURES – Ne dőlj be!

### KÜLFÖLDI MUNKATAPASZTALAT .....

Önkéntes munka – Au-Pair

### VÁLLALKOZÁS .....

Státusz – Támogatás



<b>III. EURÓPA ÉS A FIATALOK</b> .....	<b>58</b>
<b>FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM</b> .....	58
<i>Célkitűzések – Prioritások – Alapelvek</i>	
<b>ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK</b> .....	59
<b>ALPROGRAMOK</b> .....	61
<b>SZEMÉLYES BESZÁMOLÓK</b> .....	62
<b>IV. A JOG VILÁGA</b> .....	<b>65</b>
<b>EMBERI JOGOK</b> .....	65
<b>ÁLLAMPOLGÁRI JOGOK</b> .....	66
<i>Népszavazás – Tüntetés – Polgári engedetlenség</i>	
<b>ÁLLAMPOLGÁRI KÖTELEZETTSÉGEK</b> .....	67
<b>PERESKEDÉS, KÉPVISELET</b> .....	68
<b>JOGSÉRELMEK</b> .....	68
<b>BÜNTETŐJOGI FELELŐSSÉG</b> .....	69
<b>HA BEVISZ A RENDŐR</b> .....	70
<b>BÁNTALMAZÁS</b> .....	71
<b>SZERZŐDÉSKÖTÉS</b> .....	72
<b>V. A HIVATALOK VILÁGA</b> .....	<b>73</b>
<b>AZ OKMÁNYIRODA</b> .....	74
<i>Személyi – Jogosítvány – Útlevel</i>	
<b>ERKÖLCSI BIZONYÍTVÁNY</b> .....	78
<b>AZ ILLETÉKHIVATAL</b> .....	78
<b>A FÖLDHIVATAL</b> .....	79
<b>VI. AZ EGÉSZSÉGÜGY VILÁGA</b> .....	<b>80</b>
<b>ELSŐSEGÉLY NYÚJTÁS</b> .....	81
<b>BETEGBIZTOSÍTÁS</b> .....	81
<i>Társadalombiztosítás – Szabad orvosválasztás</i>	
<b>AZ EGÉSZSÉGÜGY REFORMJA</b> .....	83
<i>Vízitdíj – Gyógyszerek – Ellátás az EU-ban</i>	
<b>A BETEGEK JOGAI</b> .....	86
<i>Betegjogi képviselő – Kórházi etikai bizottság</i>	
<b>A MEGELŐZÉS INTÉZMÉNYEI</b> .....	87
<i>Tüdőszűrés – Nőgyógyászat – AIDS szűrés</i>	
<b>MEGVÁLTOZOTT MUNKAKÉPESSÉGŰEK</b> .....	89



<b>VII. A CSALÁD VILÁGA</b> .....	<b>91</b>
<b>A HÁZASSÁGKÖTÉS</b> .....	91
<i>Élettársi kapcsolat</i>	
<b>OTTHONTEREMTÉS</b> .....	92
<i>Fiatal Házasok Otthona – Alberleti támogatás – Önkormányzati lakáshitelek – Fészekrakó program – Banki lakáshitelek – Lakástakarék-péztár</i>	
<b>AZ ÖNÁLLÓ HÁZTARTÁS</b> .....	97
<b>CSALÁDTERVEZÉS</b> .....	98
<b>GYERMEKVÁLLALÁS</b> .....	99
<i>Juttatások – Kedvezmények</i>	
<b>HARMÓNIA A CSALÁDBAN</b> .....	103
<b>CSALÁDI PROBLÉMÁK</b> .....	104
<i>Pénzbeli ellátások – Gyermekjólét, gyermekvédelem – Válás – Haláleset</i>	
<b>VIII. BELSŐ VILÁGOD</b> .....	<b>108</b>
<b>AZ ÖNISMERET</b> .....	108
<b>LELKI EGÉSZSÉGÜNK</b> .....	109
<b>LELKI ZAVAROK, BETEGSÉGEK</b> .....	110
<i>Evészavarok – Félelem, szorongás – Depresszió Öngyilkosság</i>	
<b>SZENVEDÉLYEINK</b> .....	115
<i>Játékszenvedély – Internet-függőség – Vásárlási szenvedély – Drogfüggőség – Ellátás</i>	
<b>FEDÉL NÉLKÜL</b> .....	120
<b>NINCS MIT ENNED?</b> .....	121
<b>NEM VAGY EGYEDÜL</b> .....	121
<b>TÁRGYMUTATÓ</b> .....	<b>122</b>
<b>SZABADIDŐS CÍMJEGYZÉK</b> .....	<b>124</b>
<b>MŰVELŐDÉS</b> .....	124
<i>Könyvtárak – Kulturális intézmények – Múzeumok Kiállítóhelyek</i>	
<b>SZÓRAKOZÁS</b> .....	125
<i>Mozik – Színházak – Találkahelyek – Bulizó helyek Országos fesztiválok</i>	
<b>MOZGÁS</b> .....	126
<i>Tánc, néptánc – Ki a szabadba! – Fürdőhelyek, uszodák</i>	
<b>SPORT, TÚRÁZÁS, SZABADIDŐSPORT</b> .....	127
<i>Sport és szabadidősport egyesületek – Túraszövetségek</i>	



„Légy önmagad! Mindenki más már foglalt.”

(Gilbert Perreira)



## 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 összetett és fejezetenkénti 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.*

**Szeretted vagy sem,** amíg iskolás voltál, védett környezetben lehettél. Diákként számtalan kedvezmény illetett meg, hétköznapjaid rendjét az iskola alakította, folyamatosan odafigyelték 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 törekvéseidet segítheti, ha részben el tudsz szakadni otthonról – főiskolai kollégiumba vagy albérletbe költözöl, tanulmányútra vagy munkatapasztalat szerzés céljából külföldre utazol. Kellemetlenebb, ha idejekorán elveszítetted a háttérrel, és ez a helyzet kényszerít 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.

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

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

**Élőjáróban** 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 családodtól, barátaidtól vagy a hozzá(d)értő szakemberektől.

Járj sikerrel Életutadon!

**a kiadvány szerzői**

# HASZNOS CÍMEK, INFORMÁCIÓK

## SEGÉLYHÍVÓSZÁMOK

**Mentők:** 104

**Tűzoltóság:** 105

**Rendőrség:** 107

## ORVOSI ÜGYLETEK 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

Mátyás Király Gyógyszertár

6000 Kecskemét, Szabadság tér 1.

Tel.: 76/480-739

## 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.: 76/450-172

hétfő-péntek: 11-20 óráig

szombat: 11-19 óráig

vasárnap: 10-17 óráig

### TESCO postaügyelet

6000 Kecskemét, Talfája tanya 1.

Tel.: 76/477-084

hétfő: 10-18.30 óráig

kedd-péntek: 8-18.30 óráig

szombat: 8-15 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, Gizella 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

### Érettségi és felvételi ... 10

- Kétszintű érettségi ... 10
- Felvételi pontszámítás ... 14

### Felsőoktatás ... 17

- Bolognai folyamat ... 17
- Anyagiak ... 20

### Hallgatói jogviszonyban ... 20

- Diákmunka ... 20
- Hallgatói juttatások ... 20
- Ösztöndíjak ... 21
- Diákigazolvány ... 22
- Diákhitel ... 23

### Szakképzések ... 25

- Középfokú ... 25
- Felsőfokú ... 25
- Iskolarendszeren kívüli ... 26
- Támogatások, juttatások ... 26

### Nyelvtanfolyamok ... 28

### ECDL ... 29

### Tanulás külföldön ... 30

## 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 kezdtek el tanulmányaikat, azoknak a 18. év betöltéséig.

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

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

## Mit mondasz Te, avagy hogyan tovább?

### Ha most érettségiztél, eldöntheted, hogy

- továbbtanulsz a felsőoktatásban
- valamilyen felső- vagy középfokú szakképzésben veszel részt
- szerzel egy (újabb) szakmát
- tanulás helyett a munkába állást választod
- mindezeket kombinárod.

**Amennyiben most tettél szakmai vizsgát** a 12. évfolyamon, szintén eldöntheted, hogy továbbtanulsz-e, vagy rögtön kipróbálsz 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. Különböző is, ma mindenki az „élethosszig 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 felkészítet magad arra: nem úszod meg tanulás nélkül életed hátralévő részét sem!

## ÉRETTSÉGI ÉS FELVÉTELI

Már nem újdonság, hogy 2005. évtől – a kétszintű érettségi bevezetése miatt – módosult az érettségi vizsga. 2006-tól a felsőoktatás rendszere alakult át, amelyet „Bolognai folyamatnak” nevezünk. 2008-tól pedig a pontszámításban történik változás. Az alábbiakban e három területről olvashatsz!

### A kétszintű érettségi

**A 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 az **Oktatási és Kulturális Minisztérium (www.okm.gov.hu)** és az **Országos Felvételi Iroda (www.felvi.hu)** 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

**Ha tanácstalan vagy abban, hogy merre, hogyan tovább, vagy nem tudod, hogy milyen lehetőségeid vannak, kérj segítséget! Kecskeméten az alábbi címeken kaphatsz tanácsot:**

#### Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Pedagógiai Intézete és Továbbtanulási Pályaválasztási Tanácsadója-Pedagógusház

Kecskemét, Katona József tér 8.  
Tel.: 76/327-488, 501-345  
Mobil: 30/229-9326  
gyongyi@bacs-kisk-ped.sulinet.hu  
www.bacs-kisk-ped.sulinet.hu

#### Bács-Kiskun Megyei Munkügyi Központ Foglalkozási Információs Tanácsadó (FIT)

Kecskemét, Klapka u. 34.  
Tel.: 76/486-597, 504-322  
www.bacsmmk.hu  
www.afsz.hu  
Ügyfélfogadás:  
Hétfőtől-csütörtökig:  
08.00-15.00 óráig  
Péntek: nincs ügyfélfogadás

#### [e-Pálya]

www.epalya.hu  
Nagyon jól használható honlap. Számos kérdőívet tölthetsz ki, és választ kaphatsz olyan kérdésekre, mint pl. mennyi a keresete egy könyvelőnek, és az elmúlt években az adott foglalkozásban hány embert alkalmaztak.

**ÉRETTSÉGI MUNKA MELLETT**

*Ha úgy döntöttél, hogy munka mellett szeretnél érettségit szerezni, a következő iskolákban lehetséged van esti vagy levelező tagozaton tanulni.*

**Szent-Györgyi Albert  
Égészségügyi és Szociális  
Szakközépiskola**

levelező képzés  
Kecskemét, Nyíri u. 73.  
Tel.: 76/492-104  
szgya@szent-gyorgyi.hu  
www.szent-gyorgyi.hu

**Németh László Gimnázium és  
Szakközépiskola nappali, esti  
és levelező képzés**

Kecskemét, Szent Imre u. 9.  
Tel.: 76/508-836

**Gáspár András  
Szakközépiskola nappali és  
levelező képzés**

Kecskemét, Hunyadi J. tér 2.  
Tel.: 76/480-744  
agaspar@mail.datanet.hu  
www.agaspar.hu

**Vizsgafajták**

Ahhoz, hogy megértsd a vizsga menetét, tisztában 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 ugyanaból 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 ismétlő 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 iskolában írod meg, minden vizsgatárgyból az előre kijelölt napokon. Az írásbeli feladatlapok 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 tanáraitól. 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 érettségivel azonos időpontban.

A szóbeli vizsga is külső tantárgyi bizottság előtt zajlik. Ha megfelelő létszám összejön 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 százalékkértékek alapján állapítják meg. A százalékkérték 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 százalékkérték, és az ennek alapján kiszámított érdemjegy együttesen határozza meg. A százalékkérték és az osztályzatok megfeleltetése nem azonos a két szinten. Ugyanaz a százalékkérték emelt szinten általában jobb osztályzatnak felelhet 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 közép- vagy emelt szinten.

A jól sikerült emelt szintű idegen nyelvi érettségi vizsga 60%-tól középfokú, 40-59% között pedig alapfokú „C” típusú,

## FELVÉTELI FELKÉSZÍTŐK

### Katedra Informatikai és Művészeti Szakközépiskola

Kecskemét, Izsáki út 8.

Tel.: 76/502-350

[www.katedra-iskola.hu](http://www.katedra-iskola.hu)

### ÁFEOSZ Kereskedelmi és Közgazdasági Szakközépiskola

6000 Kecskemét, Bibó I. u. 1.

Tel.: 76/500-850

[www.afeosziskola.hu](http://www.afeosziskola.hu)

### Bolyai János Gimnázium

Kecskemét, Irinyi u.49.

Tel.: 76/507-523

[www.bolyai-kkt.sulinet.hu](http://www.bolyai-kkt.sulinet.hu)

### Katona József Gimnázium

Kecskemét, Dózsa Gy. u. 3.

Tel.: 76/481-583

[www.katonaj.sulinet.hu](http://www.katonaj.sulinet.hu)



## Kecskeméti Református Gimnázium

Kecskemét, Szabadság tér 7.

Tel: 76/500-380

[www.reformatus-kkt.sulinet.hu](http://www.reformatus-kkt.sulinet.hu)



állandilag elismert nyelvvizsgának számít. Nincs meghatározva, hogy ez az egyenértékűség az egynyelvű vagy a kétnyelvű államilag elismert nyelvvizsgálóhoz 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

Egyeztetések folynak az ECDL vizsga magyarországi szervezőjével arról, hogy vizsgamentességgel átjárhatóságot biztosítson az ECDL és az érettségi vizsga között az érettségizettek részére, mindkét szinten az érettségi bizonyítvány megszerzésétől számított 2 éven belül. Tehát sem az ECDL bizonyítvánnyal, sem az informatikai-számítástechnikai OKJ-s vizsgával nem váltható ki az informatika érettségi. Aki azonban akár közép-, akár emelt szinten ötösré leteszi az informatika érettségét az új kétszintű rendszerben, az várhatóan az érettségi bizonyítványa alapján folyamat ECDL bizonyítványért.

Az ECDL bizonyítványt az igényüket benyújtó diákok számára az NJSZT bocsátja ki az érettségi dokumentum, valamint az érettségi adatokat nyilvántartó hivatalos szervezettel egyeztetett adatok alapján. A vizsgadíjat nem kell kifizetni, de az eljárásért a regisztrációs díjat igen, ezt azonban az Oktatási és Kulturális Minisztérium várhatóan magára vállalja.

### AZ ÉRETTSÉGI VIZSGA ÉS A FELŐOKTATÁSI INTÉZMÉNYEKBE VALÓ BEJUTÁS KAPCSOLATA

A kétszintű érettségi bevezetésével megváltozott a felsőoktatás felvételi rendszere is, mivel az alapképzésben megszűnt a felsőoktatási felvételi vizsga, szerepét a kétszintű érettségi vizsga vette át.

Kizárólag a művészeti és testkulturális területeken 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.

Középszint	Osztályzat	Emelt szint	Osztályzat
80%-100%	5	60%-100%	5
60%-79%	4	47%-59%	4
40%-59%	3	33%-46%	3
20%-39%	2	20%-32%	2

## Egy kis pontszámítás

A 2008. január 1-jétől hatályba lépő jogszabályok értelmében, a 2008-as felvételi eljárásban a következőképp alakul alapképzésre és egységes, ozatlan képzésre való jelentkezés esetén 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 (*legfeljebb 80 többletpont*). A maximálisan elérhető összpontszám 480 pont.

### Tanulmányi pontok (maximum 200 pont)

1. Magyar nyelv és irodalom (átlaga), történelem, matematika, egy idegen nyelv (vagy nemzetiségi nyelv és irodalom) és egy választott tárgy két utolsó tanult év végi tantárgyi érdemjegyek (*legfeljebb 25-25*) összegének kétszerese (*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 számmá kerekítve (*legfeljebb 100 pont*).

### Érettségi pontokat (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 legjobbkat számítják!

**A 2005 előtt érettségizőknel** (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 – 2007-ben is alkalmazott – átszámító táblázat alapján határozzák meg százalékos eredményüket.

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



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

**Többletpontok (maximum 80 többletpont)**

Összesen 80 többletpont szerezhető különböző módokon, amelyet a tanulmányi és érettségi pontokból megállapított alapon-tokhoz adnak hozzá. A jelentkező abban az esetben is csak 80 pontra jogosult, ha a különböző jogcímek alapján elért többletpontjainak összege ezt meghaladná.

**Emelt szintű érettségiért járó többletpontok (maximum 80 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 40 többletpontot kap. Tárgyanként 40-40 többletpontra jogosult.

**Nyelvvizsgáért járó többletpontok (maximum 50 pont)**

Középfokú C típusú államilag elismert nyelvvizsga után 35 többletpont, vagy felsőfokú C típusú nyelvvizsga után 50 többletpont jár. Nyelvvizsga alapján legfeljebb 50 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**

Legfeljebb egy, az Oktatási és Kulturális Minisztérium által meghirdetett és anyagilag támogatott Országos Művészeti Tanulmányi Versenyeken elért 1-3. helyezéseiért 20 pont jár.

**Szakirányú végzettségért képzési területek szerint adható többletpontok**

Az Országos Képzési Jegyzékben szereplő emelt szintű vagy felsőfokú szakképesítésért, amennyiben szakiránynak megfelelő továbbtanulásnak minősül, illetve szakirányú technikai képesítő bizonyítványért 30 többletpont jár.

**Előnyben részesítés (maximum 50 pont)**

Gyakran csupán néhány ponton múlik, hogy bejut-e valaki a felsőoktatási intézménybe. Ha megfelel a hátrányos helyzetűség kritériumainak, annak súlyától függően +25, ill. +50 pont kedvezményben részesülhetsz. Sok, arra érdemes fiatal, tőle függetlenül, külső okok miatt jelentős hátránnyal indul az élet számos területén társainál. Azoknak, akiknek a családjuk szociális-, illetve anyagi helyzete rosszabb, akit állami gondozásba vagy tartós nevelésbe vettek, akiknek tanulmányaik alatt gyermekükéről is gondoskodni kell, illetve akik valamilyen fogyatékossgal 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 később, a munkaerőpiacon való elhelyezkedés lehetőségének bővítése.

### **Megvalósítása több lépésből áll**

1. A szociálisan hátrányos helyzetű fiatalok felsőfokú intézményekbe a felvételi eljárás során kedvezményekkel való bejutásának biztosítása;
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 akik tartós nevelésbe vételben részesültek;
3. A programban részt vevők 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, védelemben vett vagy állami gondozott volt. A hátrányos helyzetűnek számító fiatal a felvételi eljárás során 25 többletpontra jogosult.
- Ezen belül, további 25 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 fogyatékossgal élő jelentkező minden jelentkezési helyen 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 részesül, 50 többletpontra jogosult.

A program természetesen az esti, levelező illetve távoktatási tagozatokra egyaránt 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 160 pontot.*





**HASZNOS TANÁCS:**

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

**Felsőoktatási felvételi tájékoztató 2007.**

Oktatási és Kulturális Minisztérium 2006.

**Felvételi tájoló 1.-4. 2007.**

Bp., Educatio Társ. Szolg. Kht. 2006.

**Diploma 2007**

HVG Különszám

**Szakirányú továbbképzések 2007.**

Bp., OFI, 2006.

**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 kínálunk továbbtanulási lehetőséget, és biztosítják a második, vagy a további oklevél megszerzésének lehetőségét is.

**A SOKAT EMLEGETETT BOLOGNAI!**

Nem csak az érettségi alakult át, hanem megváltozott a magyar felsőoktatás is. Új szakok indultak, és átalakult a képzési rendszer.

A hagyományos képzési rendszer megváltoztatását, azaz a felsőoktatási reformot régóta tervezték már a döntéshozók. Egyrészt azért, hogy ne annyira fiatalon, tizennyolc évesen kelljen eldöntenie valakinek, hogy egyetemre vagy főiskolára szeretne-e menni, másrészt azért, hogy jóval több gyakorlati szakembert képezzenek.

A felsőoktatási reform azért is volt időzerű, 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 előnye**

Az új képzési szerkezet által biztosítható a tanulmányi pályák, a képzési ciklusok egymáshoz és a munka világához való kapcsolódása, az Európai Unióban és más országokban megszerzhető ismeretekkel és végzettségekkel összevethető tudás és végzettség birtoklása.

Ez a képzési szerkezet alkalmas nagy számú hallgató számára színvonalas képzésére, ugyanakkor változatos tanulmányi lehetőségeket biztosít a legmagasabb végzettséget megszerznie kívánó, kiváló teljesítményt nyújtó diákok számára is.

A fokozatok megszerzése többféle módon lehetséges, szintenként akár más-más intézményben, esetleg országban.

**A továbbiakban röviden áttekintjük e folyamat lényegét és ismertetjük az alapvető tudnivalókat.**

## MITŐL BOLOGNAI?

Az európai oktatási miniszterek 1999 júniusában Bolognában írták alá azt a Nyilatkozatot, amely konkrét célokat fogalmazott meg a felsőoktatási rendszerek nagyobb mértékű összehasonlíthatóságára és harmonizálására vonatkozóan. A nyilatkozat célul tűzte ki egy egységes európai felsőoktatási térség létrehozását 2010-ig. E törekvés közismertebb neve a Bolognai folyamat.

### Hogyan alakul át a képzési rendszer a Bolognai folyamat következtében?

Az új képzési rendszer legfontosabb jellemzője, hogy minden olyan szakképzettség megszerezhető benne, amelyet eddig meg lehetett szerezni a magyar felsőoktatásban, csak a hozzá elvezető utak módosultak, vagyis semmi nem veszett el, csak (majdnem) minden átalakult. Átalakult, de ez az átalakulás nem az egykori ötéves egyetemi szakok „kettévágását”, vagy a négyéves főiskolai szakok háromévesre tömörítését jelenti, hanem a munkaerő-piaci igényeknek megfelelően új alapszakok létrehozását. Az alapképzés csak egyszakos, az alapfokozat megszerzésével egy szakképzettség szerezhető. A tehetséges hallgatóknak továbbra is lehetőségük van párhuzamos tanulmányok folytatására.

**A három egymásra épülő képzési ciklusból** álló képzési rendszer kevesebb bemenetet, és bekerülve több átmeneti lehetőséget teremt, ezzel több időt hagyva a saját képességek felismerésére.

**Az első képzési szint az alapképzés (baccalaureus, bachelor; rövidítve: BA, BSc),** mely (alapszaktól függően) 6-8 féléves. Ez a felsőoktatás főbejárata. Az alapfokozatot nyújtó első ciklus a munkaerő-piacon hasznosítható szakmai ismereteket ad a végzés utáni elhelyezkedéshez, egyúttal megfelelő elméleti alapot is nyújt az adott szakterületen a tanulmányok azonnali vagy későbbi, néhány éves munkavégzést követő folytatásához, a mesterfokozat megszerzéséhez.

**A mesterképzés (magister, master; rövidítve: MA, MSc)** felvételi követelményeit a felsőoktatási intézmények határozzák meg. E képzés 2-4 féléves, kivéve a tanárképzést, amely 5 féléves. Ennek szintén két kimenete van: a munkaerőpiac, illetve

## NEMZETI PÁLYAINFORMÁCIÓS KÖZPONT (NPK)

### AZ NPK TEVÉKENYSÉGE

**Információk gyűjtése és közléte** az Európai Unió tagországaiban elérhető oktatási és képzési lehetőségekről.

**Tájékoztató** a mobilitás feltételeiről, az egyes végzettségek kölcsönös elismeréséről: tájékozódhatsz a diákok és oktatók számára szervezett csereprogramokról, ösztöndíjakról, a külföldre utazás és kint tartózkodás feltételeiről, pályázati lehetőségekről.

**Együttműködés** más Nemzeti Pályainformációs Központokkal a hatékony és naprakész információszolgáltatás érdekében.

**Képzési adatbázisok létrehozása és karbantartása:** honlapjukon a Magyarországon folyó középiskolai és felsőoktatási képzések adatbázisai is elérhetőek.

### Nemzeti Pályainformációs Központ

Szeged, Boeskaai u. 10-12.

Tel.: 62/555-580

E-mail: nrcvg@npk.hu

[www.npk.hu](http://www.npk.hu)

Az Európai Bizottság **PLOTEUS** elnevezésű adatbázisa tartalmazza az NPK-hálózat képzési információit, illetve az érdeklődők számára általános útmutatást nyújt harminc európai országról. A portál a <http://europa.eu.int/ploteus> internetes címen érhető el.



**a doktori képzés (PhD és DLA)**, amely a tudományos fokozat megszerzésére készíti fel, és ez a képzési piramis csúcsát jelenti.

Természetesen átalakul a szakok rendszere is. A korábbi, több mint 400 egyetemi és főiskolai szak helyett 133 alapszakon kezdhetik meg tanulmányaikat 2007 szeptemberében azok, akik felvételt nyernek. Ez azt is jelenti, hogy igen sok korábbi szak megszűnik, egy-egy alapszak szakirányként működik tovább. A képzés tartalma akkor is változik, ha egy-egy alapképzési szak neve megegyezik a korábbi egyetemi és/vagy főiskolai szak nevével. A változáshoz hozzátartozik az is, hogy a korábbi szakcsoportok rendszere is átalakul, képzési területek váltják fel azokat, és ezzel az új alapszakok más csoportba kerülhetnek, mint ahol korábban voltak.

17 szakon (orvos, állatorvos, gyógyszerész, fogorvos, jogász, építészmérnök, emellett néhány művész és színház tudományi területen) osztatlan képzésben vehetnek részt a jelentkezők, ezeken a szakokon alapképzésben nem szerezhető fokozat. Az osztatlan képzés a mesterfokozat megszerzésével zárul.

Ugyan nem e rendszerhez illeszkedik, de a felsőoktatás részét képezi a felsőfokú szakképzés is. Ez felsőfokú végzettséget nem ad, viszont az e képzési formában megkezdett tanulmányok beszámíthatók az alapképzésbe, illetve az új képzési rendszer biztosítja az alapképzésből a felsőfokú szakképzés irányába történő kilépés lehetőségét is, például ha az alapképzés a hallgató képességeit meghaladja.

Az új többciklusú képzési szerkezet a tömegesedő oktatás kihívásaihoz igazodóan szélesebb alapozású, tehát kevésbé specializált. Általa általános ismeretek, készségek, képességek és a szakmai kompetenciák, valamint a munkába álláshoz szükséges szakmai gyakorlat megszerzése is biztosítható. A szakmai specializálódásra és új végzettségi szint megszerzésére a mesterszakokon, a tudományos ismeretek megszerzésére pedig azt követően a doktori képzésben van lehetőség.

### **Mit jelent az, hogy egy képzés akkreditált?**

A Felvételi tájékoztatóban csak olyan felsőoktatási intézmények, illetve olyan általuk hirdetett képzések (szakok) szerepelnek, amelyek a megfelelő működési, illetve szakindítási engedéllyel rendelkeznek. Egyes esetekben a szakindítási engedélyek határozott időre szólnak.

## BESZÉLJÜNK AZ ANYAGIAKRÓL avagy mennyit és mit is kell fizetni?

A felsőoktatási intézményben folyó képzés államilag támogatott vagy költségtérítéses lehet. Az államilag támogatott képzés költségeinek többségét az állami költségvetés, a költségtérítéses képzés költségeit a hallgató viseli. Az államilag támogatott alap- és mesterképzésben tanulmányokat folytató hallgató képzési hozzájárulás fizetésére köteles.

### A képzési hozzájárulás

Ez az új rendelkezés előírja, hogy az a hallgató, aki 2007 szeptemberében államilag támogatott képzés keretében kezdte tanulmányait köteles képzési hozzájárulást fizetni.

### Két fontos feltétel van:

Az egyik az időbeli feltétel, ami azt jelenti, hogy a képzés második évfolyamától, (3. félévtől) köteles ezt fizetni a hallgató.

A másik feltétel a szociális helyzetre vonatkozó feltétel: aki szociálisan rászorult nem kötelezett ezt megfizetni, és a hátrányos helyzetű hallgató sem köteles ezt megfizetni.

Ennek éves mértéke alapképzésben 105 ezer Ft, mesterképzésben 150.000 Ft. Ezt havonta kell teljesíteni. Lehet kérelmezni mentességet, részletfizetési kedvezményt, illetve halasztást.

## HALLGATÓI JOGVISZONYBAN

### Hallgatói juttatások

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. Az Köztársasági ösztöndíjat az oktatási miniszter adja, és egy éven át a felsőoktatási intézmény az egyéb ösztöndíjakkal havonta folyosítja.

## DIÁKMUNKA

*Munkaviszonyt az létesíthet, aki betöltötte a 16. életévét (15-16 éves kor közötti nappali tagozatos diák, iskolai szünetekben szülei írásbeli hozzájárulásával vállalhat munkát). Fiatal korú munkavállalót (aki a 18. életévét még nem töltötte be) éjszakai, hétvégi vagy a testi épségüket veszélyeztető munkára nem lehet alkalmazni. Munkaidő naponta 8, heti 40 óra lehet legfeljebb. Két munkanap között legalább 12 óra el kell hogy teljen, és hetente legalább 2 nap szabadnapodnak kell lennie. Legkésőbb az utolsó munkanapodon meg kell kapnod a munkabéred, a részletes írásbeli elszámolással együtt.*

*Fontos, hogy mielőtt munkába állsz, köss (írásban!) munkaszerződést, a fentiek alapján. A biztonságosabb és kiszámíthatóbb lehetőségek érdekében tanácsos belépned egy diák-szövetkezetbe, ahol különböző előnyökhöz is juthatsz.*

### Diák-szövetkezetek

*A belépés személyesen történik. Szükséges: személyi igazolvány, adókartya (a lakóhely szerint illetékes adóhatóságtól), nappali tagozatos iskolalátogatási igazolás. A diák-szövetkezetek tagdíjat számítanak fel a bejelentéskor, amelyet kilépéskor visszakapsz. Ennek összege változó. Diákként várhatóan a következő munkalehetőségekre számíthatsz: árufeltöltés, számlápterjesztés, adattrójtás.*

### **KECKSEMÉTEN TALÁLHATÓ DIÁKMUNKÁ SZÖVEGZETEK:**

#### **Meló-diák**

6000 Kecskemét,  
Szövetség tér 4.  
Tel.: 76/412-255, 30/968-6056  
[www.melodiak.hu](http://www.melodiak.hu)

#### **Mind-Diák**

6000 Kecskemét,  
Csányi J. krt. 12.  
Tel.: 76/415-479, 70/452-3326  
[www.minddiak.hu](http://www.minddiak.hu)

#### **Meló-depó**

6000 Kecskemét,  
Csokonai utca 2/a.  
Tel.: 76/482-222, 30/935-2006  
[www.melo-depo.hu](http://www.melo-depo.hu)



#### **Dolgos Hangya**

6000 Kecskemét,  
Klapka u. 9-11.  
Tel.: 76/417-714, 30/436-3292  
[www.dolgoshangya.hu](http://www.dolgoshangya.hu)

#### **Fürge Diák**

6000 Kecskemét,  
Hoffmann J. u. 13.  
Tel.: 76/320-761, 76/504-818  
70/315-52-39  
[www.furgediak.hu](http://www.furgediak.hu)

#### **Diák 2000 és MEKK KFT.**

6000 Kecskemét, Kőhid u. 36.  
Tel.: 76/418-671, 20/361-8621

### **Pénzbeli szociális támogatás**

Szociális helyzeted alapján igényelheted, kereseti igazolásokat 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.

### **Kollégiumi elhelyezés, lakhatási támogatás**

Erre az adott intézményben pályázhatsz, amennyiben nem kapsz kollégiumi elhelyezést, igényelheted a lakhatási támogatást.

### **Támogatások szociális alapon**

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

Az **Esélyt a Tanulásra Közalapítvány** azoknak a nehéz anyagi körülmények között élő, a középiskola utolsó félévében tanuló diákoknak, valamint fogyatékos tanulóknak nyújt segítséget, akiknek anyagi helyzetük nem teszi lehetővé, hogy felsőoktatási intézményben folytassák tanulmányaikat. A pályázatot a tanuló saját középiskolájában nyújthatja be. A **Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségeért Közalapítványhoz** középiskolás roma fiatalok pályázhatnak ösztöndíjra.

### **Hazai ösztöndíjak**

Az alábbiakban felsorolt támogatási lehetőségeket iskolatípusok szerint csoportosítva mutatjuk be.

#### **Közoktatási ösztöndíjak**

Apáczai Közalapítvány ([www.apalap.hu](http://www.apalap.hu)), Esélyt a Tanulásra Közalapítvány ([www.prof.iif.hu/esely/](http://www.prof.iif.hu/esely/)), Magyarországi Cigányokért Közalapítvány ([www.macika.hu](http://www.macika.hu)), Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségeért Közalapítvány ([www.mnekk.hu](http://www.mnekk.hu)), Oktatási és Kulturális Minisztérium ([www.okm.gov.hu](http://www.okm.gov.hu)).

A pályázók köre általában: utolsó éves diákok, nemzeti kisebbségi diákok, roma középiskolások, valamint pedagógusaik, határon túli magyarok. A támogatás formája lehet szociális ösztöndíj, tanulást támogató ösztöndíj.

### Felsőoktatási ösztöndíjak

Oktatási és Kulturális Minisztérium, ([www.okm.gov.hu](http://www.okm.gov.hu))  
 Apáczai Közalapítvány ([www.apalap.hu](http://www.apalap.hu)), Esélyt a Tanulásra Közalapítvány, ([www.prof.iif.hu/esely/](http://www.prof.iif.hu/esely/))  
 Magyarországi Cigányokért Közalapítvány ([www.macika.hu](http://www.macika.hu)), Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségekért Közalapítvány ([www.mnekk.hu](http://www.mnekk.hu)).  
 A pályázók köre általában: hallgatók, nemzetiségi-kisebbségi hallgatók, határon túli magyarok.

### Felsőoktatás utáni ösztöndíjak

Alapítvány a Magyar Felsőoktatásért és Kutatásért, Nemzeti Kollégiumi Közalapítvány, Oktatási és Kulturális Minisztérium.  
 A pályázók köre általában: posztdoktorok, fiatal kutatók, művészek, tudományos, vagy mester fokozattal rendelkezők, 45 év alatti tudományos kutatók, diplomás szakemberek.

### Külföldi ösztöndíjak

Ma már számtalan lehetőség van külföldi egyetemek ösztöndíjaira 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 az Oktatási és Kulturális Minisztérium honlapján [www.okm.gov.hu](http://www.okm.gov.hu) találhatsz információkat az éppen aktuális ösztöndíjakról. Emellett a [www.scholarship.hu](http://www.scholarship.hu) oldalon tájékozódhatsz. A Tempus Közalapítvány kiemelten közhasznú szervezet, amely számtalan pályázati lehetőséget biztosít az oktatásban résztvevőknek [www.tka.hu](http://www.tka.hu).

### 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

### Bursa Hungarica

#### Felsőoktatási

#### Ösztöndíjpályázat

1244 Budapest, Pf. 920

Tel.: 1/301-32-68, 1/301-32-67

[www.bursa.hu](http://www.bursa.hu)

[bursa@bursa.hu](mailto:bursa@bursa.hu)

### Polgármesteri Hivatal

#### Családvédelmi Osztály

6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.

Tel.: 76/512-216, 512-217

Tel.: 76/513-513

[nepjolel@kecskemet.hu](mailto:nepjolel@kecskemet.hu)

### Esélyt a Tanulásra

#### Közalapítvány

1146 Budapest,

Ajtósi Dürer sor 19-21.

Tel.: 1/3434-800/323

[titkar@esely.ph.hu](mailto:titkar@esely.ph.hu)

[www.prof.iif.hu/esely](http://www.prof.iif.hu/esely)





### **Bővebb információ:**

[www.diakigazolvany.hu](http://www.diakigazolvany.hu)

Itt van lehetőség elektronikusan igénylésre is.

### **NEMZETKÖZI DIÁKIGAZOLVÁNY KIVÁLTÁSA:**

#### **Kunság Tours**

6000 Kecskemét,

Kéttplom köz 5.

Tel.: 76/508-734

Tel./fax: 76/504-482

[kunsagtours@kunsagvolan.hu](mailto:kunsagtours@kunsagvolan.hu)

[www.kunsagvolan.hu](http://www.kunsagvolan.hu)

### **A DIÁKHITELRŐL**

#### **Hasznos információ:**

[www.diakhitel.hu](http://www.diakhitel.hu),

[info@diakhitel.hu](mailto:info@diakhitel.hu)

40/240-024-es helyi tarifával

hívható számon.

felsőoktatási intézménybe felvesznek, beiratkozáskor igényelnek kell (ez különbözik a középiskolai diákigazolványtól). A diákigazolványhoz tagozatonként (nappali, esti, levelező, távoktatási) különböző kedvezményeket vehetsz igénybe. A felsőoktatási diákigazolványt félévente matricával kell érvényesíteni. Érvényes diákigazolvánnyal kedvezményeket kaphatsz múzeumokban, uszodákban, sportlétesítményekben, kulturális rendezvényeken. Ezen kívül a Diák-Bónusz Kht. számos kereskedelmi és szolgáltató céggel kötött megállapodása alapján a diákigazolvány birtokosának az országban több mint 700 helyen biztosítanak kedvezményt. Kecskeméten is számtalan helyen igénybe veheted ezt (címeiket az Interneten a [www.diakbonusz.hu](http://www.diakbonusz.hu) címen találod).

### **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, diákzások, éttermek stb.) használhatod. Nemcsak kedvezményeket kaphatsz, hanem ingyenesen léphetsz be különböző múzeumokba, galériákba. Ha nyaralni indulsz, ösztöndíjjal külföldre utazol, vagy ha meglátogatód rokonaidat, akkor használ ki ezt a lehetőséget. A kártya díja egy évre 1300 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 költségtérítéses. Jelenleg 40 éves korukig veheted fel, és legalább 10 szemeszterig vagy rá jogosult.

**Támogatási összeg:** a 2006/2007. tanévtől differenciált, az államilag támogatott képzésben résztvevőknek havi maximum 30.000 Ft, a költségtérítéses képzésben résztvevőknek havi maximum 40.000 Ft igényelhető.

**Törlesztés:** a diákhitel nem fix futamidejű, hanem a törlesztőrészlet nagysága rugalmasan igazodik a hitelfelvevő mindenkori anyagi lehetőségéhez. Ez azt jelenti, hogy tanulmá-

nyaid 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 költötted, tandíjra, tankönyvre vagy valami egészen másra. A kölcsönszerződés nyomtatványaihoz a Magyar Posta hivatalaiban juthatsz hozzá, és adhatod le (300 Ft-ért).

Ma már nem csak postán intézheted a diákhiteléd, hanem bármely magyarországi pénzintézetnél. A pénzintézetek közül 10 bank, továbbá 78 szövetkezeti hitelintézet bizonyos kedvezményeket nyújt számodra, ha a náluk vezetett folyószámlára kéred diákhiteléd utalását. A felsorolt pénzintézetek részt vesznek a nyomtatványok értékesítésében, valamint az ügyintézésben is.

### *Anyaként járó támogatások a továbbtanulásban*

*Az Oktatási és Kulturális Minisztérium döntést hozott a felsőfokú tanulmányokra készülő kismamák helyzetének megkönnyítésére. Ez alapján a megfelelő igazolásokkal rendelkező kismamáknak nem kell képzési hozzájárulást fizetniük, ha 2007-ben felveszik őket.*

#### **Határozatában rendelkezett arról hogy:**

- a kismamáknak (terhességi gyermekágyi segélyben, gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban vagy gyermekgondozási díjban részesülőknek) a felvételi jelentkezéskor többletpontot biztosít (2007-ben 8 többletpont, 2008-tól 50 többletpont jár, az új pontszámítási rendszerben)
- amennyiben a többletpont hozzáadásával a jelentkező eléri az államilag támogatott képzés ponthatárát, akkor a gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban vagy gyermekgondozási díjban részesülő hallgató a kismamakedvezmény időszakára mentesül a képzési hozzájárulás fizetése alól.

### **DIÁKHITELES FOLYÓSZÁMLÁRA KEDVEZMÉNYT NYÚJTÓ BANKOK**

Magyar Külkereskedelmi Bank  
Általános Értékpapíros Bank  
Kereskedelmi és Hitelbank  
Inter-Európa Bank  
Budapest Bank  
Erste Bank  
OTP Bank  
HVB Bank  
Volksbank  
CIB Bank





## FELSŐFOKÚ SZAKKÉPZÉSEK HELYI SZAKKÖZÉPISKOLÁKBAN

### **ÁFEOSZ**

Kecskemét, Bibó I. u. 1.  
Tel.: 76/500-850,  
[www.afeosziskola.hu](http://www.afeosziskola.hu)

### **Gáspár András Szakközépiskola**

Kecskemét, Hunyadi tér 2.  
Tel.: 76/480-744  
[www.agaspar.hu](http://www.agaspar.hu)

### **Kada Elek Közgazdasági Szakközépiskola**

Kecskemét, Katona J. tér 4.  
Tel.: 76/508-277  
[www.kada-kkt.sulinet.hu](http://www.kada-kkt.sulinet.hu)

### **Katona József Gimnázium**

Kecskemét Dózsa Gy. út 3.  
Tel.: 76/481-583

### **Kocsis Pál Mezőgazdasági Szakközépiskola**

Kecskemét, Szent I. u. 9.  
Tel.: 76/487-211

### **Lestár Péter Kereskedelmi Szakközépiskola**

Kecskemét, Kvarc u. 2.  
Tel.: 76/482-511  
[www.lestarp.sulinet.hu](http://www.lestarp.sulinet.hu)

### **Széchenyi István Szakközépiskola**

Kecskemét, Nyíri u.32.  
Tel.:76/485-311,  
[www.ifovendip-suli.hu](http://www.ifovendip-suli.hu)

### **Szent-Györgyi Albert Szakközépiskola**

Kecskemét, Nyíri u. 73.  
Tel.: 76/492-104  
[www.szent-gyorgyi.hu](http://www.szent-gyorgyi.hu)

## 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 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 képzés 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 albérletet, 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 140 pontot. Ez az eredmény 35%-os középszintű érettségivel érhető el.

Ebben az esetben hallgatói jogviszonnyal rendelkezel. Ez a kétéves képzési forma szakképzettséget ad, és biztosítja az elhelyezkedés lehetőségét a munkaerőpiacon. A felvételi pontszámot a középiskolai tanulmányok alapján, a tanulmányi pontok duplázásával állapítják meg. A legelső ponthatár ebben az esetben 72 pont.

Amikor végeztél, eldöntheted utána, hogy munkába állsz, vagy egy hasonló területen indított alapképzési szakon foly-

tatod a tanulmányokat. Ebben az esetben a teljesített tárgyak beszámíthatóak. Tartalmát, és követelményeit tekintve nincs különbség közöttük.

Arról, hogy hol és milyen szakképzéseket indítanak, a „MERRE TOVÁBB? Bács-Kiskun Megyei Középfokú továbbtanulási tájékoztató” című, 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, hogy 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 gépkézelő stb.

## Tanfolyami támogatások

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

### Ajánlott képzés

A munkaügyi központ a munkaerőpiac igényei alapján választja ki azokat a képzéseket, amelyeket a pályakezdők részére ajánl. Elsősorban ezekhez nyújt támogatást.

### Elfogadott képzés

Előfordulhat, hogy pályakezdőként olyan képzéshez szeretnél támogatást kérni, amely nem szerepel az ajánlott képzések között. Amennyiben az így kiválasztott képzés a különböző jogszabályok által előírt feltételeknek

## FŐBB TANFOLYAMSZERVEZŐK:

### Kecskeméti Regionális Képző Központ (KKK)

Kecskemét, Szolnoki út 20.  
Tel.: 76/502-260, 502-261  
Fax: 76/502-269  
informacio@krmkk.hu  
www.krmkk.hu

### KISOSZ

Kecskemét, Budai u. 1. 2./21.  
Tel.: 76/480-350

### Öveges Képző

Kecskemét, Rákóczi u. 9.  
Tel.: 76/485-466, 505-068  
ovegeskepzo@mail.datanet.hu  
www.ovegeskepzo.hu

### Karrier Bt.

Kecskemét,  
Nagykőrösi u. 12. III. em.  
Tel.: 76/504-497  
karrier2@t-online.hu  
www.karrierkepzo.hu

### SZINTÉZIS Modern

Tudományok Iskolája  
(tanfolyamai az Erdei Ferenc  
Művelődési Központban)  
Kiskunfélegyháza, Darvas tér 10.  
Tel.: 76/561-040  
www.szintezis.t-online.hu  
postmaster@szintezis.t-online.hu

### Perfekt

Kecskemét, Csányi J. krt. 14  
Tel.: 76/484-806  
www.perfekt.hu  
kecskemet@perfekt.hu

### Kereskedelmi és

Idegenforgalmi Továbbképző  
6000 Kecskemét, Bibó utca 1.  
Tel.: 76/416-695  
www.kit.hu

**FŐBB TANFOLYAMSZERVEZŐK:****Kella Bt.**

Kecskemét, Klapka u. 9-11.  
Tel./Fax: 76/485-195 /126 m.  
20/474-8137  
kella@kella.hu  
www.kella.hu

**Bács Kiskun Megyei  
Pedagógiai Intézet**

Kecskemét, Katona J. tér 8.  
Tel.: 76/327-488  
www.bacs-kiskun-ped.sulinet.hu

**TOVÁBBI TANFOLYAMOKKAL  
KAPCSOLATBAN  
ÉRDEKLŐDJ A HELPI-BEN.****HELPI Ifjúsági Információs és  
Tanácsadó Iroda**

Kecskemét, Széchenyi stny. 2-4.  
Tel.: 76/412-020  
helpi@helpi.hu  
www.helpi.hu  
Ügyfélfogadás:  
hétfőtől-péntekig 12.00-18.00

**Dél-alföldi Regionális  
Munkaügyi Központ  
Kecskeméti Regionális  
Kirendeltsége**

6000 Kecskemét, Klapka u. 34.  
Levélcím:  
6001 Kecskemét Pf.: 105  
Tel.: 76/486-588,76/486-589  
Fax.: 76/486-592  
www.bacsmmk.hu,  
www.afsz.hu  
Ügyfélfogadás:  
Hétfő: 8-15 óráig  
Kedd: 8-15 óráig  
Szerda: 8-18 óráig  
Csütörtök: 8-15 óráig  
Pénteken nincs ügyfélfogadás!

megfelel, mégis kaphatsz hozzá támogatást. Fontos, hogy ebben az esetben munkáltatói szándéknyilatkozatot (arról, hogy a képzés elvégzése után alkalmaz) is kell a képzési kérelmedhez csatolni.

**A képzési támogatás** keretén belül a munkaügyi központ többféle támogatást tud adni. Ezek közül a legfontosabb a képzési költség, azaz az oktatási és vizsgadíj megtérítése. Ennek értéke 50-100% között lehet. Ha a képzés heti óraszám eléri, vagy meghaladja a 25 órát (nyelvi képzés esetében a 20 órát), akkor a pályakezdőnek a képzés ideje alatt keresetpótló juttatás is adható.

A képzési támogatás megítélésekor a pályakezdők a munkanélkülieken belül kiemelt helyet foglalnak el, ugyanis az ő esetükben – amennyiben ajánlott képzésről van szó, és a képzési támogatás indokolt – nincs mérlegelés, a teljes képzési költséget támogatja a munkaügyi központ. Fontos tudni, hogy azok a pályakezdők, akik nem a lakhelyükön, hanem más településen vesznek részt támogatott képzésen, jogosultak a 90%-os kedvezményre a helyközi utazásokon.

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.**

**Anyaként járó támogatások  
a továbbtanulásban**

Bár nem alanyi jogon jár, de – amennyiben a törvényi feltételeknek megfelelsz – támogatható a munkaügyi központ által felajánlott, vagy elfogadott képzésed is, ha gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban, illetőleg terheségi 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 vened, ha gyorsabb haladást szeretnél elérni. Ezzel szinte minden nyelviskola foglalkozik.

**Figyelj 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 nyelvényagán mérik le a nyelvtudásod, pl. gazdasági, műszaki szakmai nyelvvizsgák.

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

### Vizsgahelyek után érdeklődhetsz:

#### Nyelvvizsgáztatási Akkreditációs Központ

1146 Budapest, Ájtósi Dürer sor 19-21. 4/401.

Tel.: 1/222-3487

Weben: [www.nyak.hu](http://www.nyak.hu)

### NYELVISKOLÁK KECSKEMÉTEN

#### Alternative English School

6000 Kecskemét, Kőhid u. 19.

Tel.: 76/485-561

[office@alternative.hu](mailto:office@alternative.hu)

[www.alternative.hu](http://www.alternative.hu)

#### Coventry House

6000 Kecskemét, Budai u. 1.

Tel.: 76/505-308

20/381-5344

[info@coventry-house.hu](mailto:info@coventry-house.hu)

[www.coventry-house.hu](http://www.coventry-house.hu)

#### Katedra Nyelviskola (volt Korona Nyelviskola)

6000 Kecskemét, Vörösmarty u. 6.

Tel.: 76/415-074

[www.katedra.hu](http://www.katedra.hu)

[kecskemet@katedra.hu](mailto:kecskemet@katedra.hu)

#### OLLÉ Nyelviskola

Kecskemét, Katona J. tér 18.

Tel.: 76/415-184

20/470-42-32

[olll4@freemail.hu](mailto:olll4@freemail.hu)

[www.olllenyelviskola.hu](http://www.olllenyelviskola.hu)

#### ALMA Nyelviskola

Kecskemét, Csányi u. 1-3. II. em.

30/856-66-26

[marhoffer@fibermail.hu](mailto:marhoffer@fibermail.hu)

#### MEISTER Nyelviskola

Kecskemét, Reile G. u. 22 1/2.

Tel.: 76/328-162

30/677-78-68

30/975-72-11

[hren@freemail.hu](mailto:hren@freemail.hu)

#### 2F Nyelviskola

Kecskemét, Széchenyi stny. 6.

Tel.: 62/554-400

[www.2fnyelv.hu](http://www.2fnyelv.hu)

[info@2fnyelv.hu](mailto:info@2fnyelv.hu)

**További nyelvtanfolyamokról  
érdeklődj a HELPI-ben!**

**Neumann János Számítógéptudományi Társaság**

1054 Budapest, Báthori u. 16.  
 ECDL Iroda: 1/472-2710  
 titkarsag@njszt.hu  
 www.njszt.hu

**ECDL****VIZSGAKÖZPONTOK  
KECSKEMÉTEN:****Csányi János Szakközépiskola**

Karrier Továbbképző Bt.  
 6000 Kecskemét,  
 Nagykőrösi u. 12. III. em.  
 Tel.: 76/504-497  
 karrier2@axelero.hu

**Kada Elek Közgazdasági  
Szakközépiskola**

6000 Kecskemét,  
 Katona József tér 4.  
 Tel.: 76/320-106, 76/481-620

**Kecskeméti Főiskola GÁMF Kar  
Kalmár Sándor Informatikai  
Intézete**

6000 Kecskemét, Izsáki út 10.  
 Tel.: 76/508-277

**Kecskeméti Regionális  
Képző Központ**

6000 Kecskemét, Szolnoki út 20.  
 Tel.: 76/502-260  
 www.kmkk.hu

**Öveges Képző Kft.**

6000 Kecskemét, Rákóczi út 9.  
 Tel.: 76/505-068  
 www.ovegeskepzo.hu

**SZINTÉZIS Modern****Tudományok Iskolája  
(tanfolyamai az Erdei Ferenc  
Művelődési Központban)**

6100 Kiskunfélegyháza,  
 Darvas tér 10.  
 Tel.: 76/561-040  
 www.szintezis.t-online.hu  
 postmaster@szintezis.t-online.hu

**SZÁMÍTÓGÉPKEZELŐI ISMERETEK****AZ ECDL VIZSGA**

Az ECDL (European Computer Driving Licence – Európai Számítógép-használói Jogosítvány) nemzetközileg egységes normák szerint, szigorú minőségi szabályoknak megfelelően működtetett rendszer, amely az **informatikai írástudást igazoló bizonyítványt** bocsátja 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 szükséges lehet rá a jövőben, és segíti munkája során az informatikai írástudás elsajátítása. Jelentkezni és vizsgázni valamennyi akkreditált ECDL vizsgaközpontban lehet. Az intézmények hirdetnek felkészítő tanfolyamokat is, de lehetséges az egyéni felkészülés is. Az akkreditált Európai Számítógép-használói Jogosítvány vizsgaközpontok teljes listája megtalálható az [www.ecdl.hu](http://www.ecdl.hu) honlapon, illetve megtekinthető az **Neumann János Számítógéptudományi Társaság** ECDL Irodájában.

**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 5500 forint). Ekkor a jelentkező megkapja a vizsgakártyáját, erre jelölik a sikeresen letett vizsgákat (melyeknek külön vizsgadíja van, jelenleg 2500 Ft/modul, diákoknak 1500 Ft/modul). A vizsgakártyával bármely vizsgát bármely vizsgaközpontban le lehet tenni. A hét sikeres vizsga után a bizonyítványt az NJSZT ECDL Irodája állítja ki. Mindent megtudhatsz a [www.ecdl.hu](http://www.ecdl.hu) honlapon!

**Segítség a felkészülésben!**

A [www.freehelpline.com](http://www.freehelpline.com) célja, hogy segítséget nyújtson az ECDL vizsgára való felkészülésben. Tankönyv-ajánlót, vizsgamintákat tettek fel az oldalakra. A könyvtársági forgalomban kapható Vizsgapédátár feladatainak megoldása során adódó problémákra szívesen válaszolnak a Freehelpline szakértői e-mailben. A válaszidő forgalomtól függően 1-4 nap.

## TANULÁS KÜLFÖLDÖN, ÉS AZ EU-BAN

### Érettségi előtt

Középisikolás 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 mindenekelőtt ajánljuk a [www.yfu.hu](http://www.yfu.hu) (Fiatalok a Megértésért Magyarországi Egyesülete) honlapot.

### Ha külföldön szeretnél tanulni

Az alábbi információkat és honlapokat a [www.eurodesk.hu](http://www.eurodesk.hu) honlapról gyűjtöttük:

Ha külföldön szeretnél tanulni, számos dolgot célszerű előre tisztázni, például:

- célsország,
- nyelvismeret,
- célok és motiváció,
- miért és mennyi ideig szeretnének külföldön tanulni?
- egyénileg vagy szervezeten szeretnének megvalósítani e célt?

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

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

**A YOUTH IN ACTION PROGRAM** az oktatáson kívüli ifjúsáspolitikát 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 **EURÓPA ÉS A FIATALOK** fejezetben.

### A tanulmányok elismertetése

A tanulmányok kölcsönös elismerését segítő rendszer, a NARIC, egy angol mozaikszó, a Nemzeti Akadémiai Diplomaelismerési Központok Hálózatát jelenti. Aki korábbi



<http://www.iiepassport.org>

Információs portál külföldi tanuláshoz

<http://www.bigben.hu>

Magyar nyelvű oldal külföldi nyelvetanfolyamokról, munkalehetőségekről, szakmai gyakorlatról, közép- és felsőoktatási lehetőségekről.

<http://www.ciee.org>

Nemzetközi programok egyéneknek és szervezeteknek egyaránt, külföldi tanulás és munkavállalás témában.

<http://www.studyabroad.com>

Kiterjedt adatbázis, keresőrendszerrel.

<http://www.goabroad.com>

Külföldi tanulás, önkéntesség, munkavállalás.

<http://www.studyabroadlinks.com>

Minden országról linkek külföldi tanulás témakörében.

**Fiatalok a Megértésért  
Magyarországi Egyesülete  
(Youth for Understanding  
Hungary)**

1013 Budapest, Lánchíd u. 13.  
Tel.: 1/20-10-125  
www.yfu.hu  
yfh@yfh.hu

**EF Education**

1012 Budapest Pálya u. 9.  
06-1/327-80-50  
www.ef.com

**MOBILITÁS Országos  
Ifjúsági Szolgálat  
Fiatalok Lendületben  
2007 - 2013**

Budapest, Szemere u. 7.  
www.mobilitas.hu



tanulmányait egy másik országban el akarja ismertetni, jól teszi, ha időben, tanulmányai külföldi folytatása előtt legalább egy évvel jelentkezik a fogadó ország központjában. Itt kérni kell egy igazolást, amely segíthet a korábbi kurzus elfogadtatásában. A végleges döntést ugyanis mindig a fogadó egyetem elnöke hozza meg. Magyarországon az Oktatási Minisztérium égisze alatt működik a Magyar Ekvivalencia és Információs Központ. Az Európai Kreditrendszer (Europe Credit Transfer System) segítségével lehet mérni és összehasonlítani a követelt teljesítményeket és így átvinni a kreditpontokat egyik intézményből a másikba. A szakmai képzettségek, szakképesítések egyenértékűségének javítására jelenleg kiépülőben van egy, a NARIC-hoz hasonló rendszer.

**A külföldre készülőket segítheti még**

**Az Európai Önéletrajz**, amely olyan szakmai önéletrajzmintha, amely egységes formába öntve tartalmazza a személyes adatokat, a nyelvtudást, a szakmai tapasztalatot, a tanulmányokat és képzést, illetve az egyéb képességeket tartalmazó információkat. Segítségével a határainkon kívül is könnyen értelmezhető saját önéletrajz készíthető. Letölthető a [www.europass.hu](http://www.europass.hu) címen.

**Az EUROPASS** egy olyan, egységes közösségi dokumentum, amely igazolja a különböző országokban szerzett szakmai tapasztalatot. Ennek az „európai leckekönyvnek” a birtokában az EU bármely országában könnyebb elismertetni a máshol megszerzett szakmai tapasztalatokat.

**Az EURYDICE** az európai oktatás információs hálózata. Segítségével összehasonlíthatóbbá válnak az egyes országok oktatási rendszerei. Elérhető [www.om.hu](http://www.om.hu) oldalon keresztül, vagy közvetlenül a [www.eurydice.org](http://www.eurydice.org) címen.

**Az EURÓPAI IFJÚSÁGI PORTÁL** rendelkezésre áll, ha azt tervezed, hogy egy másik európai országba mész tanulni, dolgozni, vakációzni...ha európai lehetőségeket, programokat keresel...ha európai témákról mondanivalód van vagy kérdezni szeretnél, ez a portál a megfelelő hely arra, hogy elindulj! Információkat, híreket és vitatémákat kínál – minden, ami Európára és a fiatalokra vonatkozik. <http://europa.eu.int/youth/>

Az **EURODESK** egy olyan, az Európai Bizottság támogatásával működő európai ifjúsági információ-szolgáltató hálózat, melynek az Európai Unió tagállamaiban, valamint Norvégiában, Izlandon, Liechtensteinben, Romániában és Bulgáriában több

mint 500 regionális és helyi partnere van. Az ezekben az irodákban dolgozó szakemberek fiataloknak és a velük foglalkozóknak nyújtanak telefonos, e-mailes és személyes információ-szolgáltatást az európai oktatási, képzési és kulturális kérdésekről.

### **Miben tud segíteni az EURODESK?**

Az EURODESK mind egyéni érdeklődőknek – pl. diákoknak, tanároknak –, mind ifjúsági szervezeteknek, mind diákcsoportoknak tud segíteni. Elsősorban olyan oktatásról és képzésekről ad tájékoztatást, melyek a fiatalok európai programokban való részvételét segítik elő. Az Eurodesk információi ezen kívül dokumentumokról (könyvek, az Európai Bizottság dokumentumai, szórólapok) és európai uniós, illetve hazai támogatási lehetőségekről, pályázatokról, szervezetekről szólnak. Konkrét projektek megvalósításához partners csoportot kereső ifjúsági szervezeteknek és diákcsoportoknak is segít.

Kecskeméten a **HELPI Ifjúsági Irodában** találod ezt a szolgáltatást! Az EURODESK-adatbázis az interneten a [www.eurodesk.hu](http://www.eurodesk.hu) címen érhető el. Itt nemcsak európai és országos programokról, pályázati lehetőségekről, szervezetekről és dokumentumokról lehet olvasni, de lehetőség van az európai adatok, illetve a tagállamok programjainak betűrendes és kírók szerinti keresésére is. A kulcsszavakkal a keresés egyszerű, és lehetőség van a programok, támogatási lehetőségek, kivonatok, összefoglalók kinyomtatására is. Ráadásul, a Rád vonatkozó adatokat magyarul is elolvashatod!

### **TOVÁBBI HASZNOS CÍMEK**

<a href="http://www.fisz.hu">www.fisz.hu</a>	<a href="http://www.felnottkepzes.lap.hu">www.felnottkepzes.lap.hu</a>
<a href="http://www.nyak.hu">www.nyak.hu</a>	<a href="http://www.nyelvoktatas.lap.hu">www.nyelvoktatas.lap.hu</a>
<a href="http://www.om.hu">www.om.hu</a>	<a href="http://www.nyelvvizsga.lap.hu">www.nyelvvizsga.lap.hu</a>
<a href="http://www.diakhitel.hu">www.diakhitel.hu</a>	<a href="http://www.palyaorientacio.lap.hu">www.palyaorientacio.lap.hu</a>
<a href="http://www.sulinet.hu">www.sulinet.hu</a>	<a href="http://www.nyelvtudas.hu">www.nyelvtudas.hu</a>
<a href="http://www.diakbonusz.hu">www.diakbonusz.hu</a>	<a href="http://www.pedagogia.lap.hu">www.pedagogia.lap.hu</a>
<a href="http://www.egyetem.lap.hu">www.egyetem.lap.hu</a>	<a href="http://www.tovabbtanulas.lap.hu">www.tovabbtanulas.lap.hu</a>
<a href="http://www.foiskola.lap.hu">www.foiskola.lap.hu</a>	<a href="http://www.usa-egyetem.lap.hu">www.usa-egyetem.lap.hu</a>
<a href="http://www.kozepiskola.lap.hu">www.kozepiskola.lap.hu</a>	<a href="http://www.tavoktatas.lap.hu">www.tavoktatas.lap.hu</a>
<a href="http://www.felvi.hu">www.felvi.hu</a>	<a href="http://www.diakszervezet.lap.hu">www.diakszervezet.lap.hu</a>
<a href="http://www.palya.hu">www.palya.hu</a>	<a href="http://www.isic.org">www.isic.org</a>
<a href="http://www.palyanet.hu">www.palyanet.hu</a>	<a href="http://www.hook.hu">www.hook.hu</a>
<a href="http://www.erttsegi.lap.hu">www.erttsegi.lap.hu</a>	<a href="http://www.eutanfolyam.hu">www.eutanfolyam.hu</a>
	<a href="http://www.epalya.hu">www.epalya.hu</a>







## II. A MUNKA VILÁGA

### A FEJEZET TARTALMA

<b>Pályakezdés</b> .....	33
Státusz .....	33
Szolgáltatások .....	34
Támogatások .....	40
<b>Önkéntesség</b> .....	44
<b>Álláskeresés</b> .....	45
Tervezés .....	45
Önéletrajz .....	45
Aktív keresés .....	46
Állásinterjúk .....	49
Munkaszerződés .....	50
Munkaviszony megszűnése .....	51
<b>Külföldi munka</b> .....	53
EURES .....	53
Ne dőlj be! .....	54
<b>Külföldi munkatapasztalat</b> ...	55
Önkéntes szolgálat ...	55
Au-Pair .....	56
<b>Vállalkozás</b> .....	56

### PÁLYAKEZDÉS

Az iskolából kikerülve csak kevesen vannak, akik rendelkeznek konkrét munkaajánlattal. Ha Te nem vagy közöttük, és csak a szerencsédben bízol, bizony, nem valószínű, hogy előbbre jutsz. Mint az élet valamennyi területére, az álláskeresésre is igaz: a siker elérésének egyik feltétele a kitartó, módszeresen felépített munka. Pályakezdként még így is fel kell készülnöd rá, hogy akár több hónapig is eltarthat a munkakeresés folyamata.

Pedig a sikeres pályakezdő meghatározó életered hátralévő részére. Első élményeid a munka világában alapvetően befolyásolják későbbi viszonyulásod a munkához. Ezen élethelyzet könnyítése, segítése érdekében a munkaügyi kormányzat számos speciális eszközt ajánl fel számodra. E fejezet első részében ezeket a – munkaügyi központok kirendeltségein igénybe vehető – szolgáltatásokat, támogatásokat mutatjuk be Neked.

### PÁLYAKEZDŐ ÁLLÁSKERESŐNEK MINŐSÜLSZ

- ha nem vagy 25 évnél idősebb (ha felsőfokú végzettséged van, akkor 30 évesnél),
- nem folytatsz tanulmányokat oktatási intézmény nappali tagozatán,
- nem állsz munkaviszonyban (kivéve alkalmi foglalkoztatás),
- egyéb kereső tevékenységet nem folytatsz,

- tanulmányaid befejezését 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**

- vállalod a munkaügyi központtal való együttműködést,
- álláskeresőként nyilvántartásba veteted magad,
- dolgozni akarsz, és rendelkezel a munkaviszony létesítéséhez szükséges feltételekkel.

**A regisztrációhoz** keresd fel a kecskeméti munkaügyi kirendeltséget, és vidd magaddal a következő okmányaid: személyi igazolvány, 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.

## **PÁLYAKEZDŐ ÁLLÁSKERESŐKÉNT IGÉNYBE VEHETŐ SZOLGÁLTATÁSOK**

### **Munkaközvetítés**

A munkaügyi kirendeltségek közvetítői folyamatosan törekednek az új álláshelyek felkutatására, emellett aktív kapcsolatban állnak a munkaadókkal, és az általuk jogszerűen bejelentett állások közül ajánlanak fel számodra munkahelyet, azonban önálló álláskeresőként Neked is részt kell vállalod a közös munkában. A munkahelykereséssel kapcsolatban felmerült indokolt utazási költségeid a munkaügyi központ utólag megtéríti.

### **Csoportos foglalkozások**

#### **„Impulzus” csoportos foglalkozás (1 nap)**

Bizonyára Te is fontosnak tartod, hogy továbbtanulási, képzési vagy elhelyezkedési szándékaid megalapozottak legyenek, olyanok, amelyek figyelembe veszik egyéniséged, adottságaid, de a munka világának követelményeit is. Ebben a nem könnyű választási-tervezési-megvalósítási folyamatban a munkaügyi központ különböző csoportos foglalkozásait, egyéni tanácsadásait, egyéb szolgáltatásait veheted igénybe, amelyek bevezető lépése az „Impulzus” program. Az 1 napos foglalkozás során segítséget kapsz életutad tudatosabb tervezéséhez, és tisztábban láthatod, hogy milyen pályák, szak-

### **Dél-alföldi Regionális Munkaügyi Központ Kecskeméti Regionális Kirendeltsége**

6000 Kecskemét, Klapka u. 34.

Levélcím: 6001

Kecskemét Pf.: 105

Tel.: 76/486-588, 76/486-589

Fax.: 76/486-592

[www.bacsmmk.hu](http://www.bacsmmk.hu),

[www.afsz.hu](http://www.afsz.hu)

Ügyfélfogadás:

Hétfő: 8-15 óráig

Kedd: 8-15 óráig

Szerda: 8-18 óráig

Csütörtök: 8-15 óráig

Pénteken nincs ügyfélfogadás!



### **Álláskereső Klub**

6000 Kecskemét,

Klapka u. 34.

Tel.: 76/486-588/152 mellék,

76/506-620

Klubvezető: Kovács Attiláné

### **Diplomás Munkaközvetítő Iroda (DIMI)**

6000 Kecskemét, Klapka u. 34.

Tel.: 76/486-588/140 mellék

Tanácsadó: Szakolczay Istváné munkavállalási tanácsadó



mák érdekelnek. Információt szerezhetsz a munkaügyi központ humánszolgáltatásairól, és igénybe vehető támogatásairól. A nap végére egyéni ütemtervet készíthetsz, amely meghatározhatja azokat a lépéseket, amelyek pályaterved kidolgozásához, a megvalósítás megkezdéséhez szükségesek.

### ***Pályaorientációt segítő program (3 nap)***

Ha nem rendelkezel szakmai végzettséggel és bizonytalan vagy további életpályád szervezésében, de szeretnél többet tudni szakmaválasztási vagy képzési lehetőségeidről, pályaválasztási döntésed előkészítéséhez, vagy a már alakuló döntésed megerősítéséhez vegyél részt a munkaügyi központ pályaorientációt segítő programján. A 3 napos tanfolyam során jobban megismerheted képességeid, láthatod, hogy milyen típusú munkákat tartasz vonzóknak, ismereteket szerezhetsz pályákról, és arról is, hogy a pályákhoz szükséges szakismeret hol, hogyan szerezhető meg.

### ***Pályakorrekciós program (3 nap)***

Ha a szakmai képesítésed nem piacképes vagy rájöttél, hogy az távol esik Tőled, elemezheted pályaválasztásod történetét, és a változtatási-újrakezdési lehetőségeid átgondolásával kidolgozhatod a helyes irányba vezető út „útitervét”.

### ***Pályamegerősítő program (3 nap)***

Ha eredeti szakmai képzettségednek megfelelő pályát kívánsz építeni, azon képességeid és értékrendszered tudatosításával, amely alapján mérlegelsz, döntesz, reagálsz különböző élethelyzetekben, kidolgozhatod pályatervedet, mely meghatározza a konkrét feladatokat, cselekvéseket, valamint segít átgondolni, hogy milyen alkalmazási követelményeket támaszthat veled szemben a munkáltató.

### ***Álláskeresési technikák oktatása (3 nap)***

Ez a program három napig tartó, napi 4 órát igénybevevő foglalkozás. Részt vehetnek benne azok, akik tudják, hogy milyen állást keresnek, de álláskeresésükhöz még nincs saját tervük, tanácsokra, ötletekre van szükségük.

Amennyiben érdeklődsz valamelyik csoportos foglalkozás iránt, akkor az abban való részvételről, és annak kezdési időpontjáról érdeklődj a közvetítődnél, vagy a Foglalkozási Információs Tanácsadóban (a FIT-ben).

### ***Álláskereső Klub (3 hét)***

A programok során az álláskeresők új módszereket ismerhetnek meg az álláshelyek felkutatására, így nagyobb eséllyel találhatnak rá a megfelelő állásra.

## ÁLLÁSKERESŐ KLUBB

Az Álláskereső Klubban az a legfőbb cél, hogy az álláskereső hatékony álláskereső technikákat, stratégiákat ismerjen meg, és ezáltal a lehető legrövidebb időn belül megtalálja a számára leginkább megfelelő állást. A tapasztalatok szerint az eddigi klubtagok 70%-a elérte ezt.

Az Álláskereső Klubban szakember segítségével, „sorstársak” közösségében, rendszeres tevékenység keretében történik az állás felkutatása.

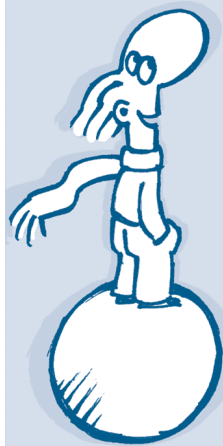
Amennyiben vállalod, hogy 3 héten keresztül aktív álláskeresőt folytatsz, akkor a klub megtéríti az álláskeresővel kapcsolatos helyközi utazási költségeidet, lehetőség nyílik a rejtett munkaerő-piaci lehetőségek felkutatására, valamint ingyenesen veheted igénybe a klub eszközeit, amely magába foglalja a telefon, a számítógép, fénymásoló, a helyi és országos napi-, illetve hetilapok és további céginformációs kiadványok használatát.

A 3 hetes csoportos foglalkozás első hete ismeretszerzéssel és gyakorlással telik, a következő 2 hétben pedig intenzív álláskeresőt kell folytatni a tanult technikák alkalmazásával.

A foglalkozás főbb elemei közé tartozik az önismereti blokk, célállás meghatározás, állásinformációs források megismerése, önéletrajz és kísérőlevél készítése, telefonálási technikák elsajátítása, tájékozó beszélgetésre és felvételi interjúra való felkészülés, állásmegegyezés oktatása.

A programban résztvevők motiváltabbá, elkötelezettebbé válnak a munkába állás terén, önbizalmuk folyamatosan növekszik, az együtt töltött idő alatt jobban megismerik egymást, és kölcsönösen egymás segítségére lehetnek az elhelyezkedés érdekében.

Az Álláskereső Klubba a kirendeltségi közvetítőknél, vagy a klubban jelentkezhetsz.





## Egyéni tanácsadások

### *Álláskeresési tanácsadás*

A tanácsadás segítségével fejlesztheted önismereted, megismerheted a pályázat-, és önéletrajzírás fortélyait, az állásinformációk beszerzésének lehetőségeit, az állás megszerzésének és megtartásának módjait. Emellett felkészít a személyes találkozás tipikus kérdéseire, de öltözködési, viselkedési, béralku és nem utolsó sorban a munkahelyen való beilleszkedési tanácsadással is szolgál.

### *Pályatanácsadás – pályaválasztási és pályamódosítási tanácsadás*

Sok kudarcot segít elkerülni a jól megalapozott pályaválasztás. A tanácsadás segítséget nyújt abban hogy -az érdeklődéseden, képességeiden, személyes tulajdonságaidon kívül ismereteket szerezhess a választott szakmáról. Magyarországon a gazdaság átalakulóban van. Ilyen körülmények között a szakma megválasztásakor nem árt azt is mérlegelni, hogy a kiválasztott szakmának lesz-e jövője, biztosítja-e a megélhetésed. A körülöttünk zajló változások állandó megújulásra, tanulásra, új ismeretek, illetve akár teljesen új szakmák elsajátítására is kényszeríthet. A végleges döntéséhez részletes információkat kell gyűjtened a kiválasztott pályáról. Az eredmények ismeretében könnyebb jó döntést hozni.

### *Pszichológiai tanácsadás*

Nehéz helyzetben, zaklatott lelkiállapotban az emberek általában rossz döntéseket hoznak. Ha pályakezdő fiatalként nem igazán tudod mihez fogj, mi érdekel, esetleg tanult szakmában nem tudsz elhelyezkedni, a munkaügyi központ segít abban, hogy megtaláld azt a területet, ahol képességeid és érdeklődésed a leginkább kamatoztatni tudod. Ha szeretnéd kipróbálni önmagad, jobban megismerni belső motivációid, személyes tulajdonságaid, megbizonyosodni önmagad felől, mielőtt egy munkakört elfogadsz, ha képzésre szeretnél jelentkezni és meg akarod tudni, az a foglalkozás, amit elsajátítasz, valóban érdekel-e, ha elbizonytalanodtál, mert az álláskeresés nagy súllyal nehezedik Rád, ha nehezen birkózol meg azzal az élethelyzettel, amibe talán önhibádon kívül vagy azzal együtt sodródtál, szakember segítségét veheted igénybe.

### *Rehabilitációs tanácsadás*

Ebben a tanácsadási formában a munkaügyi kirendeltség az adottságoknak megfelelő legjobb munkába állási megoldásokat térképezi fel, a megváltozott munkaképességű, bármely

fogyatékkal élő vagy egészségügyi problémákkal küzdő álláskereső részére.

### **Munkajogi tanácsadás**

A munkajogi tanácsadás igénybe vételével segítséget kaphatsz a foglalkoztatással kapcsolatos munkajogi problémáid megoldásában. Ingyenes jogi tanácsadás álláskeresőknél és munkavállalóknál

- Foglalkoztatási Törvény
- Munka Törvénykönyve
- Köztisztviselők és közalkalmazottak jogállásáról szóló törvény szabályozási köréből.

### **Pályainformációs tanácsadó pont**

A munkaügyi kirendeltségeken és a FIT-ben a [www.epalya.hu](http://www.epalya.hu)-hoz kapcsolódóan kialakított új öninformációs lehetőség.

#### **Mi az ePálya?**

Egy internet alapú, korszerű ismereteket és információkat tartalmazó tanácsadó program, mely segít a pályaaorientációban, a pályaválasztásban, a pályakorrekcióban ▪ az iskolarendszerű és iskolarendszeren kívüli szakképzések feltárásában ▪ a pályaismeret bővítésében ▪ a naprakész munkaerőpiaci információk megismerésében ▪ a munkáltatókról történő tájékozódásban.

A honlapon személyre szabott tanácsadás keretében az érdeklődésre, képességekre, értékekre vonatkozó önismereti kérdőívek segítségével lehetnek a pályakeresésben, pályatervezésben.

Amennyiben kérdésed, problémád van, azt beszélgetéssel, chateléssel tisztázhatod ügyfélfogadási időben a honlap „Társalgó” szobájában ügyeletet tartó munkatárssal vagy személyesen a PIT-PONTOK tanácsadóival.

### **Foglalkozási Információs Tanácsadó (FIT)**

#### **Mit nyújt a FIT?**

Foglalkozási és szakmaválasztási döntéshez nélkülözhetetlen ismereteket minden érdeklődő számára.

A FIT információs adatbankja lehetőséget ad a képzőhelyekkel, a munkaerőpiaccal, a pályakövetelményekkel és az álláskeresővel kapcsolatos tájékozódásra. Segíti a pályaválasztási döntést, esetleges pályamódosítást és az elhelyezkedést.

### **REHABILITÁCIÓS INFORMÁCIÓS CENTRUM (RIC)**

#### **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 mellett 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.: 76/486-588/156 mellék

[www.bacsmmk.hu/ric](http://www.bacsmmk.hu/ric)

Horgyienkó Éva rehabilitációs tanácsadó

#### **Foglalkozási Információs Tanácsadó (FIT)**

6000 Kecskemét,

Klapka u. 34. (alagsor)

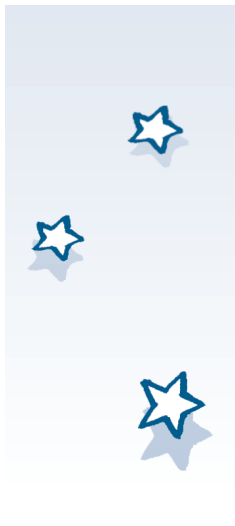
Tel.: 76/486-588/153 mellék

76/486-597,

76/504-322

FIT tanácsadó:

Fekete Bernadett



### **Diplomás Munkaközvetítő Iroda (DIMI)**

6000 Kecskemét, Klapka u. 34.  
Tel.: 76/486-588/140 mellék  
Tanácsadó: Szakolczay Istvánné



#### **Kiket fogad a FIT?**

Fiatalokat és felnőtteket, akik tájékozódni szeretnének szakmákról, foglalkozásokról, képzési lehetőségekről, iskolákról.

Iskolai osztályokat, tanulókat, szülőket, pedagógusokat, akik számára tájékoztató programokat, csoportos foglalkozásokat szerveznek.

Tanácsstalan pályakezdőket, megváltozott munkaképességűeket, munkaviszonyban állókat, akik pályamódosításukhoz kaphatnak segítséget.

#### **Mi található a FIT-ben?**

Filmek, információs mappák, amelyek egy-egy foglalkozásról adnak bő információt, bemutatják a szakmai követelményeket, feladatokat, elvárásokat, képzési és elhelyezkedési lehetőségeket.

Ismertetőik, tájékoztató kiadványok, folyóiratok és szakkönyvek segítik az önálló tájékozódást.

Továbbtanulással, képzéssel kapcsolatos döntések megerősítésére adnak lehetőséget az öntájékoztató jellegű számítógépes programok.

### **Diplomás Munkaközvetítő Iroda (DIMI)**

A DIMI gyors és hatékony segítséget kíván nyújtani a diplomás munkanélküli és a diplomás álláskereső ügfelek részére.

Iskolai végzettségednek, érdeklődési körödnek, készségeidnek, képességeidnek részletes feltérképezésével kezdődik a program. Egyénre szabott, széleskörű álláskeresőt segítő szolgáltatások nyújtásával, naprakész állásinformációval és öninformálódási lehetőséggel vár Téged a DIMI.

#### **Kiket fogad a DIMI?**

- Diplomás – elsősorban pályakezdő – fiatalokat, munkavállalókat, akik maguk is aktívan részt kívánnak venni az álláskeresőben,
- Diplomás álláskeresőket, akiknek munkaviszonya a közeljövőben megszűnik vagy jelenlegi munkahelyük számukra nem megfelelő,
- Munkáltatókat, akiknek diplomás munkaerőre van szükségük.

#### **Igénybe vehető szolgáltatások:**

Munkavállalási tanácsadás ▪ Álláskeresői technikák oktatása ▪ Pszichológiai tanácsadás ▪ Internetes álláskeresői lehetőség ▪ Önéletrajz-bank

## PÁLYAKEZDŐK MUNKÁBA HELYEZÉSÉHEZ ADHATÓ TÁMOGATÁSOK

### Foglalkoztatást elősegítő képzés

Ha számodra nincs a jogszabály értelmében megfelelő munkaadói ajánlat, lehetőség van, hogy jelentkezsz a munkaügyi központ által ajánlott képzésekre, ha ezt vállalod és megfelelsz a képzési feltételeknek. A munkaügyi központ a képzés teljes költségét átvállalhatja azon tanfolyamok esetében, amelyeket a munkaügyi központ ajánl fel.

Ha a munkaügyi központ által ajánlottól eltérő, úgynevezett elfogadott képzési programban kívánsz részt venni, úgy a képzés költségének 70-100%-a adható támogatásként. A képzés ideje alatt keresetpótló juttatásban is részesülhetsz.

### A foglalkoztatás bővítését szolgáló bértámogatás

#### Támogatás állapítható meg azon munkaadó részére, aki:

- vállalja a hátrányos helyzetű álláskereső, továbbá megváltozott munkaképességű álláskereső munkaviszony keretében történő, legalább 12 hónap időtartamú foglalkoztatását,
- a támogatás iránti kérelem benyújtását megelőző hat hónapban azonos vagy hasonló munkakörben foglalkoztatott munkavállaló munkaviszonyát a működésével összefüggő okból, rendes felmondással nem szüntette meg, továbbá
- kötelezettséget vállal arra, hogy a munkaviszonyt a támogatás folyósításának időtartama alatt működési körében felmerülő okból, rendes felmondással nem szünteti meg, továbbá a munkaviszony közös megegyezéssel sem szűnik meg.

#### A támogatás szempontjából hátrányos helyzetű az a személy, aki álláskereső és:

- legfeljebb alapfokú iskolai végzettséggel rendelkezik, vagy
- a foglalkoztatás megkezdésekor az ötvenedik életévét betöltötte, vagy
- 25. életévét be nem töltött pályakezdő álláskereső, vagy
- a foglalkoztatás megkezdését megelőző 16 hónap alatt legalább 12 hónapig, 25. életévét be nem töltött pályakezdő álláskeresőnek nem tekinthető személy esetében 8 hónap során 6 hónapig álláskeresőként volt nyilvántartva vagy,
- a foglalkoztatás megkezdését megelőző 12 hónapon belül gyermekgondozási segélyben, gyermeknevelési támogatásban, illetőleg terhelességi gyermekágyi segélyben, gyermekgondozási díjban, vagy ápolási díjban részesült, vagy

## ALKALMI MUNKAVÁLLALÁS

*Az alkalmi munkavállalói könyv (AM könyv), a magán-személyeknél alkalmi munkát végzők biztonságát segíti.*

*Ilyen alkalmi munka lehet pl.: a háztartási munka, gyermekfelügyelet, korrepetálás, karbantartási munkák, kertgondozás.*

#### Igénybe veheti

- aki a 16. életévét betöltötte,
- 15. életévét betöltött diák is, de csak a tanítási szünetben.

*Az AM könyv díjmentesen igényelhető, a munkavállalónak kell kérnie a munkaügyi központban.*

*A munkavégzés során az AM könyvet – a napi munkáltatói bejegyzéseket követően – a munkavállalónak magánál kell tartania.*

*A könyvbe a kifizetett munkabér összegéhez igazodó értékben a munkáltatónak közteherjegy bélyeget kell beragasztania, melyet egyidejűleg aláírásával érvényesítenie kell.*

*A postán megvásárolható bélyeg a munkabért terhelő valamennyi járulékot, és a munkavállalót terhelő személyi jövedelemadó-előleget fedezi.*



## AZ AM KÖNYV ELŐNYEI

*Nem kell írásban munkaszerződést kötni, mert az AM könyv munkába lépés napján történő kitöltésével, a munkáltató és a munkavállaló aláírásával munkaviszony jön létre.*

*Nem kell a munkadíj után SZJA-előleget megállapítani és levonni.*

*Nem kell járulékokat, és a foglalkoztatáshoz kapcsolódó közterheket (munkaadói és munkavállalói járulékok) megfizetni.*

*A munkavállaló – a munkáltató által beragasztott közteherjegyek alapján – egészségügyi szolgáltatásra és baleseti táppénzre jogosult, valamint nyugdíjához szolgálati időt gyűjt.*

*Az alkalmi munkával szerzett bért nem kötelező bevallani, amennyiben a munkavállaló éves jövedelme nem éri el a minimálbér éves összegét, és más bevallásköteles jövedelme nincs.*

*Alkalmi munkavállalóként egy naptári évben összesen 200 napot lehet dolgozni, amellyel megszerezhető az álláskeresői segélyhez szükséges legkevesebb munkavégzési idő.*

- a saját háztartásában legalább egy 18 évesnél fiatalabb gyermeket egyedül nevel vagy,
- a foglalkoztatás megkezdését megelőző 12 hónapon belül előzetes letartóztatásban volt, szabadságvesztés, vagy elzárás büntetését töltötte;

### **A bértámogatás megállapítása során megváltozott munkaképességű személynek kell tekinteni azt az álláskeresőt,**

- akinek munkaképesség-csökkenésének mértéke – az Országos Egészségbiztosítási Pénztár Országos Orvosszakértői Intézetének, illetőleg az Országos Orvosszakértői Intézet, vasutas biztosítottak esetében a Magyar Államvasutak Orvosszakértői Intézetének szakvéleménye szerint – legalább a 40 százalékot eléri, vagy
- aki a munkaképesség-csökkenésének mértékéről a fenti pontban meghatározott szerv igazolásával nem rendelkezik, de – foglalkozás-egészségügyi szakellátó-hely szakvéleménye alapján – megállapítható, hogy munkavállalási és munkahely-megtartási esélyei testi vagy szellemi károsodása miatt csökkentek.

### **A támogatás mértéke, időtartama:**

A támogatási feltételek teljesülése esetén vissza nem térítendő támogatás nyújtható a támogatással érintett munkavállaló foglalkoztatásához:

- Hátrányos helyzetű álláskereső munkaviszony keretében történő foglalkoztatása esetén a támogatás a munkabér és járulékoknak 50%-ának megfelelő összeg, egy év időtartamra.
- Megváltozott munkaképességű álláskereső munkaviszony keretében történő foglalkoztatása esetén a munkabér és járulékok 60%-ának megfelelő összeg, egy év időtartamra.

### **A foglalkoztatás bővítését szolgáló bértámogatás igénylése:**

A támogatás a foglalkoztatást megelőzően benyújtott kérelem alapján állapítható meg. A kérelmet a regionális kirendeltségnek a munkaadó székhelye, telephelye szerint illetékes kirendeltségénél lehet benyújtani.

### **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.

## Közhasznú munka támogatása

Az a munkaadó, aki közhasznú munkavégzést szervez munkanélküliek részvételével, támogatást kérhet a foglalkoztatásból eredő közvetlen költségeinek fedezéséhez. A közhasznú foglalkoztatás során olyan közfeladatot kell ellátni, amely a lakosság vagy a település szükségleteinek kielégítésére vonatkozik (pl. szociális gondozás, környezetvédelem stb.). A támogatás maximum 360 nap időtartamra állapítható meg, mértéke a foglalkoztatás közvetlen költségének 70%-áig terjedhet. A munkaügyi tanács által meghatározott esetekben a támogatás a költségek 90%-os megtérítését jelentheti.

## START-kártya

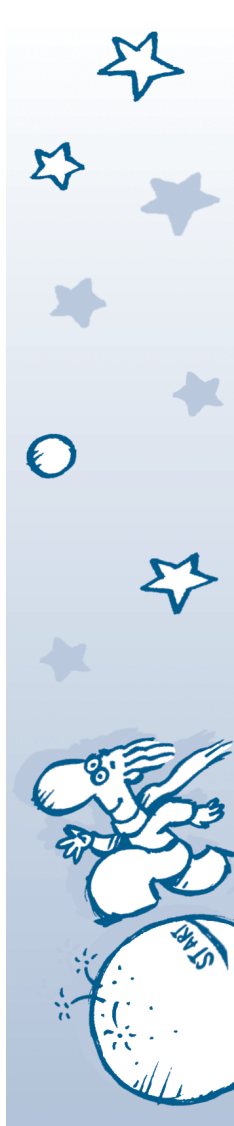
Ez a program lehetőséget biztosít a munkáltatóknak a fiatalok foglalkoztatáshoz kötődő járulékkezdményre. A pályakezdő fiatal alkalmazó munkáltatónak az első évben 15 százalékos, a második évben 25 százalékos járulékfizetési kötelezettsége lesz – az egyébként érvényes 32 százalékos járulékfizetési kötelezettség helyett. A kedvezményt csak a minimálbér másfélszerese, illetve felsőfokú végzettségűek esetében a minimálbér kétszerese mértékig lehet alkalmazni.

A munkaadót a fenti kedvezmény a pályakezdő fiatal foglalkoztatásának időtartamára az úgynevezett START-kártya érvényességi idején belül illeti meg, függetlenül a foglalkoztatás időtartamától, határozott, vagy határozatlan idejű jellegétől.

### A START-kártya kiváltására jogosult vagy, ha

- a 25. életévedet, felsőfokú végzettség esetén a 30. életévedet még nem töltötted be,
- tanulmányaid befejezted 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 könyvvél létesített jogviszonyokat).

A kártya a kiállításától 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 dolgoz-



nod 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 ösztöndíjas foglalkoztatás

Ha felsőfokú végzettségű vagy, akkor ösztöndíjas foglalkoztatási jogviszonyt a felsőfokú végzettséged megszerzését követően egy alkalommal, legalább kilenc hónapig, legfeljebb egy évig terjedő határozott időre létesíthetsz.

#### Az ösztöndíjas foglalkoztatásról szóló szerződés alapján

- ösztöndíj ellenében köteles leszel a foglalkoztató által adott feladatokat ellátni, valamint a foglalkoztató által munkatapasztalat céljából előírt szakmai megbeszéléseken, képzésben, egyéb programokon részt venni,
- a foglalkoztató köteles Téged munkatapasztalat-szerzés céljából feladatokkal ellátni, biztosítani a szakmai készségek megszerzésének és begyakorlásának lehetőségét. A foglalkoztató köteles továbbá számodra ösztöndíjat fizetni,
- a foglalkoztatási ösztöndíj mértéke havonta – teljes munkaidő esetén – nem lehet kevesebb a mindenkori legkisebb kötelező munkabérenél.

#### TOVÁBBI HASZNOS CÍMEK

<a href="http://www.allas.lap.hu">www.allas.lap.hu</a>	<a href="http://www.palyanet.hu">www.palyanet.hu</a>
<a href="http://www.dolgoshangya.hu">www.dolgoshangya.hu</a>	<a href="http://www.munka.lap.hu">www.munka.lap.hu</a>
<a href="http://www.furgediak.hu">www.furgediak.hu</a>	<a href="http://www.palyaorientacio.lap.hu">www.palyaorientacio.lap.hu</a>
<a href="http://www.minddiak.hu">www.minddiak.hu</a>	<a href="http://www.vallalkozas.lap.hu">www.vallalkozas.lap.hu</a>
<a href="http://www.job4smarts.com">www.job4smarts.com</a>	<a href="http://www.tanfolyam.lap.hu">www.tanfolyam.lap.hu</a>
<a href="http://www.melo-diak.hu">www.melo-diak.hu</a>	<a href="http://www.szmm.gov.hu">www.szmm.gov.hu</a>
<a href="http://www.hrportal.hu">www.hrportal.hu</a>	<a href="http://www.nonprofit.hu">www.nonprofit.hu</a>
<a href="http://www.baesmmk.hu">www.baesmmk.hu</a>	<a href="http://www.magyarorszag.hu">www.magyarorszag.hu</a>
<a href="http://www.afsz.hu">www.afsz.hu</a>	<a href="http://www.foglalkoztatatas.hu">www.foglalkoztatatas.hu</a>
<a href="http://www.aupair.lap.hu">www.aupair.lap.hu</a>	<a href="http://www.munkavilaga.hu">www.munkavilaga.hu</a>

## ÖNKÉNTES TEVÉKENYSÉG

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 munkaerő-piacon elvárt szerepek kipróbálására. Amellett, hogy barátokra tehetsz szert, a tevékenység során értékes munkatapasztalatokat is gyűjthetsz!

### ÖTLET PROGRAM

Az ÖTLET program egy hosszú távú önkéntes program, melynek célja, hogy a 18 és 26 év közötti fiatalok munkaerő-piaci esélyeit növelje, a munkatapasztalattal még nem rendelkező fiataloknak lehetőséget biztosítson a tapasztalatszerzésre, bővítse az önkéntesek kapcsolattrendszerét, fejlessze az együttműködési készséget.

A program 10 hónapon át tart és rendszeres, napi 6 órás elfoglaltságot jelent. Ez idő alatt a fiatalok önkéntes tevékenységet végeznek egy fogadó szervezetnél, ahol aktív tagjai lesznek a munkahelyi közösségnek. Különböző profilú és tevékenységi körű fogadóintézmények közül válogathatsz: gyermek- és ifjúsági, egészségügyi illetve szociális, oktatási vagy kulturális intézmények, környezet és természetvédelemmel illetve állatvédelemmel foglalkozó szervezetek, valamint rendezvény-szervezés, média vagy településfejlesztés terén tevékenykedő intézmények.

A programra bárki jelentkezhet, aki 18 és 26 év közötti fiatal és nem rendelkezik sem munkaviszonnyal, sem tanulói jogviszonnyal.

Az önkéntesek, és az őket fogadni tudó szervezetek jelentkezését a kecskeméti TÉR Ifjúságsegítő Egyesület várja. Az érdeklődők motivációs levéllel és önéletrajzzal jelentkezhetnek önkéntes tevékenység végzésére.

Az önkéntes tevékenységért közvetlen anyagi ellenszolgáltatás nem jár, azonban bizonyos juttatások minden résztvevő fiatalot megilletnek. Ilyen juttatások az étkezési támogatás, utazási költségtérítés, szükség szerint lakhatási támogatás, valamint képzési, továbbképzési költségek megtérítése.

**ÖNKÉNTESÉG  
TEVÉKENYSÉG  
LEHETŐSÉG  
ELHELYEZKEDÉS  
TAPASZTALATSZERZÉS**



**TÉR Ifjúságsegítő Egyesület**  
6000 Kecskemét,  
Szövetség tér 1. I. emelet 7.  
Tel.: 76/476-282  
30/625-7749  
otlet\_del-alfold@freemail.hu

### HAZAI ÖNKÉNTESKET TOBORZÓ SZERVEZETEK

**ÖKA - Önkéntes Központ  
Alapítvány**  
1053 Budapest  
Múzeum krt. 23-25. IV. em. 17.  
Tel.: 1/225-07-10  
Fax: 1/225-07-11  
Ötlet programvezető:  
cseri.gyorgyi@onkentes.hu  
www.onkentes.hu

**Béthel Alapítvány**  
5600 Békéscsaba,  
Dr. Becsey Oszkár u. 2.  
Tel.: 66/443-030  
Fax: 66/443-030  
bethel@strobeth.hu  
Kapcsolattartó: Szász Henriett  
henriett.szasz@strobeth.hu  
www.strobeth.hu

**TOVÁBBI  
HASZNOS CÍMEK**  
<http://onkentes.lap.hu/>



## ÁLLÁSKERESÉS

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

- előbb értesülnek az üres állásokról,
- a személyes találkozókön 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.

### Az álláskereső 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 munkakörökben amelyekben szívesen dolgoznál! Vesd össze, hogy a kiválasztott munkakörök összhangban állnak-e adottságaiddal! Fontos, hogy a célállás betöltéséhez szükséges felkészültség, ismereteid, tapasztalataid bizonyítható érvekkel tudd majd alátámasztani. Ehhez nyújtsd segítséget, ha mindezt írásban, egy szakmai önéletrajzban fogalmazod meg.

#### *Önéletrajz*

Legyen rövid (legfeljebb két oldal), átlátható, érthető. Tartalmazza a szakmai pályafutásod (eddiggi munkahelyek, munkatapasztalat), szakképzettséged (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. Kérj segítséget, ha bizonytalan vagy, milyen a jó önéletrajz!

Az úgynevezett „amerikai típusú” önéletrajz fordított időrendben készül, vagyis az olvasó első információként mindig a legfrissebb munkahelyedet, iskolai végzettségedet látja, és az időben visszafelé haladva követi nyomon pályádat. Általá-

ban ilyen önéletrajzot várnak tőled a piaci cégek. Ez egy rövid, tömör, inkább egy jó vázlatához hasonlítható írás.

Sok helyen – általában magasabb munkakörök esetén – külön kérik, hogy kézzel írd önéletrajzot. Ezt vedd komolyan, mert lehetséges, hogy a dokumentumot írásszakértők fogják átnézni, akik írásképepből következtetni tudnak személyiségedre. Kérlek, 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, valami munkát. Mondd el minél több ismerősödnél, 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, számodra is megfelelő állásokról értesítenek. Ezt követően két lépésős interjúra kerül sor, első körben az irodában, majd azt 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) és iroda látja el, amely elsősorban a munkáltató kényelmét szolgálja.

## **MUNKAERŐ KÖZVETÍTŐ ÉS KÖLCSÖNZŐ IRODÁK KECSKEMÉTEN**

### **Adecco**

Kecskemét, Boeskaai u. 1.

Tel.: 76/508-827

Hétfőtől péntekig 09-16 óráig

[www.adecco.hu](http://www.adecco.hu)

### **Fober Stúdió**

Kecskemét, Munkácsy u. 19.

Tel.: 76/509-068, 76/509-069

Hétfőtől csütörtökig 13-17 óráig

Pénteken 13-16 óráig

[www.foberstudio.hu](http://www.foberstudio.hu)

### **Man at Work Kft.**

Kecskemét, Szövetség tér 4.

Tel.: 76/493-633

Hétfőtől csütörtökig

08-16 óráig

Pénteken 08-15.30 óráig

[www.manatwork.hu](http://www.manatwork.hu)

### **Produkteam Kft.**

Kecskemét, Csokonai u. 2/a.

Tel.: 76/482-222

Hétfőtől péntekig 08-12 és

13-17 óráig

[www.produkteam.hu](http://www.produkteam.hu)

### **Trenkwalder Multiman**

#### **Személyzeti Szolgáltató**

Kecskemét, Budai u. 1.

Tel.: 76/504-735

Hétfőtől péntekig 8-17 óráig

[www.trenkwalder-multiman.hu](http://www.trenkwalder-multiman.hu)

### **Widar Kft.**

Kecskemét, Klapka u. 9-11.

Tel.: 76/417-714, 30/436-32-92

Hétfőtől péntekig 12-17 óráig

### **Mekk Kft.**

Kecskemét, Kőhid u. 36.

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

Hétfőtől péntekig

9-12 és 13-17 óráig

[www.mekk.kft.hu](http://www.mekk.kft.hu)

**Dél-alföldi Regionális  
Munkaügyi Központ  
Kecskeméti Regionális  
Kirendeltsége**

6000 Kecskemét,

Klapka u. 34.

Postacím:

6001 Kecskemét, Pf. 105.

Tel.: 76/486-588, 76/486-589

Fax: 76/486-592

[www.bacsmmk.hu](http://www.bacsmmk.hu),

[www.afsz.hu](http://www.afsz.hu)



**TOVÁBBI SEGÍTŐ SZERVEZETEK**

**HELPI Ifjúsági Információs és  
Tanácsadó Iroda**

6000 Kecskemét,

Széchenyi sétány 2-4.

Tel.: 76/412-020

[helpi@helpi.hu](mailto:helpi@helpi.hu)

[www.helpi.hu](http://www.helpi.hu)

**MENTORI SZOLGÁLTATOK**

**Helvécia Kultúrájáért  
Alapítvány**

Helvécia, Kiskőrösi út 4.

Tel.: 30/859-5814

30/635-6504

**Egészségügyi és Szociális  
Intézmények Igazgatósága**

Kecskemét, Nyíri út 75/a.

Tel.: 76/504-788

**Országos Pszichohigiénés  
Egyesület**

Kecskemét, Csányi J. krt 12.

Tel.: 76/329-025,

70/247-75-89

**Bács-Kiskun Megye  
Egészségügyéért Alapítvány**

Kecskemét, Izsáki út. 5.

Tel.: 76/519-826

**Sajtófigyeléssel**

Rendszeresen böngéssz a sajtó hirdetési rovatait, nézd át a cikkeket és „próbálgatni olvasni a sorok között”, pl. egy jövőbeni beruházásról szóló hír is lehet állásinformációs forrás, szerezz be cégközlönyöket, 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 a regisztrált felhasználók nézhetnek meg. A regisztráció által ezenkívül önéletrajzot, motivációs levelet tölthetsz fel, álláskereső hirdetését adhatsz fel, a regisztrált cégek megtekinthetik az adatlapod (amennyiben ezt engedélyezed), egy gombnyomással jelentkezhetesz az állásajánlatokra, a cégek visszajelzést tudnak küldeni Neked a jelentkezéssel kapcsolatban, a Téged érdeklő állásajánlatokról rendszeres értesítőt kapsz e-mailben (ha kéred), fórumot használhatsz, ahol kérdezhetsz és megoszthatod gondolataidat a többi regisztrálttal.

Internetes segítő oldalak: [cv-online.hu](http://cv-online.hu), [profession.hu](http://profession.hu), [allas-pont.hu](http://allas-pont.hu), [legjob.hu](http://legjob.hu), [tallozz.hu](http://tallozz.hu), [jobline.hu](http://jobline.hu), [jobinfo.hu](http://jobinfo.hu).

**Célzott 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 lehet, hogy behívnak egy megüresedett vagy új állás ügyében elbeszélgetésre.

**Segítő helyek bevonásával**

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

Ugyancsak segítségére lehetnek a civil szervezetek által kezdeményezett mentori programok, és szolgáltatások, melyeket legtöbbször ingyenesen vehetsz igénybe.

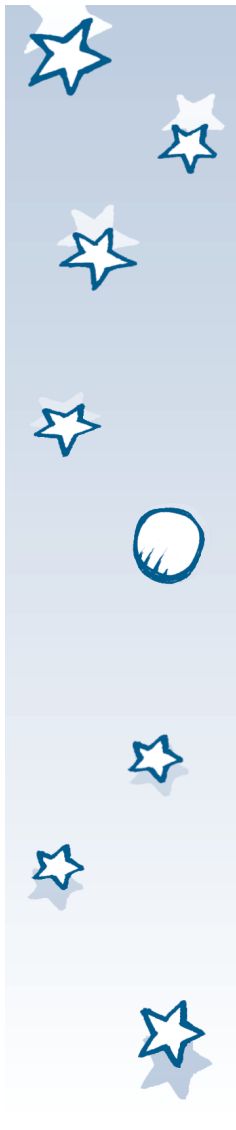
## Ne dőlj be!

**A 06-81-es előhívó számú,** vagy bármely emelt díjas telefonszámmal meghirdetett állásajánlatok tényleges munkalehetőséget sohasem jelentenek. Ezeket a telefonvonalakat valaki megvásárolja, és a szám felhívásával jelentős bevételre tesz szert, melyet az igazol, hogy feltárcsázás után egy számítógépes rendszer által vezérelt hang utasításait követheted, melynek elköszönő mondata: „Köszönjük hívását, de jelenleg nem tudunk érdeklődésének megfelelő munkalehetőséget ajánlani.” És ez minden híváskor így van!

**„Otthon végezhető, szakképzettséget nem igénylő munkajánlat. 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 pénzed 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.





**KÖNYVJÁNLÓ****Hogyan csináljunk karriert?**

Pintér Zsolt

Horton Books, Budapest, 2003

**Az álláskeresés harmadik szakasza – tárgyalások és szerződés-kötés****Hogyan jelentkez egy állásra?**

Ha információt szereztl 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 hangvételi levél, amely tartalmazza:

- pontos elérhetőséged (név, cím, telefonszám),
- a címzett adatait (hogyan lássa, nem sablonlevelet írsz),
- 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.

**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. Próbálj felkészülni, a tárgyalás előtt gondold át, mit szeretnél mondani magadról, céljaidról. Beszélgetéskor mindig nézz a partnered szemébe, légy természetes, ne akarj másnak látszani mint ami valójában vagy! Légy felkészült a cégről, amennyire lehet, maradj nyugodt! Maradj 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 visszataszító 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, 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 illetéktankönyv idevonatkozó passzusát – például **Ottlik Károly: Protokoll** című könyvében.

### Munkaszerződés

A munkaviszony a munkáltató és a munkavállaló megállapodása alapján jön létre, kezdete a munkába lépés napja. A szerződés-kötésnek 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, cégjegyzékszám, adószáma,
  - a munkavállaló neve, lakóhelye, adószáma, vagy társadalombiztosítási száma,
- a munkavállaló személyi alapbére,
- munkaköre (*munkavállaló által az adott munkaszerződés alapján ellátandó munka jellege, a munkakört betöltő munkavállaló részletes feladatai*),
- a munkavégzés helye.

Fentiek mellett jó, ha tartalmazza a szerződésed 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 időtartama (*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 munkavállalót megillető jogosultságok, mint pl. szabadság, felmondási idő, bérpótlék, végkielégítés. Ez a jogviszony ellátás szempontjából sem minősül jogszerző időnek.





## Hogyan szűnhet meg a munkaviszony?

### *Próbaidő esetén*

A munkaviszonyt a próbaidő alatt bármelyik fél indokolás 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 kötelezettségszegés 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 lejárta 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 1 évre a munkavállalót átlagkeresete továbbra is megilleti.

### *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.

**Munkáltató jogutód nélküli megszűnése esetén** a munkaviszony automatikus megszűnik, azaz ebben az esetben sincs szükség a munkaviszony megszüntetéséhez felmondásra.

### Végkielégítés

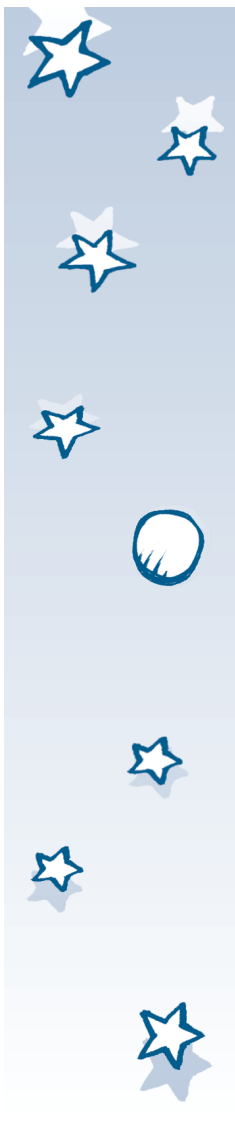
A munkavállalót végkielégítés illeti meg, ha munkaviszonya a munkáltató rendes felmondása vagy jogutód nélküli megszűnése következtében szűnik meg. Nem jár azonban végkielégítés annak a munkavállalónak, aki legkésőbb a munkaviszony megszűnésének időpontjában nyugdíjasnak minősül, a munkavállaló számára 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 munkabérről nem terheli tartozás),
- a munkavállaló által a munkaviszony megszűnésének évében igénybe vett betegszabadság időtartamát,
- a munkavállaló által választott magánnyugdíj-péztár 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.



## JOGI SEGÍTSÉG

### **MSZOSZ Bács-Kiskun megyei Képviselése**

6000 Kecskemét,

Katona J. tér 18. III. emelet 310.

Tel.: 76/504-114

Ügyfélfogadás:

kedden 14-16 óráig és  
csütörtökön 10-12 óráig.



### **EURES TANÁCSADÁS:**

#### **Dél-alföldi Regionális Munkaügyi Központ Kecskeméti Regionális Kirendeltsége**

6000 Kecskemét, Klapka u. 34.

Tel.: 76/486-588/134 mellék

#### **Ügyfélfogadás:**

Hétfőtől csütörtökig (telefonos  
időpont egyeztetés alapján)

#### **Molnárné Hegyi Eszter**

EURES tanácsadó

<http://europa.eu.int/eures>

### **MIGRÁNS TANÁCSADÁS:**

6000 Kecskemét,

Balaton u. 24., 103-as szoba

Tel.: 76/478-207/146 mellék

#### **Ügyfélfogadás:**

H-Cs: 08.00-16.00

P: 08.00-12.00

#### **Dr. Pintérmé Kozák Boglárka**

migráns tanácsadó

Ezekre a dokumentumokra szükség 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.

## 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**

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 álláskeresőknél és munkáltatóknál az EURES három alapvető szolgáltatását: a tájékoztatást, útmutatást és állásközvetítést.

## NE DŐLJ BE!

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

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

## Mire figyelj külföldi munkavállalásnál?

### 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 kinttartózkodás 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 állapotodat meg valamilyen titkos jelmondatban arra az esetre, ha bajba kerülnél, és nem beszélhetnél nyíltan!

### Kinttartózkodásod 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 (pl.: feketemunka, illegális kinttartózkodás, hamis iratok).



**NaNE! – Nők a nőkért**

Biztonsági információk külföldi munkát kereső fiatal nőknek:  
Tel.: 06-80/630-125  
kedd és csütörtök 14-18 óráig  
1447 Budapest, Pf. 502  
info@nane.hu, www.nane.hu

**EVS FOGADÓSZERVEZETEK ADATBÁZISA**

[http://europa.eu.int/comm/youth/program/sos/hei/hei\\_en.cfm](http://europa.eu.int/comm/youth/program/sos/hei/hei_en.cfm)

**EVS TANÁCSADÁS****HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda**

6000 Kecskemét,  
Széchenyi sétány 2-4.  
Tel: 76/412-020  
helpi@helpi.hu  
Kósa András ifjúsági tanácsadó

**FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM (2007-2013) PROGRAMIRODA**

1063 Budapest  
Szemere u. 7.  
Tel.: 1/374-90-60  
E-mail:  
ifjusag.eu@mobilitas.hu

**PÁLYÁZATI CÍM:****Foglalkoztatási és Szociális Hivatal-Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat (FSZH MOISZ)**

1476 Budapest Pf.: 75.  
A pályázatokat elektronikus formában is továbbítani kell a magyarorszag@eurodesk.eu e-mail címre.  
www.eurodesk.hu

**KÜLFÖLDI MUNKATAPASZTALAT**

Fiatalon nem is feltétlenül csak a pénz motiválhat benneteket a külföldi munkavállalásra. Célja lehet az adott ország megismerése, nyelvyakorlás, kapcsolatépítés, tapasztalatszerzés, önmagad kipróbálása. Az alábbi lehetőségek elsősorban ehhez segítenek hozzá.

**EVS – Európai Önkéntes Szolgálat**

Az Európai Önkéntes Szolgálat (European Voluntary Service) keretében maximum 12 hónapot tölthetsz külföldön egy úgynevezett fogadószervezetnél, amennyiben 18 és 30 év 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, művészetek 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, melynek feladata, hogy segítsen a kapcsolatfelvételen, megismerkedésben a fogadó szervezettel, 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 feladatra. 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 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 amennyiben nyitott vagy, lehetőség nyílik a kulturális különbözőségek

megtapasztalására. 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 Fialatok lendületben (2007-2013) Programra, amennyiben ilyen formában szeretnél külföldi élettapasztalatot gyűjteni. A célszágod az EU tagországi illetve néhány dél-európai és a Földközi-tenger medencéjében található ország lehet.

### Au-Pair

Az au-pair francia eredetű szó, segítőt jelent. Az au-pair egy olyan fiatal, aki meghatározott időre azért kerül egy külföldi, fogadó családhoz, 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 feljogosított engedélyt az irodának ki kell függesztenie 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 révén adják meg az engedélyt a munkavégzésre.)*

## VÁLLALKOZÁS

Ha vállalkozó típus vagy, és a munkaerő-piacon 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 vállalkozás**nak nevezzük valamely természetes személy (magánszemély) üzletszerű gazdasági tevékenységét. Ez a tevékenység akkor tekinthető üzletszerűnek, ha azt saját nevedben és kockázatra, rendszeresen és haszonszerzés céljából folytatod.





**OKMÁNYIRODA**

6000 Kecskemét, Rákóczi u. 5.

Tel.: 76/513-543

**vállalkozással  
kapcsolatban:**

2341-es mellék

**vállalkozási ügyintézés:**

hétfő-kedd-szerda 08.00-12.00

és 13.00-16.00

csütörtök 08.00-12.00 és

13.00-18.00

pénteken nincs ügyfélfogadás

**Vállalkozásfejlesztési****Alapítvány – Inkubátorház**

6000 Kecskemét, Ipoly u. 1/a.

Tel.: 76/500-760/301-es mellék

Ügyfélfogadás:

munkanapokon 08-16 óráig.

**ÉLETPÁLYA Alapítvány**

1094 Budapest, Balázs B. u. 18.

Tel.: 1/215-76-51, 1/217-14-49



**Vállalkozói igazolványt** kell kiváltani ahhoz, hogy egyéni vállalkozó lehess. Ehhez szükséges:

- 18. betöltött életév,
- vállalkozói igazolvány kiváltásához szükséges formanyomtatvány,
- erkölcsi bizonyítvánnyal igazolt büntetlen előélet,
- illetékbélyeg,
- adókártya és TB kártya.

**Az Okmányiroda** végzi:

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

**Az álláskereső vállalkozóvá válását  
elősegítő támogatások**

Annak a személynek, akit a munkaügyi központ legalább három hónapja álláskeresőként 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:

- 3 millió Ft-ig terjedő tőkejuttatás visszatérítendő vagy vissza nem térítendő formában, és
- legfeljebb hat hónap időtartamra, havonta a kötelező legkisebb munkabér összegéig terjedő támogatás.

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

A támogatások – pályázati eljárás alapján – együttesen és külön-külön is nyújthatók. A támogatások részletes feltételeit a mindenkor aktuális pályázati felhívás tartalmazza.

### III. EURÓPA ÉS A FIATALOK



Az Európai Unióban elég lehet a tehetséged, egy jó ötleted, vagy barátaiddal közösen kiagyalt közösségi programod ahhoz, hogy kipróbáld magad egy másik országban. Az Európai Unió 2007. évtől induló YOUTH IN ACTION PROGRAM-ja – jó előre tervezve – hét évre határoz meg olyan területeket, melyeket az európai fiataloknak, így Neked is ajánl. Magyarországon „Fiatalok Lendületben Program 2007-2013” a lehetőség elnevezése. Az alábbiakban erről olvashatsz fontos alapinformációkat.

## FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM

### *A Fiatalok Lendületben Program célkitűzései*

- nemformális nevelési programok támogatása a fiatalok számára;
- a fiatalok aktív polgári 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

<b>Program</b> .....	58
Célkitűzések .....	58
Prioritások .....	59
<b>Általános tudnivalók</b> ..	59
Alapelvek .....	59
<b>Részt vevők köre</b> .....	60
<b>Alprogramok</b> .....	61
<b>Személyes beszámoló</b> .....	64

## ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

### PÁLYÁZAT BEADÁSI HATÁRIDŐK ÉS A PROJEKT KEZDETE:

#### Nemzeti szinten elbírálásra kerülő pályázatok esetén:

február 1.:  
 május 1. - szeptember 30.  
 április 1.:  
 július 1. - november 30.  
 június 1.:  
 szeptember 1. - január 30.  
 szeptember 1.:  
 december 1. - április 30.  
 november 1.:  
 február 1. - július 31.

#### Központi elbírálású pályázatok esetén:

február 1.:  
 július 1. - november 30.  
 június 1.:  
 november 1. - március 30.  
 szeptember 1.:  
 január 1. - július 31.

## FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM (2007-2013) PROGRAMIRODA

1063 Budapest, Szemere u. 7.  
 Tel.: 1/374-90-60  
 ifjussag.eu@mobilitas.hu

### PÁLYÁZATI CÍM:

#### Foglalkoztatási és Szociális Hivatal-Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat (FSZH MOISZ)

1476 Budapest Pf.: 75.  
 A pályázatokat elektronikus formában is továbbítani kell a magyarorszag@eurodesk.eu e-mail címre.  
 www.eurodesk.hu

## A Fialatok Lendületben Program általános célkitűzéseiben az alábbi területek élveznek elsőbbséget

### 1. Európa-polgári szerep

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

### 2. A fiatalok társadalmi részvétele

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

### 3. Kulturális sokszínűség

A kulturális sokféleség, valamint a rasszizmus és idegengyűlölet elleni harc is elsődleges célja a programnak. A különböző kulturális, etnikai és vallási háttérrel rendelkező fiatalok közös tevékenységeinek támogatásával a Program a fiatalok interkulturális tanulását kívánja elősegíteni. Ez azt jelenti, hogy a részt vevő fiataloknak tisztában kell lenniük az adott projekt interkulturális dimenziójával, valamint, hogy a különböző résztvevők egyenlő arányban jelennek meg a projektben.

### 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. Ennek érdekében a résztvevő szervezeteknek kerülniük kell a társadalom bizonyos csoportjait érintő kirekesztést. A Fialatok Lendületben Program mindenkié, így kiemelt figyelmet kell fordítani a speciális szükségletekkel bíró fiatalok bevonására.

## A Fialatok Lendületben Program által képviselt és hangsúlyozott alapelvek

### 1. Nemformális és informális 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 ill. személyisége fejlődik, társadalmi részvételük fokozódik.

## 2. Nemformális tanulás elismerése

A Youthpass, mint a Fialatok Lendületben program „elismerő oklevele” dokumentálja és igazolja a projektek megvalósítói és résztvevői számára, hogy nemformális tanulási tapasztalattal rendelkeznek.

## 3. Fialatok Lendületben Program láthatósága és népszerűsítése

A Programból támogatást nyert projektekkel szemben elvárás az, hogy tájékozottak és szélesebb nyilvánosságot a Bizottság támogatásáról, és a Fialatok Lendületben Programról.

## 4. Eredmények értékelése, elismertetése és terjesztése

A projektekből származó eredményeket és tapasztalatokat a résztvevők a legteljesebb mértékig kiaknázzák, a megjelenő értékeket az európai fiatalok minél szélesebb köre számára hasznosíthatóvá teszik.

## 5. Diszkrimináció-ellenesség

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

## 6. Férfi-nő esélyegyenlőség

A férfiak és a nők esélyegyenlősége az európai politikákban horizontálisan megjelelő irányelv. A Fialatok 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 feszültség, 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 RÉSZT VEVŐ ORSZÁGOK

A Program támogatásával megvalósuló projektekben két vagy több ország szervezetei, ifjúsági csoportja között jön létre együttműködés. Megkülönböztetünk Programországokat és Partnerországokat.

A Programországokból érkező résztvevők a Fialatok Lendületben program teljes jogú felhasználói.

## PROGRAMORSZÁGOK

### Az Európai Unió tagországai:

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

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

**Az Európai Unióhoz való csatlakozás előtt álló ország (Tagjelölt)** Törökország

## PARTNERORSZÁGOK

### Stabilizációs és társulási folyamatban résztvevő országok

Albánia, Bosznia-Hercegovina, Macedónia, Montenegró, Szerbia és Horvátország

### **Az Európai Szomszédsági Politikában részt vevő országok**

EUROMED: Algéria, Egyiptom, Izrael, Jordánia, Libanon, Marokkó, a Nyugati part Palesztin fennhatósága, ill. a Gázai övezet, Szíria, Tunézia

### **Kelet-Európa és a Kaukázus**

Örményország, Azerbajdzsán, Fehéroroszország, Grúzia, Moldávia, Oroszországi Föderáció, Ukrajna

**A világ mindazon egyéb országával, amely szerződéses vagy egyezményes viszonyban áll az Európai Unióval a 2., illetve a 3.2-es Alprogramok keretében valósítható meg együttműködés.**



Amennyiben sikerült felkeltenünk érdeklődésed és részletebben is utánajárnál lehetőségeidnek, keresd fel a HELPI Ifjúsági Irodát személyesen, e-mailen vagy telefonon.

### **HELPI Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda**

6000 Kecskemét,  
Széchenyi stny. 2-4.  
6001 Kecskemét, Pf:328  
Tel: 76/41-20-20  
helpi@helpi.hu  
www.helpi.hu  
Fiatalk Lendületben Program tanácsadás:  
Hétfőnként: 12-16 óráig  
Vezető tanácsadó:  
Kósa András Csaba

### **Hasznos honlapok:**

www.eurodesk.hu  
www.tolerancia.lap.hu

**A Fiatalok Lendületben Program különböző alprogramjai a támogatott tevékenységeket jelölik.**

## **1. ALPROGRAM – FIATALOK EURÓPÁÉRT**

Ifjúsági cserék, ifjúsági kezdeményezések és ifjúsági demokrácia projektek támogatása a fiatalok mobilitásának elősegítése és a fiatalok aktív társadalmi részvételének fokozása céljából.

**1.1. Az ifjúsági cserék** különböző országokból érkező, 13-25 év közötti (indoklással, minimális számban 26-30 év közötti) fiatalok csoportjainak teretnek lehetőséget a talákozásra és az egymástól való tanulásra, egymás kultúrájának megismerésére egy adott témakör kapcsán. A cserék időtartama min. 6 – max. 21 nap lehet (utazással együtt), a cserében részt vevő fiatalok létszáma pedig min. 16 – max. 60 fő. Az előkészítéssel, megvalósítással, értékeléssel és utókövetéssel együtt maximum 15 hónapos projektekben lehet gondolkodni, a program helyszíne kizárólag a programország lehet. A csere lehet két, három- ill. többoldalú.

A Programban a többoldalú projektek élveznek prioritást, két- és háromoldalú cserék megvalósítására a csereprogramot eddig még nem megvalósított szervezetek, illetve a hátrányos helyzetű fiatalokat bevonó projektek gazdái pályázhatnak nagyobb eséllyel. Többoldalú csere esetén a résztvevő partnerek között legalább 2 programországnak, ebből az egyiknek uniós tagországnak kell lennie. A megvalósult projekt résztvevői Youthpass oklevélre jogosultak. Az útiköltségek 70%-a, a biztosítás 100%-a, illetve napi általányszékek, és a programköltségekre vonatkozó keretösszegek támogathatók.

**1.2. Az ifjúsági kezdeményezések** keretében 18 és 30 év közötti fiatalok csoportjai terveznek és valósítanak meg projekteket helyi, regionális és országos szinten. Lehetőség van 16-18 éves fiatalok részvételére is a projektekben, ekkor azonban szükség van egy ifjúságsegítő támogató közreműködésére is.

Ezen Alprogram része a különböző országokban élő ifjúsági csoportok közötti hálózatépítés. Ennek értelmében megkülönböztetünk nemzeti és nemzeteken átnyúló kezdeményezéseket, utóbbihoz minimum két különböző országból (az egyik uniós tagország) érkező partner szükséges. A projektek időtartama 3-tól 18 hónapig terjedhet, a maximális támogatást európai szinten egyszeri 10.000 euro/projekt összegben határozták meg.

**1.3. Az ifjúsági demokrácia projektek** célja a fiatalok ösztönzése a demokratikus részvételre, a különböző társadalmi szektorok közötti párbeszéd előmozdítása. Egy ifjúsági demokrácia projektnek nemzeti és nemzetközi hálózatépítő dimenzióval egyaránt rendelkezni kell. Ez azt jelenti, hogy legalább két ország különböző szervezetei vesznek részt benne, és egyazon országból legalább kétféle szervezeti kultúrával és háttérrel rendelkező szereplőnek meg kell jelennie (nonprofit, civil szervezet vagy egyesület – a ifjúsági munkában érintett helyi, regionális vagy országos hatóság – fiatalok informális csoportja). Az ifjúsági demokrácia projektnek világos tartalmi célkitűzéssel kell bírnia. A projekt időtartama 6-18 hónapig terjedhet, és minimum 16 fő, 13-30 év közötti fiatal – részvételével valósulhat meg. A projekt összköltségének maximum 60%-a támogatható, a maximális támogatást európai szinten egyszerűen 25.000 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 kapcsolódnak be nonprofit tevékenységekbe, szolgáltatásokba min. 2 – max. 12 hónapra át. Hátányos helyzetű fiatalok bevonása esetén a projekt időtartama min. 2 hét is lehet.

Csoportos EVS keretében max. 100 fiatal vehet részt egy fogadóprojekt munkájában. Az önkéntesek dolgozhatnak egyazon országban, azonos, ill. eltérő fogadó szervezetnél – 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 küldő, akár a fogadó, akár koordináló) kell benyújtania a projekt teljes költségvetésével. Bármely programországban vagy délkelet-európai országban működő szervezet, amely önkéntest kíván fogadni vagy küldeni, köteles akkreditálni magát, ezáltal könnyebben elérhetővé válik az önkéntes lehető-

## SZEMÉLYES BESZÁMOLÓK

*Néhány beszámoló, olyan helyi fiataloktól, akik maguk is aktívan részt vettek az EU korábbi ifjúsági programjaiban:*

### **Dance All Around Europe!**

*„Történetem 2002-ben kezdődik, ekkor lehetőségem nyílt volna részt venni a csereprogramon Angliában. Sajnos nem volt érvényes az útlevelem, ezért kimaradtam belőle, viszont elkezdett érdekelni tulajdonképpen miről is van szó, hogy is működik ez az egész.*

*Az első csereprogram amin részt vettem 2003-ban volt, Portugáliában, hatalmas élmény volt, akkor jöttem arra rá igazán arra, hogy miért és mire is jók igazán ezek Youth Programok, mert megadják a lehetőséget mindenkinek olyan kapcsolatok kialakítására melyre másként nem lenne lehetőség.*

*Azóta rengeteg országban jártam, szerintem, nem kell annál jobb reklám, minthogy én most így 23 éves fejjel elmondhatom, hogy Európa szinte összes országába hazamehetek ennek a programnak köszönhetően. Talán ennek is tudható be az is hogy A Főnix Dance 2005 Tánc és Sportegyesület, melynek elnöke vagyok 2006 nyarán megrendezhette a Youth Program magyarországi történetének legnagyobb támogatását nyert (40999 EUR) Dance All Around Europe! projektjét, melyen 10 ország 70 fiatalja vett részt Kecskenémten.”*

[www.daeu.tar.hu](http://www.daeu.tar.hu)

### **Európából Argentínába**

„Csörgits András vagyok és jelenleg EVS önkéntes Argentínában. Hogy, mint és miért kerültem ide? Na ezt mindjárt elmesélem.

Szóval, úgy kezdődött az egész, hogy a középuli alatt gondolkodtam, hogy mit is szeretnék csinálni hátralevő életemben, de nem jutottam egyről a kettőre ebben a témában. Jelentkeztem fősulira, s el is végeztem egy szociális munkás szakot, mely alapnak jó, mert kb. annyit tudtam, hogy emberekkel szeretnék dolgozni...

De még mindig nem tudtam, hogy mit csináljak, azt gondoltam, hogy többre vagyok hivatott, mint egy irodában robotolni 8-16-ig. Emellett valamit hiányoltam az életemből.

Ez a program (EVS) hozzásegített ahhoz, hogy dönteni tudjak a későbbiek folyamán, mert minél több tapasztalatom van, annál könnyebben fogok majd dönteni... Szerintem!!!

Egyik ismerősöm mesélt erről a lehetőségről, hát utánanézttem, miről is szól valójában. Első látásra megtetszett, mert lehet vele utazni, nyelvet tanulni, a tudásomat bővíteni, új emberekkel megismerkedni... és még sorolhatnám a többi pozitív dolgot.

Úgy gondolom, hogy nem olvasni kell, erről, hogy miért jó, hanem ki kell próbálni, meg kell tapasztalni, és garantálom, hogy egy életre szóló élményt szereztek magatoknak!”

<http://bandyjk.freeblog.hu/>

ség minden fiatal számára, és kialakítható egy közös minőségi színvonal. Minden akkreditált szervezet adata megtekinthető lesz az internetes adatbázisban.

A hazatérő önkénteseknek még az EVS projekt keretében alkalmuk nyílik hasznosítani a szolgálat alatt szerzett élményeket, ill. feldolgozni a projekt tapasztalatait.

A Fialok Lendületben Program az önkéntes útiköltségének, biztosításának és vízumköltségének 100%-át 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. és 2. alprogram, annyi lényeges különbséggel, hogy ez az egész világra kiterjedő program, nemcsak a meghatározott programországok, partnerországok vehetnek részt benne. Ugyanúgy lehetséges csereprogram, vagy az önkéntes szolgálat.*

#### **3.1. Együttműködés a szomszédos országokkal a kibővült Európában**

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

A projektekben 13 és 25 év közötti fiatalok vehetnek részt, a projekt helyszíne a programországok, illetve a szomszédos partnerországok valamelyike, a mediterrán partnerországok kivételével. A projektekben egy vagy több partnerország partnercsoportnak és min. egy uniós partnernek kell részt vennie. Többoldalú cserék esetében min. 2 szomszédos partnerországnak meg kell jelennie a résztvevők között. Képzési és hálózatépítő projektek esetén min. 2 program- és 2 partnerország részvétele szükséges, minden esetben legalább egy uniós tagországnak képviselve kell lennie.

#### **3.2. Együttműködés „a világ más partnerországaival”:**

Ez az Alprogram az ifjúsági munka területén létrejövő együttműködéseket, a jó példák cseréjét támogatja képzések és ifjú-

sági cserék keretében. Prioritást élveznek a latin-amerikai, karib-tengeri, csendes-óceáni, afrikai és ázsiai partnerországokkal megvalósuló projektek.

Az fent említett és egyéb, Európával nem szomszédos partnerországok bevonásával létrejövő kezdeményezésekre évente megjelenő központi pályázati kiírás keretében lehet támogatást nyerni. Az aktuális kiírásokról a [http://ec.europa.eu/youth/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/youth/index_en.html) honlapon tájékozódhatnak.

#### 4. ALPROGRAM – IFJÚSÁGSEGÍTŐK TÁMOGATÁSA

*A Fialatok Lendületben Program ezen alprogramja, az ifjúsági munka és szakma minőségének, és az azt támogató rendszerek standardjainak fejlesztését, az európai szinten működő ifjúsági és szakmapolitikai együttműködések támogatását tűzte ki célul.*

***Ezen célok elérését az alábbiakban látja megvalósulni:***

- hozzájárulás a szervezetek hálózatépítéséhez
- az ifjúsági területen dolgozók és az ifjúsági szervezetek képzése
- innováció a fiatalokkal végzett tevékenységekben
- a fiatalok számára nyújtott információs tevékenységek fejlesztése
- a regionális és helyi szervek hosszútávú ifjúsági projekteinek támogatása
- a nemformális nevelés és a Programban való részvétel révén megszerzett készségek elismertetése
- jó példák és tapasztalatok cseréje.

#### 5. ALPROGRAM – IFJÚSÁGPOLITIKAI EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

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

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

#### **Önkéntesből projektszervező**

*„Az EVS programmal 2006 júniusában kerültem közvetlen kapcsolatba, elhatároztam, hogy 9 hónappal Spanyolországba megyek önkéntesnek.*

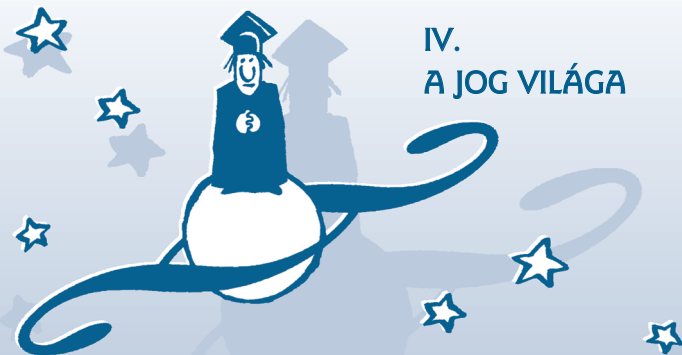
*A pályázat sikeres volt így 2007 júliusáig elchei lakos vagyok. Az EVS programot első sorban azoknak ajánlom, akik szeretik a kihívásokat és mernek elég bátrak lenni, hogy bevállalnak egy évet önkéntesként külföldön.*

*Jelenleg a Fialatok Lendületben Program keretében két cserét is tervezek megvalósítani az EU szomszédos országaival, összesen 20 ország 100 fiataljának részvételével 2007 augusztusában. Azoknak ajánlom akik szívesen megismerkednének az Észak-Afrika, Kaukázus, volt Szovjetunió, Közel-Kelet országainak kultúrájával, fiataljaival.”*

**Dóka Gábor**







## IV. A JOG VILÁGA

### A FEJEZET TARTALMA

<b>Emberi jogok</b> . . . . .	65
<b>Állampolgári jogok</b> . . . . .	66
Népszavazás . . . . .	67
Tüntetés . . . . .	67
Polgári engedetlenség . . . . .	67
<b>Állampolgári kötelezettségek</b> . . . . .	67
<b>Pereskedés, képviselő</b> . . . . .	68
<b>Jogsérelmek</b> . . . . .	68
<b>Büntetőjogi felelősség</b> . . . . .	69
Fiatalkorúak büntetőjogi helyzete . . . . .	69
<b>Ha bevisznek a rendőrök</b> . . . . .	70
<b>Bántalmazás</b> . . . . .	71
<b>Szerződés kötés</b> . . . . .	72

A jogszabályok között az Alkotmányt (1949. évi XX. Törvény), mint alaptörvényt különböztetjük meg (ezzel semmilyen más jogszabály nem lehet ellentétes), emellett helyezkednek el a más törvények, majd a rendeletek (kormány-, miniszteri, önkormányzati). Ezekre a szabályokra feltétlenül szükségünk van, ezek azok, melyek lehetővé teszik azt, hogy „az élet nagy társasjátéka” mindenki számára kiszámítható legyen, és biztosítsák számunkra az emberi élethez szükséges alapfeltételeket.

### EMBERI JOGOK

Minden embernek vannak jogai. Minden ember kötelessége, hogy mások jogait tiszteletben tartsa. Az Egyesült Nemzetek Szervezete (ENSZ) 1948-ban fogadta el az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozatát. Ebben a dokumentumban azokat a jogokat foglalták össze, melyek mindenkit megilletnek függetlenül korától, nemétől, nemzetiségétől, vallásától. Ezeket a jogokat mindenkinek tiszteletben kell tartania. Mindannyian szabadnak és egyenlőnek születünk. Az emberi jogokat nem lehet venni, vagy örökölni, azok az emberiség minden tagjának járnak. Három csoportba sorolhatjuk őket: polgári és politikai jogok, gazdasági és szociális jogok, környezetvédelmi és kulturális jogok. Az Európa Tanács 1950-ben hozta létre az Emberi Jogok Európai Bíróságát, melynek székhelye Strassbourg. Ennek a bíróságnak az a feladata, hogy védelmezze az emberi jogokat és az alapvető szabadságjogokat. Ehhez a bírósághoz közvetlenül fordulhat bárki az aláíró országok állampolgárai közül.

## ÁLLAMPOLGÁRI JOGOK

A Magyar Köztársaság az alapvető emberi jogokon kívül állampolgárainak az Alkotmányban foglaltak szerint további jogokat biztosít. *(Az Alkotmány olyan írott szabályok gyűjteménye, mely az adott politikai rendszer kereteit és az államhatalom működését határozza meg.)*

Az állampolgári jogok egy ország valamennyi állampolgárát megillető jogok, melyek az ember cselekvési szabadságát védik az állami beavatkozástól.

Az állampolgári jogok között vannak kollektív és egyéni jogok. A kollektív szabadságjogokat a polgárok valamely közössége együttesen gyakorolhatja.

### Egyesületi jog

Ez a jog lehetővé teszi, hogy a polgárok érdekeik, céljaik megvalósítása érdekében szervezeteket hozzanak létre, vagy a már létező szervezetek tevékenységében részt vegyenek.

Ezek a társadalmi önszerveződés alapegységei, és az állami szervek kötelesek tudomásul venni a létezésüket. Az egyesületi jog viszont nem irányulhat a hatalom erőszakos megszerzésére vagy gyakorlására, ill. kizárólagos birtoklására.

### Gyülekezési jog

Ez a jog azt jelenti, hogy a polgárok álláspontjuk kifejezésére békés gyűlést, felvonulást, menetet tarthatnak. Ezen jog gyakorlása nem valósíthat meg bűncselekményt vagy annak elkövetésére való felhívást, valamint nem járhat mások jogainak és szabadságának sérelmével.

### Szólás- és sajtószabadság

Azt jelenti, hogy a polgárok a közügyekről, állapotokról szabadon elmondhatják a véleményüket, továbbá joguk van a közérdekű

adatok megismeréséhez, hogy az őket érintő kérdésekben hiteles és pontos tájékoztatást kapjanak. Ennek a leggyakoribb formája a sajtó útján való véleménynyilvánítás, ezért a sajtószabadság kiemelten fontos eleme a demokráciának.

### Vallásszabadság

Az Alkotmány elismeri mindenkinek a jogát a gondolati, lelkiismereti és a vallásszabadságra, valamint arra, hogy a meggyőződését, akár vallásos szertartások formájában vagy egyéb módon, egyénileg vagy közösségben nyilváníthassa.

### A személyi szabadságjogok

Az Alkotmány kinyilvánítja, hogy a Magyar Köztársaságban mindenkinek veleszületett joga van az élethez, az emberi méltósághoz, és ettől senkit sem lehet önkényesen megfosztani.

Tiltott minden olyan elbánás, amely megalázó, embertelen vagy kegyetlen. A személyes szabadság és a személyi biztonság joga alapvető emberi jog, ezektől mindenkit csak a törvényben meghatározott okokból és a törvényben meghatározott eljárás alapján lehet megfosztani.

Az Alkotmányban foglaltak szerint a bíróság mindenkit egyenlőnek tekint, mindenkinek alapvető jogává teszi, hogy az ellene emelt vádakát bíróság bírálja el, hogy a bírósági határozat előtt senki sem tekinthető bűnösnek, amíg bűnösségét jogerős bírósági határozat meg nem állapította *(ez az ártatlanság vételeme)*, és minden gyanúsított személyt megillet a védelem.

Alapvető állampolgári jogok még a személyt megillető jó hírnév, a levéltitok és a magánlak sérthetetlensége, a magántitok, és a személyes adatok védelme. Minden, törvényesen az ország területén tartózkodó személyt megillet a szabad mozgás és a tartózkodási hely megválasztásának joga.

## Gazdasági, szociális és kulturális jogok

Mindenkinek joga van a munkához, a munka és a foglalkozás szabad megválasztásához, egyenlő munkáért mindenkit egyenlő bér illet meg, korra, nemre, vallási és etnikai hovatartozásra való tekintet nélkül. Ezenkívül mindenkinek joga van a pihenéshez, a szabadidőhöz és a fizetett szabadsághoz is. A szociális biztonsághoz való jogot az állam biztosítja, éppúgy, mint a művelődéshez való jogot. Az állampolgároknak joguk van az egészséges környezethez, a legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez.

Állampolgári jog a választójog. Az országgyűlési képviselőket, az Európai Parlament képviselőit, valamint a helyi önkormányzati képviselőtestület tagjait, továbbá a polgármestert és a fővárosi főpolgármestert a 18 évet betöltött választópolgárok általános és egyenlő választójog alapján, közvetlen és titkos szavazással választják. Két olyan ok van, amely kizárja ezt: az elmebetegség és a bűncselekmény elkövetése miatt közügyektől való eltiltás.

Az alapvető jogok tiszteletben tartása az állam elsődleges feladata. Az Alkotmányosság felett őrökdi az Alkotmánybíróság és az állampolgári jogok országgyűlési biztosa.

## NÉPSZAVAZÁS

Az országgyűlés rendelheti el, akár kötelezően, ha a népszavazást legalább 200.000 választópolgár kezdeményezte. A népszavazásról szóló törvény elfogadásához a jelenlévő országgyűlési képviselők kétharmadának szavazata szükséges.

Népszavazást bármely választójoggal rendelkező állampolgár kezdeményezhet. Az aláírásgyűjtő ív mintapéldányát hitelesítés céljából be kell nyújtani az Országos Választási Bizottsághoz. Választás előtt és után 41 napig nem lehet aláírást gyűjteni.

Áz eredményes ügydöntő népszavazás az Országgyűlésre nézve kötelező. Az Országgyűlés által már elfogadott, de a köztársasági elnök által még alá nem írt törvény meg erősítéséről elrendelt népszavazás ügydöntő.

## TÜNTETÉS

A gyülekezési jog alapján lehetősége van minden magyar állampolgárnak részt venni, illetve szervezni.

A szervezőnek a rendezvény megrendezése előtt 3 nappal be kell jelenteni a helyileg illetékes rendőrkapitányságon. A bejelentésnek tartalmaznia kell a kezdés és a befejezés időpontját, útvonalát, célját és napirendjét, létszámát és a rendezők számát, és végül a rendezvényért felelős személy nevét és címét.

## POLGÁRI ENGEDETLENSÉG

Azt jelenti, hogy valaki nem fogadja el államának a törvényeit, és folyamatosan ellenszegül, vagyis nem tartja be azokat.

## ÁLLAMPOLGÁRI KÖTELESSÉGEK

**Általános honvédelmi kötelezettség:** Az általános honvédelmi kötelezettség békeidőben megszűnt, rendkívüli helyzetben automatikusan él, megelőző védelmi helyzetben pedig az országgyűlés döntése alapján kell teljesíteni a nagykorú, férfi magyar állampolgároknak.

**Közhelyviselés:** Minden 18. életévét betöltött magyar állampolgár adóköteles, ha van állandó és rendszeres jövedelme.

**Tankötelezettség:** az oktatási törvényben foglaltak szerint 16 éves korig kell iskolába járni, illetve akik az 1998/99-es tanévtől kezdtek meg a tanulmányaikat, 18 éves korig.

## PERESKEDÉS, KÉPVISELET

**Peres ügyekben** a képviselőd, meghatalmazottad járhat el, ez lehet akár nagykorú rokon is. Törvény írja elő, hogy a fiatalokúaknak kötelező az ügyvédi védelem (16-18 éves korig).

**Meghatalmazással** bármely nagykorú állampolgár lehet képviselőd, akár hozzátartozó, akár ügyvéd is. Ha meghatalmazást írsz, ne feledd, szerepelnie kell benne, hogy ki, kit, mire, mi előtt való képviselőre, milyen korlátozásokkal hatalmaz meg. A dokumentumon szerepeljen a meghatalmazó és a meghatalmazott aláírása is, mivel ezzel ismeri el a meghatalmazást. Két tanúra is szükség van.

**Pereskedés esetén** lehet, hogy tanúskodnod kell. Tanúként az hallgatható ki, akinek a bizonyítandó tényről tudomása lehet. Ha tanúként megidéztek, köteles vagy az idézésnek eleget tenni, ellenkező esetben előállíthatnak. Az idézésben a tanú arra is felhívható, hogy az ügyre vonatkozó iratain kívül a bizonyításnál felhasználható feljegyzéseit vagy egyéb tárgyait hozza magával. A tárgyaláson kérhet adataid zártan kezelését, így a neveden kívül a többi adatot nem hozzák nyilvánosságra. Tanúként csak az igazat szabad nyilatkozni, mert a hamis tanúzást a törvény bünteti!

### A tanúvallomást megtagadhatja:

- a hozzátartozó,
- az, aki magát vagy hozzátartozóját bűncselekmény elkövetésével vádolná az ezzel kapcsolatos kérdésben, és
- az, aki foglalkozásánál fogva titoktartásra kötelezett.

A tanú kérelmére a megjelenésével kapcsolatban felmerült költségeit a nyomozó hatóság megállapítja és megtéríti. A tanú érdekében segítőként meghatalmazott ügyvéd járhat el, ha a tanú ezt szükségesnek tartja. A rendelkezése ellenére kihallgatott tanú vallomása bizonyítási eszközként nem vehető figyelembe.

## JOGSÉRELMEK,

**Ha jogsérelem ért**, az ombudsmanokhoz, vagyis az országgyűlési biztosokhoz (állampolgári jogok biztosa és általános helyettese, a nemzeti és etnikai kisebbségi jogok biztosa, valamint az adatvédelmi biztos) is fordulhatsz segítségért. Kérelemmel keresheted az országgyűlési biztost, ha megítélésed szerint valamely hatóság eljárása, ennek során hozott határozata vagy intézkedéseinek elmulasztása következtében alkotmányos jogaidal összefüggésben sérelem ért vagy ennek közvetlen veszélye áll fenn.

A kérelem benyújtása akkor lehetséges, ha a rendelkezésedre álló jogorvoslati lehetőségeket már kimerítetted, illetve jogorvoslati lehetőség nincs számodra biztosítva.

Kevesen tudják, hogy a gyermeket, tanuló, hallgatót, ill. a pedagógust, oktatót, szülő, valamint ezek közösségeit megillető, az oktatással kapcsolatos állampolgári jogok érvényesítésében az oktatási jogok miniszteri biztosa nyújthat segítséget. Egyedi ügyben – írásbeli beadvánnyal – fordulhat az oktatási jogok miniszteri biztosaéhoz a gyermek, a tanuló, annak szülője, a pedagógus, az oktató, valamint ezek közössége, ha megítélése szerint védett jogait megsértették, vagy ennek közvetlen veszélye áll fenn (de csak abban az esetben, ha a rendelkezésre álló jogorvoslati lehetőségeket már kimerítettük – a bírósági eljárás kivételével). Az oktatási jogok biztosa a beadványt köteles megvizsgálni, és annak alapján a jogsérelem megszüntetése érdekében intézkedést kezdeményez vagy ajánlást tesz.

Az országgyűlési biztos nem tud segíteni, ha az ügyre vonatkozó eljárás 1989. október 23-a előtt indult el, a jogerős határozat egy évnél régebbi, ha bírósági döntés van folyamatban vagy született. Nincs hatásköre arra, hogy a kérelmezőt a hatóság előtt képviselje.

vagy ügyvéd helyett jogi tanácsot adjon. A beadvány és az ombudsman eljárása illetékmentes. Az állampolgárok panaszait írásban és szóban nyújthatják be. A kérelemhez célszerű csatolni az ügyben eddig keletkezett dokumentumok másolatát.

## BÜNTETŐJOGI FELELŐSSÉG

Szabálysértés miatt nem vonható büntetőjogi felelősségre, aki a cselekmény elkövetésekor a tizenegyedik életévét nem töltötte be, aki a cselekményt az elmeműködésnek a beszámíthatóságot kizáró kóros állapotában, kényszer vagy fenyegetés hatása alatt, tévedésben, jogos védelemben vagy végszükségben követte el, illetve a törvényben meghatározott egyéb ok zárja ki a felelősségre vonást.

Nem vonható büntetőjogi felelősségre az sem, aki a cselekményt a beszámíthatóságot korlátozó elmeállapotban követte el, ha nyilvánvaló, hogy ez a körülmény a cselekmény elkövetését befolyásolta.

### **Fiatalkorúak büntetőjogi helyzete**

14 év alatti személy ellen nem folyhat büntetőeljárás. Fiatalkorúnak minősül az, aki a bűncselekmény elkövetésekor a 14. életévét igen, de a 18.-at még nem töltötte be. Fiatalkorúak büntetőügyeiben a fiatalkorúak ügyésze és bírósága jár el. Ennek során kötelező a szülő, vagy törvényes képviselő jelenléte. A felelősségre vonás során elsősorban intézkedést (pl. pártfogói felügyeletet, javítóintézetit nevelést) kell alkalmazni, ha azonban ez nem vezet a megfelelő eredményre, büntetésre kerül sor. Büntetésként indokolt esetben alkalmazható szabadságvesztés is, a fiatalkorúak börtönében, vagy fogházában (legsúlyosabb esetben). A fiatalkorú, ha az előbbi intézményekből elbocsátják, pártfogói felügyelet alá kerül. Tanuskodni is csak a szülő tudtával lehet.

## ORSZÁGGYŰLÉSI BIZTOSOK HIVATALA

1051 Budapest, Nádor u. 22.  
1387 Budapest Pf. 40  
www.obh.hu  
Tel.: 1/475-7100, Fax: 1/269-1615

### **Ügyfélfogadás:**

hétfő: 14-18 óra, szerda: 9-16 óra  
péntek: 9-12 óra

### **Dr. Lenkovic Barnabás**

Állampolgári Jogok Biztosa – panasz@obh.hu

### **Dr. Péterfalvi Áttila**

Adatvédelmi Biztos – adatved@obh.hu

### **Dr. Kaltenbach Jenő**

Nemzeti és etnikai Kisebbségi Jogok Biztosa

## EMBERJOGI SZERVEZETEK MAGYARORSZÁGON

### **Amnesty International Magyarország**

1064 Budapest, Rózsa u. 44. III/4.  
Tel: 1/ 321-4799 • Fax: 1/ 321-4799  
Email: office@amnesty.hu  
Web: www.amnesty.hu

### **Magyar Helsinki Bizottság**

1242 Budapest, Pf. 317  
1054 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky u. 36.-38.  
Tel./fax: 1/321-4141, 321-4323, 321-4327  
e-mail: helsinki@mail.datanet.hu  
Web: www.helsinki.hu

### **Emberi Jogi Információs és Dokumentációs Központ Alapítvány**

1117 Budapest, Pázmány sétány 1/a  
III. emelet, 398/b szoba  
Tel.: 06-1-372-29-07 • Fax: 06-1-372-29-08  
Levelezési cím: 1445 Budapest-8. Pf. 315  
E-mail: indok.fundamentum@gmail.com

### **Menedék - Migránsokat Segítő Egyesület**

1077 Budapest, Jósika utca 2.  
Tel: +36 (1) 322 1502, 344 6224 • Fax:  
+36 (1) 479 0272.  
E-mail: menedek@menedek.hu  
Web: www.menedek.hu

## HA BEVISZNEK A RENDŐRÖK

A rendőrnek, ha nincs egyenruhában, és nincs látható azonosító jelvénye, fel kell mutatnia az igazolványát, mielőtt igazoltat.

A rendőr utcán, szórakozóhelyen, nyilvános intézményben igazoltathat. A rendőr akkor állíthat elő a rendőrségre, ha nem igazolod magad, ha bűncselekmény elkövetésével gyanúsítanak, vagy köröznek valamilyen ügyben.

A szabadságot akkor is korlátozhatják, ha a szabálysértést (pl. csendháborítás) felszólítás ellenére nem hagyod abba. Előállíthatnak akkor is, ha ittas vagy drogos járművezetés miatt vér vagy vizeletmintát kell venni tőled.

Az előállítás csak a szükséges ideig, maximum 8 órán keresztül tarthat, a rendőrség vezetője ezt 4 órával meghosszabbíthatja.

Fontos, hogy tudd, mihez van joga az előállított személynek, mire kötelezhetik és mire nem. Minden esetben érvényes, hogy senki nem köteles olyat mondani (például bűncselekmény elkövetését beismerni), amivel ártana saját magának, vagy hozzátartozójának.

A gyanúsítottnak joga van hallgatni, és őrizetbe vétele esetén joga van arra, hogy értesítsék az általa megjelölt hozzátartozót, azonban csak a 18 év alattiak esetében lehet ott a kihallgatáson a szülő vagy a törvényes képviselő.

Ha a 18 év alatti kiskorú gyanúsítottnak nincs saját ügyvédje vagy jogi képviselője, illetve ilyet nem kíván megbízni, részére hivatalból rendelnek ki védőt, akinek költségeit az állam fizeti.

A gyanúsítottnak joga van a védelemhez, megjelölhet egy ügyvédet, vagy védő kirendelését kérheti, és ragaszkodhat ahhoz, hogy csak ügyvéd jelenlétében hajlandó valamást tenni.

Ezt nem lehet úgy értékelni, hogy akkor biztos el is követte a bűncselekményt, azért nem akar ügyvéd nélkül beszélni.

A gyanúsítottnak joga van a védőjével ellenőrizni magát, ha a kihallgatásakor egyes kérdésekre nem köteles válaszolni, és nem kell megindokolnia, hogy miért nem felel.

A védekezés során mást hamisan bűncselekmény elkövetésével vádolni nem lehet.

A gyanúsított köteles alávetni magát a szakértői vizsgálatnak (pl. vizelet-vérvétel), de a vizeletminta adását erőszakkal nem lehet kikényszeríteni, csak a vérvételt.

**Az őrizetbe vétel** elrendeléséről és megszüntetéséről a bíróság, az ügyész, illetőleg a nyomozó hatóság határoz.

Az őrizetbe vétel elrendeléséről és a fogvatartás helyéről huszonegy órában belül értesíteni kell a terhelt által megjelölt hozzátartozót, ennek hiányában más személyt.

Az őrizet maximum 72 óráig tarthat. Ha ennél hosszabb ideig akarnak benntartani valakit, akkor kérni kell az előzetes letartóztatást a bíróságtól. (Ezt például kábítószer fogyasztás miatt nem szokták alkalmazni.)

**Az előzetes letartóztatás** a szabadság bírói elvonása a jogerős ügydöntő határozat meghozatala előtt. Akkor van helye, ha a terhelt megszökött, szökésének veszélye fennáll, feltehető, hogy szabadlábban veszélyeztetné a bizonyítást, vagy megkísérelne bűncselekményt elkövetni.

**Az esetlegesen udvariattalnak értékelt** rendőri magatartásra udvariattal választ adni nem célravezető, de jogainkat udvariassal is lehet érvényesíteni. Ha a rendőri intézkedésről úgy gondoljuk, hogy az jogtalan (pl. az előállítás), akkor is engedelmessé kell, de jogunk van 8 napon belül panasszal élni ellene. A panaszt az intézkedést foganatosító rendőri szervnél lehet előterjeszteni.

## BÁNTALMAZÁS

Az emberi jogokon belül külön figyelmet szentelnek a 18 év alatti gyermek élethez, egészséghez, testi épséghez, személyi sértetlenségéhez való jogainak védelmére.

A gyermekek bármilyen nemű bántalmazását ezért a törvény különös szigorral kezeli. A jogi védelmet „A gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról” szóló 1997. évi XXXI. törvény és a Közoktatási Törvény is biztosítja. Ezek kimondják, hogy a gyermekek, tanulók személyiségi jogait, emberi méltóságát tiszteletben kell tartani, és a fizikai és lelki erőszakkal szemben védelmet kell biztosítani. Tiltják a testi fenyegetést, a kínzást, kegyetlen, embertelen, megalázó büntetést, vagy bánásmódot.

Azonban minden törvényi szabályozás ellenére előfordul, hogy a gyermekek fizikai vagy szellemi bántalmazást szenvednek el. A legtöbb ilyen eset sajnos olyan embertől éri a fiatalt, akit ismer, szeret.

Szülők, rokonok, iskolatársak nem ritkán okoznak testi-lelki fájdalmat (verés, rúgás, zaklatás, erőszak, prostitúcióra kényszerítés), és gyakran hosszú időn keresztül, rendszeresen.

Ez ellen nagyon nehéz bármit tenni, hiszen gyakran a legközelebbi hozzátartozóról van szó, akitől a gyerek élete függhet. Nem mer szégyent hozni a családra, nem tud kihez segítségért fordulni, vagy akár természetesnek is gondolja, – a másik fél hatására – ami vele történik, (főleg kisebb korban).

Ha a környezetében valaki, vagy akár Te magad kerülsz ilyen helyzetbe, mindenképpen fordulj egy olyan felnőtthöz, akiben megbízol, vagy keress meg egy segítőt szervezetet, ahol szakemberek foglalkoznak ilyen fiatalokkal.

Ne félj lépni, még mielőtt nagyobb baj történik!

### **NANE Egyesület**

**(Nők a Nőkért Együtt az Erőszak Ellen)**  
**Bántalmazott nők és gyerekek segélyvonala:**  
 06-80-505-101 (este 6 és 10 között)  
 Postacím: 1447 Budapest, Pf. 502.  
 E-mail: info@nane.hu  
 www.nane.hu

### **ESZTER Ambulancia**

**(Alapítvány az Erőszakos Szexuális Támadást Elszenvedettek Rehabilitációjára)**  
 Postacím: 1525 Budapest, Pf. 41.  
 Tel.: 06-1/466-9872  
 Web: www.eszteralapitvany.hu

### **Habeas Corpus Munkacsoport**

1364 Budapest Pf. 31  
 Tel.: szerdánként 16-18 óra között  
 06-1/321-50-28 vagy 06/30-996-56-66  
 Web: www.habeascorpus.hu  
 www.stop-ferfieroszak.hu

## JOGI SEGÍTSÉG HELYBEN

### **Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága**

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.  
 Tel.: 76/506-084, 76/481-983  
 ingyenes jogi tanácsadás  
 csütörtökönként 14-16.00 óráig,  
 előzetes bejelentkezés alapján.

### **Bács – Kiskun Megyei Igazságügyi Hivatal Pártfogó Felügyelői Szolgálat**

6000 Kecskemét, Széchenyi sétány 6.  
 Tel.: 76/501-740  
 Ügyfélfogadás: h-cs: 9-12, 13-16-ig  
 Péntek: 9 - 11-ig

### **Bács – Kiskun Megyei Igazságügyi Hivatal Jogi Segítségnyújtó Szolgálat Áldozatsegítő Szolgálat**

Kecskemét, Széchenyi sétány 5.  
 Ügyfélfogadás: hétfő: 9-13, szerda: 13-18  
 Tel.: 76/502-940

## SZERZŐDÉSKÖTÉS

A szerződéskötés írásban történik, és érvényes személyi okmányok szükségesek hozzá.

**A magánokiratok** (pl. munkaszerződés, megbízás, meghatalmazás, ingóság adás-vétele) magánszemélyek, jogi személyek és jogi személyiséggel nem rendelkező gazdasági társaságok között jönnek létre, ezekhez szükség van két tanú aláírására.

**Ha szervezettel kötünk szerződést**, akkor elegendő a szervezet képviselőjének aláírása és bélyegzője. A szerződésen legyen rajta, hogy hol készült, mikor (év, hó, nap), illetve az aláírások. A szerződő felek mindegyikének rendelkeznie kell egy-egy példánnyal az eredeti szerződésből, valamint egyet az őket képviselő ügyvéd is megőrizz, ha jogszabály írja elő, hogy ügyvédet kell fogadniuk.

**Közjegyzői ellenjegyzést** akkor kell kérni, ha ezt jogszabály írja elő. Közjegyző magánokiratot nem létesíthet, azokat csupán hitelesítheti, viszont az általa a törvényi előírások betartásával elkészített közjegyzői okirat közokiratnak minősül. Közjegyzői ellenjegyzéssel azonban kiváltható a bírósági eljárás. Ez azt jelenti, hogy ha a közjegyzői okiratba foglalt követelés bírósági végrehajtással érvényesíthető, akkor a bíróság ellátja végrehajtási záradékkal a közjegyzői okiratot, és a szerződés azonnal végrehajthatóvá válik.

**Bérelti szerződés kötéséhez (pl. amikor beköltözöl egy albérletbe)** nem előírás az ügyvédi ellenjegyzés. A személyes adatoknál kívül – név, születési hely, dátum, anyja neve, cím – szükséges a bérelmény leírása, a bérelti díj és időtartam meghatározása, továbbá az okozott károk vagy meghibásodások esetén a felelősség mértéke.

Ha nincs időtartam meghatározva, akkor a lakásbérelti törvény alapján a felmondási idő nem lehet rövidebb a bérbeadó részéről 3 hónapnál, a bérlő részéről pedig 15 napnál. Szerződéskötéskor két tanú hitelesítheti a megállapodást (név, cím, személyi igazolvány szám feltüntetésével).

Gyakran feltétel egy bizonyos összegű biztosíték (kaució) letétele is, ami garantálja a bérbeadó számára, hogy az esetleges károkozásor biztosan megtérül a kára, vagy nem marad lakó nélkül, ha mégis úgy gondolod, hogy elköltözöl pár nap után. Ez legtöbbször 2-3 havi albérleti díj. Ha minden rendben megy, amíg az albérletben laksz, kiköltözésedkor ezt az összeget a tulajdonos köteles neked visszaadni.

### Bács-Kiskun Megyei Bíróság

6000 Kecskemét,  
Rákóczi út 7.  
6001 Kecskemét, Pf. 12.  
Tel.: 76/519-519

### Kecskeméti Városi Bíróság

6000 Kecskemét,  
Rákóczi út 17-19.  
6001 Kecskemét, Pf. 143.  
Tel.: 76/519-519

### Kecskeméti Munkaügyi Bíróság

6000 Kecskemét,  
Rákóczi út 17-19.  
6001 Kecskemét, Pf.: 73.  
Tel.: 76/519-519  
Értesítésadás: 9-11 óráig

### Ügyvédi Kamara

6000 Kecskemét,  
Bercsényi u. 15.  
Tel.: 76/484-909

## KÖZJEGYZŐK CÍMEI

### Hainczné

**Dr. Zimay Zsuzsanna**  
6000 Kecskemét,  
Klapka u. 9.-11. II. 202  
Tel.: 76/506-283

### Dr. Kerék Lajosné

6000 Kecskemét,  
Klapka u. 9.-11.  
Tel.: 76/417-022

### Dr. Virágh Pálné

6000 Kecskemét,  
Petőfi Sándor u. 5. III/89.  
Tel.: 76/509-098

### Dr. Mándoki István

6000 Kecskemét,  
Mikes K. u. 9.  
Tel.: 76/508-120



## V. HIVATALOK VILÁGA



### A FEJEZET TARTALMA

<b>Általában a hivatalokról</b> . . . . .	73
<b>Az okmányiroda</b> . . . . .	74
Személyi azonosító igazolvány . . . . .	74
Vezetői engedély . . . . .	75
Magánútlevél . . . . .	76
Ha ellopták, ha találtál . . . . .	77
<b>Hatósági erkölcsi bizonyítvány</b> . . . . .	78
<b>Az illetékhivatal</b> . . . . .	78
<b>A földhivatal</b> . . . . .	79

### ÁLTALÁBAN A HIVATALOKRÓL

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

A hivatalokat sajnos igen bürokratikus, bonyolult rendszer jellemzi általában. Manapság már egyre több hivatal, intézmény törekszik arra, hogy az illetékességébe, hatáskörébe tartozó ügyekben a lehető leggyorsabban ügyintézésre álljon az állampolgárok rendelkezésére. Ezt a törekvést szolgálja az egyre nagyobb tért hódító, és egyre többféle elektronikus úton is hozzáférhető információ, szolgáltatás (sőt, még ez a kiadvány is).

Mielőtt ügyes-bajos dolgaink intézésébe fogunk, érdemes tehát megkeresni a város internetes oldalát, ([www.kecskemet.hu](http://www.kecskemet.hu)) vagy akár a [www.magyarorszag.hu](http://www.magyarorszag.hu), a Miniszterelnöki Hivatal 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 lekérdezni, 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 sorbanállástól 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 magánútlevéllel („útlevél”), az egyéni vállalkozói igazolvánnyal, a közúti járművezetésre jogosító vezetői engedéllyel („jogsi”), nemzetközi vezetői engedéllyel, illetve a jármű tulajdonjogát (üzembentartását) és a közúti forgalomban való részvétellel 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!

## A SZEMÉLYI IGAZOLVÁNY

A személyazonosító igazolvánnyal kapcsolatban 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 lakcímnylvántartáson 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
- 1500 Ft illetékbélyeg, ha még nem járt le az érvényesség, 3000 Ft, ha már lejárt az érvényességi ideje (és nincs érvényes útlevéle, vagy kártya méretű jogosítványa), ezt az összeget az okmányirodán kapott csekken kell befizetni.

### Megrongálódás esetén

- régi igazolvány
- személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány
- 1500 Ft-os illetékbélyeg

## OKMÁNYIRODA

6000 Kecskemét, Rákóczi u. 5.

Tel.: 76/513-514

okmany@kecskemet.hu

### A Személyi Okmányelállító és Nyilvántartó Csoport

hétfőtől szerdáig 8-11:30-ig, és

13-15:30-ig,

csütörtökön 8-11:30-ig, és

13-17:30-ig tart nyitva.

### A Közlekedésgazdálkodási Csoport

Tel.: 76/513-515

H-k-sz.: 8.00 - 16.00

Cs.: 8.00 - 18.00

P.: nincs ügyfélfogadás

### Közigazgatási és Elektronikus Közszolgáltatások Központi Hivatala

[www.nyilvantarto.hu](http://www.nyilvantarto.hu)





### **Névváltozás esetén**

- régi igazolvány
- személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány
- lakcím igazolvány
- névváltozást igazoló okirat
- 1500 Ft + 500 Ft, amit csekken kell befizetned

### **Elvesztés esetén**

- érvényes útlevelel igazolhatod személyazonosságod
- 1500 Ft, ha van kártyás igazolványod, vagy érvényes útleveled, 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 útlevelel igazolhatod személyazonosságod
- ha van, akkor személyi számot igazoló hatósági bizonyítvány
- 1500 Ft, ha van kártyás igazolványod, vagy útleveled, 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,
- 15 év, ha a 20. életévedet már betöltötted,
- határidő nélküli, ha elmúltál már 70 éves.

## **A 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),
- a nemzetközi vezetői engedély kiállítása (1500 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 lejáta miatti csere
- személyi adatok változása miatti csere
- személyi azonosító igazolványként az érvényesség lejáta 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.

## AZ ÚTLEVÉL

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

### Mire van szükség az útlevél kiváltásához?

Fényképre nem, mert az a helyszínen készül!

- útlevéligénylő lap
- kitöltött formanyomtatvány (a törvényes képviselőnek kell csatolnia, ha a kérelem jogosultja nincs jelen)
- személyi igazolvány, személyi azonosítóról és lakcímről szóló hatósági igazolvány
- 18 év alatti, vagy gondnokság alatt álló személy esetében a szülőknél (a törvényes képviselőnél) a közjegyző, a gyámhatóság, vagy az útlevél hatóság előtt tett hozzájáruló nyilatkozata
- az útlevéligénylés díjának befizetését igazoló csekk. 5 évre érvényes igény esetén 6000 Ft, 10 éves igény esetén 10.000 Ft





- a birtokodban lévő előző úti okmány (ha az előző úti okmányodat nem tudod bemutatni, nyilatkoztatni 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 valóságát.

### **Meddig érvényes az útlevelem?**

- 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 csekken kell befizetni, nem illetékbélyegen!**

### **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 okmányköröségi nyilvántartásba is bekerül. Az okmányt (általában) pótolni kell. Az okmány elvesztése esetén az okmánypótlás illetéke magasabb, többnyire duplája a normál okmánycsere illetékének (ha ellopták, és viszed a rendőrségi jegyzőkönyvet, akkor nem).

### **HA TALÁLTÁL VALAMILYEN OKMÁNYT**

Le kell adnod valamely hatóságnál, célszerű annál, amelyik az okmány kiadásával is foglalkozik, azaz a személyt 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 visszaélhetnek, és ilyenkor becsületes megtalálóból gyanúsítottá válhatsz. Inkább jelentsd be az okmány megtalálását a hivatalnak, és majd ők gondoskodnak a tulajdonosnak való visszajuttatásáról.

## A HATÓSÁGI ERKÖLCSI BIZONYÍTVÁNY

A hatósági erkölcsi bizonyítvány bemutatásával, mellékelésével tulajdonosa büntetlen előéletét igazolhatja. Erre az igazolásra szükséged 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 **Központi Adatfeldolgozó, Nyilvántartó és Választási Hivatal** jogosult. Ügyintézése a postahivatalokban történik.

### Az igénylés módja:

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

### Díja 2007-ben:

2000 Ft illeték, csekken befizetve, 200 Ft a nyomtatvány

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

### 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 igénybevételéért kell fizetni. Az illeték mértéke az adott eljárással felmerülő költségekhez igazodik (szolgáltatás – ellenszolgáltatás elve).

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



### Bács-Kiskun Megyei Illetékhivatal

6000 Kecskemét,  
Katona J. tér 8.  
Tel.: 76/501-820  
Ügyfélszolgálati telefon:  
76/501-831  
illhiv@bkmilletkehivatal.hu



### **Bács-Kiskun Megyei Földhivatal**

6000 Kecskemét,  
Nagykőrösi u. 32.  
6001 Kecskemét, Pf. 100  
Tel.: 76/481-045  
[www.bacsfoldhiv.t-online.hu](http://www.bacsfoldhiv.t-online.hu)  
Ügyfélfogadás:  
Kedd-csütörtök: 8.00-15.00  
Péntek: 8.00-11.30

### **Területi Földhivatal**

6000 Kecskemét, Fecske u. 25.  
Tel.: 76/481-087



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

Az illetékfizetés részleteiről információt nyújt az illetékhivatal honlapja [www.bkmilletkehivatal.hu](http://www.bkmilletkehivatal.hu).

## 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 feltüntetés, telekalakítások, stb.).

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

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

### TOVÁBBI HASZNOS CÍMEK

<a href="http://www.bacskozig.hu">www.bacskozig.hu</a>	<a href="http://www.onyf.hu">www.onyf.hu</a>
<a href="http://www.takarnet.hu">www.takarnet.hu</a>	<a href="http://www.oep.hu">www.oep.hu</a>
<a href="http://www.bkmilletkehivatal.hu">www.bkmilletkehivatal.hu</a>	<a href="http://www.offi.hu">www.offi.hu</a>
<a href="http://www.kecskemét.hu">www.kecskemét.hu</a>	<a href="http://www.orfk.hu">www.orfk.hu</a>
<a href="http://www.magyarorszag.hu">www.magyarorszag.hu</a>	<a href="http://www.mklu.hu">www.mklu.hu</a>
<a href="http://www.nyilvantarto.hu">www.nyilvantarto.hu</a>	<a href="http://www.mgyk.hu">www.mgyk.hu</a>
<a href="http://www.bm.hu">www.bm.hu</a>	<a href="http://www.apeh.hu">www.apeh.hu</a>
<a href="http://www.allamkinestar.gov.hu">www.allamkinestar.gov.hu</a>	<a href="http://www.okmanyirodak.hu">www.okmanyirodak.hu</a>

## VI. AZ EGÉSZSÉGÜGY VILÁGA



Az egészség mindannyiunk életének központi kérdése. Lehetséges, hogy fiatalon kevesebb figyelmet fordítasz rá, mert természetesnek tartod, mégis, amint ágnak esel, máris 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 az **Egészségügyi Minisztérium** működteti a **Dr. Info** szolgáltatását a lakosság egészségügyi tájékozottságának elősegítése érdekében.

A telefonon és interneten keresztül elérhető Dr. Info szolgáltatás keretén belül speciálisan képzett egészségügyi szak személyzet válaszol a kérdéseidre. Országos információt nyújtanak az egészségügyi intézmények szakosodásával, felvételi, ügyeleti és beutalási rendjével kapcsolatban, valamint tájékoztatnak az adatbázisukban szereplő gyógyszerek megrendelési lehetőségeiről, áráiról, mellékhatásairól és ellenjavaslatairól.

Csak egy hívás, és megtudhatod, hogy melyik egészségügyi intézményhez fordulj problémáddal. A Dr. Info szolgáltatás, hétköznapokon napi 16 órában (6-22) hétfőig 8 órában (10-18) rendelkezésedre áll a 40/374-636-os, helyi tarifával hívható telefonszámon és a [www.drinfo.eum.hu](http://www.drinfo.eum.hu) internetcímen.

### A FEJEZET TARTALMA

<b>Elsősegély</b> .....	81
<b>Betegbiztosítás</b> .....	81
Társadalom- biztosítás .....	81
Orvosválasztás .....	83
<b>Az egészségügy reformja</b> .....	83
Vizitdíj .....	84
Ellátás az EU-ban ...	84
Gyógyszerek .....	85
<b>A betegek jogai</b> .....	86
Kórházi etikai bizottság .....	87
<b>A megelőzés intézményei</b> .....	87
Tüdőszűrés .....	87
Nőgyógyászati vizsgálat .....	87
AIDS szűrés .....	88
<b>Megváltozott munkaképességek</b> ..	90



**Bács-Kiskun Megyei  
Önkormányzat Kórháza**  
6000 Kecskemét, Nyíri út 38.  
Izsáki út 5.  
Pf: 149  
Tel.: (76) 516-700



## ELSŐSEGÉLY NYÚJTÁS

Hazánkban a bajba jutott emberen való segítséget, az életmentést törvény teszi állampolgári kötelességgé. Ez azt jelenti, hogy minden embernek, a maga tudása szerint kötelező a bajba jutott másik emberen segíteni, elsősegélyben részesíteni, vagy orvost, mentőt hívni, segítséget kérni. Elsősegélyben az részesíthet valakit, aki ismeri annak módszereit, és azt biztonsággal használni is tudja. Ilyen lehet például minden jogosítvánnyal rendelkező személy. Azonban fő szabály, hogy nem veszélyeztetheti a saját testi épségét, és csak az életmentő, lényeges beavatkozások elvégzéséből áll:

a helyszín biztosítása ■ kimentés ■ az alapvető életműködés vizsgálata ■ súlyos vérzés csillapítása ■ az eszméletlen beteg ellátása (stabil oldalfekkébe helyezés) ■ légzészavarok ellátása ■ szívroham ellátása ■ súlyos égés és sebész ellátása.

Mindenképpen csak akkor nyújts elsősegélyt, ha tanultad, és tudod mit kell tenni!

Súlyos, életveszélyes esetben hívd a 104-es ingyenes telefonszámot, az ország egész területén, vezetékes, vagy mobil telefonról, ahonnan a mentők, és azonnali orvosi segítség érkezik, vagy a 112-es telefonszámot, elsősorban akkor, ha egyidejűleg a mentőkre és/vagy a tűzoltókra és/vagy a rendőrségre is szükség van!

Bejelentéskor mindig meg kell mondanod a neved, a telefon számát, amiről hívsz, a betegek számát, a tüneteket, és az esemény helyét, valamint hogy mi is történt.

## BETEGBIZTOSÍTÁS

### 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 nyilván-tartásában 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 lakcímbeljelző kártya.

Első alkalommal díjmentesen állítja ki a TAJ kártyát az egészségbiztosítási pénztár. Ha elveszett, pótlásához személyi igazolvány és (2007-ben) 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.

**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. (10. 480 Ft/hó).

Magyarországon minden magyar állampolgárnak betegség vagy esetleges baleset során állampolgári jogon jár az ellátás. Csak később ellenőrzik, hogy van-e érvényes társadalombiztosítása. Ha van, akkor a TB rendezi az ellátó szervezet felé, ha nincs, akkor egyénileg kell rendezni (és ez bizony nagyon magas összeg).

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

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

A betegbiztosítás hazánkban jelenleg három forrásból áll össze: a társadalombiztosító hozzájárulása, (amit az adóból



**Bács-Kiskun Megyei  
Egészségbiztosítási Pénztár**  
6000 Kecskemét, Izsáki út 8.  
Tel.: 76/513-000  
Nyitva: h-k-sz: 8-15. cs-p: 8-12



fizetnek), a beteg hozzájárulása (lásd vizitdíj), 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.

### 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 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. Az új rendszernek négy szintje lesz: 1.) a kiemelt kórházak (Bács Kiskun Megyei Önkormányzat Kórháza) legmodernebb technikával felszerelve, nagy tapasztalatú orvosokkal a súlyos, vagy speciális betegségekben 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.

### TERÁPIA 2007 – Az egészségügy reformja

A Magyar Köztársaság Kormánya 2007-ben az egészségügy széleskörű reformjára dolgozott ki programot, amely sok területen hoz változásokat a betegellátásban. Itt most csak a számokra legfontosabb információkat próbáltuk meg leírni. Kérjük, hogy mindig tájékozódj az aktuális kötelességeidről, szabályokról és díjakról, ha orvosi ellátást, vagy kórházi szolgáltatást veszel igénybe!

## A vizitdíj

**2007. február 15-től** a háziorvosi, a szakorvosi, illetve a fekvőbeteg ellátásban is egységesen 300 Ft-ot kell fizetni. A vizitdíjat járóbeteg-ellátás esetén a kezelés megkezdéséig, fekvőbeteg szakellátás esetén távozáskor kell kifizetni. A fizetősor kiállított 2 példányú nyugtának vagy számlának tartalmaznia kell a beteg és a kiállító intézmény nevét, a beteg TAJ-számát és a befizetés összegét. A beteg elszámolási nyilatkozatot is kap, ami alapján ellenőrizni tudja, hogy a szolgáltató milyen beavatkozást, kezelést kíván elszámolni, és ezért milyen összeget igényel, így csökken a visszaélések lehetősége.

### 600 Ft a vizitdíj, ha a beteg:

- külső helyszínen, saját kezdeményezésre otthon veszi igénybe
- nem a választott háziorvosánál nem sürgős ellátást vesz igénybe
- beutalóval igénybe vehető járóbeteg-szakellátást beutaló nélkül, illetőleg nem a beutaló szerinti egészségügyi szolgáltatónál vesz igénybe

**1000 Ft a vizitdíj**, ha a beteg ügyeleti ellátást indokolatlanul vesz igénybe.

### Alanyi jogon mentesség jár:

- mentesség jár a 18 év alatti gyermeknek
- sürgősségi vagy kötelező gyógykezelésnek minősülő esetek, a kötelező népegészségügyi ellátások, meghatározott szűrővizsgálatok esetén (pl. méhnyakrákszűrés), a katasztrófa-egészségügy, a járványügyi tevékenység, valamint a terhesgondozás, a gyermekágyas anyák gondozása, és szülészeti ellátás esetében,
- a hajléktalanoknak.

### Nem kell fizetni a tartós orvosi kezelésben részesülőknek:

- rosszindulatú daganatos megbetegedésben szenvedők
- vesebetegek dialízis kezelése és az azzal összefüggő vizsgálatok,
- veleszületett vérzékenységben szenvedők ellátása,
- véradással összefüggő vizsgálatok,
- cukorbetegség kezelése,
- szerv-és szövetátültetésre várók, ill. transzplantáltak,
- HIV fertőzöttek és AIDS betegek kezelése,
- súlyos pszichózisok.

## EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÁS AZ EURÓPAI UNIÓBAN

*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, illetve a biztosítási jogviszonyt igazoló dokumentum ellenében térítésmentesen igényelheted, és 12 hónapig érvényes az EU tagállamaiban (és korlátozóakkal más európai államokban is).*

*A magyar biztosítottnak a sürgősségi ellátást egy másik tagállamban ugyanolyan feltételekkel kell nyújtani, mint ha 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.



### HASZNOS CÍMEK

[www.drinfo.eum.hu](http://www.drinfo.eum.hu)  
[www.eum.hu](http://www.eum.hu)  
[www.oep.hu](http://www.oep.hu)  
[www.mcd.hu](http://www.mcd.hu)  
[www.egeszeg.lap.hu](http://www.egeszeg.lap.hu)  
[www.hazipatika.hu](http://www.hazipatika.hu)  
[www.szakrendeles.hu](http://www.szakrendeles.hu)  
[www.aidsinfo.hu](http://www.aidsinfo.hu)  
[www.medicinfo.hu](http://www.medicinfo.hu)  
[www.informed.hu](http://www.informed.hu)  
[www.vital.hu](http://www.vital.hu)  
[www.medicentrum.hu](http://www.medicentrum.hu)  
[www.tinedzserambulancia.hu](http://www.tinedzserambulancia.hu)  
[www.valsagterhesseg.hu](http://www.valsagterhesseg.hu)

Nem kell külön vizitdíjat fizetni az orvos által rendelt, de nem az orvos által végzett ellátásért (pl. injekciós, infúziós kúra, tartós katéter kezelés, a kötözés, fizioterápia, gyógytorna).

A szociálisan rászoruló (kismamák, munkanélküliek, kisnyugdíjasok) a különböző jogcímeiken járó ellátások megemelésével évente legalább 12 vizitre jutó kedvezményt kapnak. Az önkormányzatok, saját hatáskörben, minden rászorulóknak adhatnak támogatást.

A fizetés minden esetben történhet készpénzzel, de vizitdíj automata által kiadott bizonylattal, bankkártyával, egyéb eszközzel, (pl. mobiltelefonos díjtutalás SMS-sel, stb.), vagy egészség-és önszegélyező pénztárak által kibocsátott kártyával, esetleg mentességi kártyával is. A nyugtát, illetve a számlát a betegnek kell összegyűjtenie, ez szolgál igazolásként a visszatérítésnél. Ha nincs nálad pénz, fizethetsz később, számlára is.

Az egy szakvizsgálati helyen, 21. alkalomtól fizetett vizitdíj a helyi önkormányzatoktól visszaigényelhető. Kórházi ellátás esetén viszont a 20. nap után egy adott évben egyáltalán nem kell fizetni. Az emelt összegű vizitdíj nem visszaigényelhető, de beszámít a 20 alkalomba.

Így évente legfeljebb 6 ezer forintot kell a rendelőkben, kórházakban fizetni, az ezen felüli összeg mindenképpen visszakapható.

A kórházi kezelésről magyar nyelvű elszámolási nyilatkozatot kap kézhez a beteg, az ebben szereplő ellátást aláírásával igazolja.

### Gyógyszerek

Bizonyos gyógyszereket a 2007. évtől már gyógyszerháron kívül is megvásárolhatsz. A benzinkutaknál, illatszertboltokban, nagyobb hipermarketekben kapható készítmények elsősorban enyhébb fájdalom- és lázcsillapítók, vitaminok, orr- és szemcseppek, megfázásra való szerek, esetenként kisebb kiserelésben.

Az üzletekben kapható gyógyszereket csak a többi terméktől elkülönítve lehet árulni, úgy, hogy a vásárlók közvetlenül ne férhessenek hozzá. Vénykötelessé válik viszont néhány népszerű fájdalomcsillapító. Mostantól minden gyógyszerért fizetni kell, szerenként 300 forintot. Ez a népszerű nevén „dobozdíj” a gyógyszer térítési díját jelenti. A közgyógyellátottak továbbra is ingyen juthatnak hozzá ezekhez a gyógyszerekhez.

## A BETEGEK JOGAI

- 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, betegségeik, vagy fizetőképességük alapján hátrányos megkülönböztetést tenni
- a betegnek joga van emberi méltóságának tiszteletben tartásához
- a betegnek joga van 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 visszautasítani (kivéve a sürgősségi ellátást!)
- 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

### Mikor tekinthet el az orvos a titoktartástól?

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

## BETEGJOGI KÉPVISELŐ

*A betegek jogait az egészségügyi törvény szabályozza.*

*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.*

## HELYI BETEGJOGI KÉPVISELŐ

### Pongóné Kovács Erika

Bács-Kiskun Megyei  
Önkormányzat Kórháza,  
6000 Kecskemét, Nyíri u. 38.

Tel.: 06-76/516-790

06-20/4899-536

Fogadóóra

Csütörtök: 7.30-11.30



## TÁRSASÁG A SZABADSÁGJOGOKÉRT

1084 Budapest,  
Víg utca 28. I. em. 3.  
Tel./fax: 1-209-0046,  
1-279-0755

tasz@tasz.hu  
www.tasz.hu



### **Tüdőszűrés**

6000 Kecskemét,  
Piaristák tere 7.  
(rendelőintézet)  
Tel.: 76/485-169  
hétfő, szerda: 7.30-16.30  
kedd, csütörtök, péntek:  
7.30-13.30

### **Gyermeknőgyógyászat**

Izsáki út 5. (kórház)  
Tel.: 76/516-900/8240  
Csütörtök: 14-16 óra  
Péntek: 11-13 óra

### **Tinédzser Ambulancia**

Izsáki út 5.  
Tel.: 76/516-900/8240  
Hétfő, szerda: 14-16 óra

## **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 életfenntartó kezelése, illetve ennek megszüntetése az egyes konkrét esetekben etikailag elfogadható-e.

### **Választott bíróság ill. 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 döntőbíróként jelölnek ki.

## **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 (különféle tüdőbetegségek, TBC).

### **A 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 vizsgálat 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 nőgyógyász-

ti vizsgálat, ha már volt szexuális kapcsolatod, 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 fájdalomtalan 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

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 kiértesít.

## AIDS szűrés

### **Amit az AIDS szűrésről tudnod kell:**

- Minden szűréssel kapcsolatos teendő anonim.
- A vizsgálat során jelige 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 fertőzőtség.
- A vérvételt kizárólag egyszer használatos tűvel végzik.
- A vizsgálatot vénából vett vérből, szaklaboratóriumokban, a legmodernebb technológiával végzik.
- A levett vért egyszer használatos vákuumcsőben tárolják.
- Az eredményeket elektronikus úton, kóddal védett adathordozón tárolják.
- Ha a vizsgálati eredmény negatív, az adatok nem kerülnek nyilvánosságra, az orvos maximum néhány tanácsot ad a negatív eredmény további megőrzéséhez.

### **Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők**

6000 Kecskemét,  
Csabai krt. 64. I. em.  
h-p: 8-12 és 14-16 óráig

6000 Kecskemét,  
Izsáki út 5. II. em. (kórház)  
h-p: 8-12 óráig

6000 Kecskemét,  
Piaristák tere 7. I. em.  
h-p: 9-11 óráig

### **Család- és Nővédelmi Tanácsadó**

6000 Kecskemét,  
Piaristák tere 7. I. em.  
h-cs: 8.30-11 óráig  
pénteken 8.30-10.30 óráig





### **Anonim AIDS Tanácsadó Szolgálat**

Bp. XI., Karolina út 35/B

Tel.: 1/466-9283

Hétfőn: 17-20 óráig

Kedden: 09-12 óráig

### **AIDS szűrés az ÁNTSZ Bács-Kiskun Megyei Szolgálatánál**

6000 Kecskemét,

Balaton u. 19.

Tel.: 76/481-294



### **Ha a vizsgálat eredménye pozitív:**

- Ilyenkor további vizsgálatokra van szükség a HIV fertőzöttség tényleges megállapítására.
- Ennek oka, hogy a szűrőteszttel az esetek egy részében ál-pozitív választ kaphatunk. Ál-pozitív eredmények szülehetnek 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 kezeléseik 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 biztonságát 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, lombikbébi programhoz szükséges – vizsgálat alkalmából igénylik a szűrést, azt csak az arra hivatott labor végezheti el nevesített formában!

## **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 húsznál kevesebb alkalmazottat foglalkoztatnak).

### **Milyen ellátás jár a munkavállalónak?**

Az a megváltozott munkaképességű munkavállaló, aki dolgozik ugyan, de nem az eredeti munkakörében, keresetkiegészítésre, illetve átmeneti keresetkiegészítésre 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 öregsgi, sem rokkantsági, sem baleseti rokkantsági nyugdíjra, sem pedig munkaképtelenségi 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 **nyugdíj-biztosítási igazgatóságtól** kell kérelmezni, s az igazgatóság folyósítja.

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

### **MEOSZ Bács-Kiskun Megyei Szervezete**

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

### **Fiatal Cukorbetegek Bács-Kiskun Megyei Egyesülete**

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

### **Vakok- és Gyengénlátók Országos Szövetsége – Bács-Kiskun Megyei Csoportja**

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

### **Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége – Kecskemét**

6000 Kecskemét,  
Tánácsics M. u. 19.  
Tel.: 76/417-865  
baeckiskun@sinosz.hu  
www.sinosz.hu

### **Bács-Kiskun Megyei Nyugdíjbiztosítási Igazgatóság**

6000 Kecskemét, Deák F. tér 5.  
Tel.: 76/519-200  
Fax.: 76/519-280



## VII. A CSALÁD VILÁGA



### A FEJEZET TARTALMA

<b>A házasságkötés</b> . . . . .	91
Élettársi kapcsolat . . . . .	92
<b>Otthonteremtés</b> . . . . .	92
Fiatal házasok otthona . . . . .	92
Albérleti támogatás . . . . .	93
Önkormányzati lakáshitelek . . . . .	93
Fészekrakó program . . . . .	94
Banki lakáshitelek . . . . .	95
<b>Önálló háztartás</b> . . . . .	97
<b>Családtervezés</b> . . . . .	98
<b>Gyermekvállalás</b> . . . . .	99
Juttatások, kedvezmények . . . . .	99
<b>Családi harmónia</b> . . . . .	103
<b>Családi problémák</b> . . . . .	104
Pénzbeli ellátások . . . . .	104
Gyermekvédelem . . . . .	105
Válás . . . . .	106
Haláleset . . . . .	106

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 hétköznapokat, azt élethosszig keresnünk kell. Családod zökkenőmentes működéséhez jártasságot kell szerezned a különböző ügyek intézésében is, mert életünk meghatározó eseményeinek többségét kíséri ilyen hivatali procedúra.

### A 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 vigyél magaddal:**

- hajadonságot/nőtlenséget igazoló igazolást (amelyet az okmányirodán szerezhetsz be)
- születési anyakönyvi kivonatodat
- személyi igazolványodat

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 házassága egyenesági rokonával, valamint
- az örökbefogadónak az örökbefogadottal kötött házassága.

A házasságkötés ingyenes, csak a szolgáltatásokért kell fizetni, mint például a terembérlet, stb. Jelenleg egy 200 fős terem 3500 + ÁFA összegért áll a pár rendelkezésére. A házasságkötéssel kapcsolatos hivatalos ügyeket a Polgármesteri Hivatalon belül az **Anyakönyvi 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.

**OTTHONTEREMTÉS****Fiatal házások otthona**

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

- rendelkezned kell állandó jövedelemmel,
- igazolás kell arról, hogy már egy éve helyi lakos vagy

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

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

**Ügyélfogadás:**

kedd: 8.00-16.00

(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: 8.00-16.00  
 (ebédszünet 12.00-13.00)  
 csütörtök: 13.00-18.00

**Közzeti Földhivatal**  
 6000 Kecskemét,  
 Fecske u. 25.  
 Tel.: 76/481-087, 483-193  
 76/483-261  
 www.takamet.hu

**Mezei Illetékhivatal**  
 6000 Kecskemét,  
 Katona J. tér 8.  
 Tel.: 76/501-820  
 Fax: 501-824  
 illhiv@bkmilletkehivatal.hu

- pályáznod kell a lakásra az önkormányzat lakásosztályán
- vállalnod kell előtakarékoságot, havi 10.000 Ft-ot
- vállalnod kell, hogy 5 év múlva elhagyod a garzont

Évente kb. 3-4 lakás áll a párok rendelkezésére, ezeket pályázathatjátok meg. 5 év múlva, amikor elhagyod a lakást, 700.000 Ft kamatmentes kölcsönt nyújt neked az önkormányzat.

## Albérleti támogatás

Ha nehéz szociális helyzetben vagy és pároddal bérlményben éltek, igényelhetitek a lakbértámogatást. Ehhez nem kell jövedelmet igazolnotok, de az elbíráláshoz szükséges:

- bérleti szerződés (az albérlet tulajdonosával, ahol laksz)
- tulajdoni lap (a lakásé, amit bérelni szeretnétek)
- 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 kell kérned, ahol bővebb felvilágosítást is kaphatsz. A támogatás mértéke maximum havi 14 ezer forint, ezt fele részben az állam, fele részben az önkormányzat állja. A támogatást csak a nem állami vagy önkormányzati bérlakásban élők kérhetik.

## Önkormányzatnál igényelhető lakáshitelek

### Az Első lakáshoz jutók támogatásának igényléséhez

A maximum 700.000 Ft összegű, kamatmentes kölcsönt kérvényre adhatják meg, és tíz év alatt kell visszafizetni. Ha ezért a támogatásért folyamodsz:

- egy éve helyi lakosként kell Kecskeméten élned (bejelentett lakcímen),
- munkáltatói igazolást kell kérnetek, neked és a párodnak is a munkahelyeteken,
- kezeseket kell találnod (olyan embereket, akik vállalják, hogy helyetted visszafizetik a kölcsönt, ha Te valamiért nem volnál rá képes),
- be kell mutatnod a lakásosztályon egy előszerződést vagy szerződést a lakásvásárlásról.

Ha egyedülálló vagy, és lakáshoz szeretnél jutni, akkor is igényelheted ezt a kölcsönt, de ebben az esetben legfeljebb 300.000 Ft-ot kaphatsz. Az első lakáshoz jutók támogatása az önkormányzat lakásosztályán bonyolítható.

## Állami támogatások, avagy a Fészekrakó program

### Állami kezességvállalás

A kezesség a 35 év alatti házastársaknak, élettársaknak, valamint a szintén 35 év alatti, gyermeküket egyedül nevelő személyeknek jár. A lakás vásárlásához mindenképpen szükséges 10 százalék önerő, de ez nem jelent feltétlenül készpénzt. Az önerőbe ugyanis beszámít a szocpol kedvezmény (ennek a hivatalos neve: lakásépítési kedvezmény), a megelőlegezett szocpol, a lakástakarék-pénztári megtakarítás és a munkaadói, valamint önkormányzati támogatás is. A bankok többnyire a vételár felét hitelezik meg „normál” jelzáloghitellel, az állami kezesség az e feletti hitelre szól. A kezesség díja a garantált hitel (egyszeri) 2 százaléka. A lakás vételára is limitált. Új lakás esetén Budapesten és a megyei jogú városokban (Kecskemét is ez) 15 millió, másutt 12 millió forint. Használt lakásnál (ugyanebben a sorrendben) 12 millió illetve 8 millió forint.

### Lakásépítési kedvezmény (közvetlen támogatás)

A lakásépítési kedvezmény (vagy régi nevén „szocpol”) egy vissza nem térítendő támogatás, melyet gyermeket nevelő családok, valamint gyermeket vállaló fiatal házaspárok kaphatnak meg. A támogatás alanyi jogon jár, igényléséhez azonban már házastársaknak kell lennetek. A támogatást csak újonnan épített ház vagy lakás megvásárlására, illetve saját ház vagy lakás építésére lehet igényelni.

A támogatás mértéke (2007-ben):

- 1 gyermek után 900.000 Ft
- 2 gyermek után 2.400.000 Ft
- 3 gyermek után 3.800.000 Ft
- 4 gyermek után 4.600.000 Ft
- minden további gyermek után további 200.000 Ft
- más eltartott családtagok után személyenként 30.000 Ft

### Megelőlegező kölcsön

40 év alatti gyermektelen vagy 1 gyermeket nevelő házaspárok igényelhetik új lakás vásárlásához, vagy új ház építéséhez. Élettársi kapcsolat ehhez a támogatáshoz nem elegendő. Akieknek még nincsen gyermekük, azok 2 gyermeket vállalhatnak, s erre a lakásépítési kedvezménnyel megegyező, 2.400.000 Ft támogatáshoz juthatnak. Akieknek már van 1 gyermekük, további gyermek bevállalásával 1.500.000 Ft támogatással növelhetik az 1 gyermek utáni 900.000 Ft-os támogatást. Használt lakóingatlan vásárlásához megelőlegező kölcsön nem igényelhető.



### **Fiatalok otthonteremtési támogatása (fél szocpol kedvezmény)**

Csak használt lakás vásárlására, illetve olyan lakásbővítéshez használható fel a fél szocpol, amelynek eredményeképpen a meglévő lakás legalább egy lakószobával bővül. Igénybe vehetik a 35 év alatti fiatal házaspárok, élettársak, valamint a gyermeküket egyedül nevelő személyek. Összege: egy gyermek esetén 450 ezer, két gyermek esetén 1,2 millió, három gyermek esetén 1,9 millió forint. Minden további gyermek után 100 ezer forint jár. A vásárolandó lakás vételára Kecskeméten (megyei jogú város) legfeljebb 12 millió, kisebb településeken 8 millió forint lehet.

### **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 legyetek. Feltétel, hogy a kölcsön összege nem haladhatja meg az általatok kiválasztott ingatlan vételárának kilencven százalékát, illetve a bank által meghatározott hitelbiztosítéki (menekülési) értéket.

A program része, hogy ezentúl a közalkalmazottak (ha legalább három éve közalkalmazotti jogviszonyban állnak) is igénybe vehetik az eddig csak köztisztviselőknek járó kedvezményeket, azaz a kölcsönösszeg elérheti a hitelbiztosítási érték 100%-át. Kiterjed rájuk az állami garanciavállalás is, amely a kamattámogatott hitel jelzővel nem biztosított részére szól, és erre a közalkalmazottnak nem kell garanciadíjat fizetnie. A közalkalmazotti jogviszony megszűnése után is megmarad az állami garancia, de akkor már meg kell fizetni a garanciadíjat.

Ha komolyan foglalkoztat a gondolat, hogy élsz a Fészekrakó program kínálta lehetőségek valamelyikével, mindenképpen tájékozódj, keresd fel a bankokat és válaszd ki a neked leginkább megfelelőt.

### **Banki lakáshitelek**

Természetesen nem csak támogatott, hanem piaci kamatozású hiteleket, devizában nyújtott hiteleket is igényelhetek, de ezek sajátosságairól, valamint kockázatairól mindig pontosan és részletesen tájékozódni kell. Gyakran csábítóak a hosszú futamidők vagy az alacsonyabb kezdő törlesztő részek, de csak ez nem lehet szempont. Ne feledjétek, hogy egy lakáshi-

telt törlesztésének elmulasztásával pont a család egyik alapját – az önálló otthonotokat veszélyeztetitek! A legkedvezőbb ajánlatért széleskörűen érdeklődjetek, 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 igazolványra
- adókarttyára, TB kártyára
- munkáltatói igazolásra (minimum 3 hónapos munkaviszony)
- ingatlanfedezetre (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-péztár**

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

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

A lakástakarék-péztári konstrukció mindenki számára elérhető, államilag támogatott, lakáscélú megtakarítási lehetőség. Három részből áll:

- az ügyfél rendszeres lakástakarék-péztárba 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.



## **KÖZÜZEMI SZOLGÁLTATÓK**

### **UPC DIRECT**

#### **Mol-Sat Antenna Szaküzlet**

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

### **Puchardt Antenna szaküzlet és szerviz**

6000 Kecskemét,  
Vörösmarty u. 1.  
Tel.: 76/486-770

### **Fibernet Zrt.**

6000 Kecskemét,  
Bajcsy Zs. Krt. 8.  
Tel.: 76/570-310  
Kék szám: (40) 200-424  
[www.fibernet.hu](http://www.fibernet.hu)

### **PR - Telecom Zrt.**

6000 Kecskemét,  
Lóverseny u. 1.  
Tel.: 76/320-777  
Információs és  
hibabejelentő szám: 1231  
[info@pr.hu](mailto:info@pr.hu)  
[www.pr.hu](http://www.pr.hu)



## KÖZÜZEMI SZOLGÁLTATÓK

### **Bácsulv Rt.**

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

Ügyfélfogadási idő:

H-Cs.: 7.30-15.30 óráig  
Pénteken: 7.30-15.00 óráig  
Hibabejelentés éjjel-nappal:  
+36 76/511-599, 415-100  
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](http://www.egaz-degaz.hu)

### **Dél- Magyarországi Áramszolgáltató Részvénytársaság**

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

### **Városgazdasági Kft.**

Kecskemét, Béke fasor 71/a  
Tel.: 76/501-926  
Ügyfélfogadás:  
Hétfőtől csütörtökig: 8-15  
Pénteken: 8-12 óráig

### **TERMOSTAR Hőszolgáltató Kft.**

Kecskemét, Akadémia krt. 4.  
Tel: 76/50-40-40  
Hibabejelentés: 76/48-18-18  
[www.termostar.hu](http://www.termostar.hu)  
Ügyfélfogadás:  
Hétfő-kedd-szerda: 7.30-15.15  
Csütörtök: 7.30-17.30  
Péntek: 7.30-12.00

## 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, szükséged van olyan alapvető dolgokra, mint víz, gáz, elektromos áram, kábeltevé, 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, szerződés kell kötnötök a szolgáltatásról, amelyet igénybe kívánsz venni.

A legtöbb közüzemi díjat már a bankszámládról is átutaltathatod, de választhatod a csekken való befizetést is. A bankszámládról a bank az általad megadott időpontban utalja át a díjat, és ezért a szolgáltatásért – csakúgy, mint a pénz kezeléséért – költségeket számol fel. Mielőtt döntesz, hogy átutalásos vagy csekk befizetési 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 jelezd a szolgáltató(k) felé, hogy rendezni kívánod az elmaradást. Szinte valamennyi szolgáltatónál van lehetőség átütemezést vagy részletfizetést kérni. Azon túl, hogy egyenesebb dolog, még kifizetődőbb is felvállalni ezt a situációt, mert tartós adósság után egyszerűen kikapcsolják nálad a szolgáltatást. A visszakapcsolás pedig külön pénzbe és nem utolsó sorban sok-sok idődbe kerül!

### **Szelektív hulladékgyűjtés**

Ha a háztartásokban keletkező hulladékot szelektíven, vagyis anyagfajtánként külön, egymástól elkülönítve gyűjtöd, az így gyűjtött hulladék újrahasznosítható. A hulladék tehát nem szemét, hanem érték lesz – tartsd ezt szem előtt!

**Szinesüveg-gyűjtő tartály – ZÖLD, Fehéruveg-gyűjtő tartály – FEHÉR, Fémgyűjtő tartály – SZÜRKE, Műanyaggyűjtő tartály – SÁRGA, Papírhulladék-gyűjtő tartály – KÉK.**

## CSALÁDTERVEZÉS

A házasságról, családról és gyámságról rendelkező törvény és a gyermekvédelmi törvény segít neked eligazodni a család-dal 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 ellátásáról gondoskodik. Úgynevezett szülői felügyeleti joghoz hasonló gyámi tisztséget szerez, ezzel igényt formálhat a gyermek után járó ellátásokra, valamint jogosult a gyermek képviselőtére.

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 megelőzhető a nem kívánt terhességek és terhességmegszakítások.

Az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat Kecskemét Városi Intézetében működő **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 szemlélyre 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), fiatalkorúak házasság előtti tanácsadása.
- Családvédelmi tanácsadás, családtámogatási ellátási formák rendszere, igényelhetősége, tanácsadás súlyos válsághelyzetben lévő, a terhességmegszakítás gondolatával foglalkozó párok (nők) részére.

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

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

### ÁNTSZ – Kecskeméti – Kiskunfélegyházi – Kunszent- miklósi Kistérségi Intézet Családvédelmi Szolgálat

6000 Kecskemét,

Széchenyi körút 12. 2. emelet

Tel.: 76/494-883, 76/516-294.

### Család- és Nővédelmi Tanácsadó

6000 Kecskemét,

Piaristák tere 7. I. em.

(rendelőintézet)

H-Cs: 8.30-11 óráig

P: 8.30-10.30 óráig

### Szexológiai szakrendelés

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.

H: 12-14 óráig

### Most Van Holnap 12-18 éveseknek

munkanap 15 órától-19-ig:

Tel.: 06-80/202-030

Partnerkapcsolati és ezzel összefüggő egészségügyi tanácsadás fiataloknak

### Magyar Család- és Nővédelmi

### Tudományos Társaság

1024 Budapest, Keleti K. u. 5-7.

Tel.: 1/3456 722

Fax: 1/3456 678

mcsnnt@doki.net

www.novedelem.hu és

www.szexinfo.hu

### Kecskemét-Széchenyivárosi Közösségépítő Egyesület

6000 Kecskemét, Irinyi u. 62.

Tel./Fax: 76/488-785

holnap6000@freemail.hu

www.holnaphonlap.hu

### Család munkacsoport

6000 Kecskemét, Pelikán u. 17.

Tel.: 76/493-077

htibor@mail.externet.hu

www.holnaphonlap.hu

**Sürgősségi fogamzásgátlási tanácsadás**

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

**Gyermeknőgyógyászat**

6000 Kecskemét,  
Izsáki út 5. (kórház)  
Tel.: 76/516-900/8240  
Csütörtök: 14-16 óra  
Péntek: 11-13 óra

**Tinédzser Ambulancia**

6000 Kecskemét,  
Izsáki út 5. (kórház)  
Tel.: 76/516-900/8240  
hétfő, szerda: 14-16 óra

**Szülészeti-Nőgyógyászati Szakrendelők**

6000 Kecskemét,  
Csabai krt. 64. I. em.  
hétfőtől péntekig 8-12,  
14-16 óráig

6000 Kecskemét,  
Izsáki út 5. II. em. (kórház)  
hétfőtől péntekig: 8-12 óráig

6000 Kecskemét,  
Piaristák tere 7. I. em.  
(rendelőintézet)  
hétfőtől péntekig:  
9-13 óráig

**Genetikai tanácsadó**

6000 Kecskemét,  
Izsáki út 5.  
hétfő, szerda 10-12 óráig

**Terhesgondozó**

6000 Kecskemét,  
Piaristák tere 7. I. em.  
hétfőtől csütörtökig  
8-12 és 13-16  
pénteken 8-12 és 13-15 óráig

Kecskeméten, életkorodnak megfelelően Gyermeknőgyógyászat, 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.

**Megszakított terhesség**

A terhesség természetes vagy mesterséges úton és körülmények között szakadhat meg. Az előbbi spontán vetélesnek, az utóbbit művi vetélesnek vagy abortusznak is nevezik. Amennyiben élethelyzetedből adódóan nem tudjtok vállalni a gyermeket, akkor forduljatok a Családvédelmi Szolgálathoz (CSVSZ), ahol kérelmezhetitek a művi terhességmegszakítást. Az abortuszt csak a törvényben rögzített indokok alapján lehet elvégezni. E feltételekről a CSVSZ munkatársai részletes felvilágosítást adnak. A terhesség a 12. hétig – 18 éves kor alatt a 18. hétig – szakítható meg. Ha még nem töltötted be a 18. életévedet, akkor valamelyik szülőd nyilatkozata is szükséges. A műtét maximális térítési díja jelenleg 15 000 Ft, melyet a TB-nek kell csekken befizetni, de különböző szociális ellátások igazolásával kedvezmény adható. A műtét előtt és után fellépő „vesztésgélménynt” fel kell dolgozni, hiszen a beavatkozás egy életen át végigkíséri az érintetteket.

**GYERMEKVÁLLALÁS**

**Amennyiben gyermeket vársz,** keresd fel nőgyógyászd – 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 60 napon belül, formanyomtatványon kell az illetékes Magyar Államkincstár Bács-Kiskun Megyei Területi Igazgatóságánál. Összege 2007-ben 60.367 Ft (ikergyermekek esetén 80.490 Ft).

**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. életévének betöltéséig veheted igénybe. Az ellátásra igényedet a munkáltatodnál, vagy a Megyei Egészségügyi Pénztárnál kell bejelentened.

Összege nem lehet magasabb 91.700 forintnál. Az összegből 8% nyugdíjjárulékot és személyi jövedelemadó-előleget vonnak le. Munkát GYED mellett nem vállalhatsz!

**GYES – Gyermekgondozási segély**

Igénybe veheti a szülő, nagyszülő (a gyermek első életévét követően) a gyermek 3 éves koráig, ikergyermekek esetében a gyermekek tankötelessé válása évének végéig (tartósan beteg gyermek esetén 10 éves korig).

Igényelni a Magyar Államkincstár Területi Igazgatóságán kell. Összege az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegével azonos. Összege 2007-ben 26.830 Ft, ikergyermekek esetén 53.660 Ft – ebből levonnak 8% nyugdíjjárulékot is. A GYES alatt – az új TB jogszabály alapján – napi 8 órás munkát is vállalhatsz a gyermek 1 éves kora után.

**GYET – 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 GYET alatt 4 órát meg nem haladó időtartamban dolgozhatsz, vagy időkorlátozás nélkül – ha a munkavégzésed otthon történik. (2007-ben 26.830 Ft)

**Családi adókedvezmény**

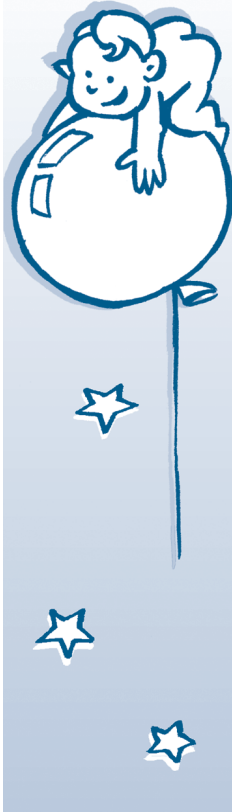
Az egy és kétgyermekes családok adókedvezménye megszűnt, beépítették a családi pótlékba, összege pedig gyermekenként 4000 forintra csökkent havonta, a három és több gyermeket nevelő családok azonban igénybe vehetik a családi adókedvezményt.

**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

Az állam minden megszülető gyermek javára támogatást biztosít, amit a gyermek 18. életévének betöltését követően vehet fel. A támogatásra jogosító babakötvény összege 2007-ben gyermekenként 40.000 Ft.

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 babakötvényrel 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.

### Családi pótlék

A társadalombiztosítási kifizető helytől, egyéb esetben a Magyar Államkincstár Családtámogatási Osztályától igényelheted. Csak akkor jár a családi pótlék, ha a gyermek:

- még nem tanköteles, vagy
- tankötelezettsége még nem szűnt meg, vagy
- általános iskolai, középiskolai, szakiskolai tanulmányokat folytat, annak a tanévnek a végéig, amelynek időtartama alatt betölti a 23. életévét.

### Összege 2007-ben:

- 1 gyermekes család esetén: 11.700 Ft
- 1 gyermeket nevelő egyedülálló esetén: 12.700 Ft
- 2 gyermekes család esetén gyermekenként: 12.700 Ft
- 2 gyermeket nevelő egyedülálló esetén: 13.800 Ft
- 3 vagy több gyermekes család esetén gyermekenként: 14.900 Ft
- 3 vagy több gyermeket egyedül nevelő esetén: 15.900 Ft
- tartósan beteg vagy súlyosan fogyatékos gyermekre: 22.300 Ft
- tarósan beteg, vagy fogyatékos gyermekre egyedülálló: 24.400 Ft
- 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, 19.400 Ft,
- gyermekotthonban, 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 13.800 Ft
- 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, közép- vagy szakiskolai tanulmányokat folytató nagykorú személynek, annak a tanévnek a végéig, amelynek időtartama alatt betölti a 23. életévét (akinek mindkét szülője, illetve a vele egy háztartásban élő egyedülálló vagy házastársától különélő szülője elhunyt, aki kikerült az átmeneti vagy tartós nevelésből, akinek a gyámsága nagykorúvá válása miatt szűnt meg) 13 800 Ft.

**Rendszeres gyermekvédelmi kedvezmény**

A gyermek szociális helyzete alapján az alábbi kedvezmények igénybevételére jogosult:

- gyermekétkeztetés kedvezménye
- évi egyszeri támogatás
- ingyenes tankönyv
- egyéb kedvezmények.

Annak adható, akinek családjában az egy főre jutó havi jövedelem összege nem haladja meg az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegének 110%-át, (2007-ben 29.843 Ft) amennyiben:

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

Egyéb esetekben is adható annak, akinek családjában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegét, (2007-ben 27.130 Ft) feltéve, hogy az egy főre jutó vagyon értéke nem haladja meg a 7 millió Ft-ot.

Ekkor a következő személyeknek adható:

- szülő, a szülő házastársa vagy élettársa,
- 20 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező gyermek,
- 23 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező, a nappali oktatásban tanuló,
- 25 évesnél fiatalabb, önálló keresettel nem rendelkező, felsőoktatási intézmény nappali tagozatán tanuló,
- korhatárra való tekintet nélkül a tartósan beteg, illetőleg a testi, érzékszervi, értelmi, beszéd vagy más fogyatékos gyermek,
- a szülő vagy házastársa által eltartott rokon.

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.

A jogosultságot a jegyző 1 évre állapíthatja meg.

**NAGYKORÚ ELTARTOTTAK****Eltartók és eltartottak**

**Eltartó** lehet például a biztosított személyeken túl a nyugdíjas, a táppénzben, terhességi vagy gyermekágyi segélyben, GYED-ben, GYES-ben, különböző járadékban, ápolási díjban részesülő személy, a nappali tagozatos, egészségügyi szolgáltatásra jogosult tanuló.

**Eltartott hozzátartozóként** a közeli hozzátartozó és az élettárs jogosultsága állapítható meg.

**Közeli hozzátartozó a**

- házastárs;
- egyeneságbeli rokon (pl. nagyszülő, unoka);
- örökbefogadott, mostoha- és nevelt gyermek;
- örökbefogadó-, mostoha- és nevelőszülő, illetve a
- testvér.

**Az állam nem fizet tovább** az eltartott nagykorúak egészségügyi ellátásért. 2007. áprilistól egészségügyi szolgáltatói díj ellenében jogosultak az alapvető (természetbeni) ellátásra.

A jogszabály nem vonatkozik a nappali tagozatos egyetemi hallgatókra és a nyugdíjasokra. A jogosultakat és a biztosítottakat nyilvántartó Országos Egészség Pénztár levélben értesíti azokat, akiket egyik kategóriába sem tüntet fel a rendszer.

Jelenleg az eltartójával azonos bejelentett lakóhelyen és közös háztartásban élők, azaz nagykorú eltartottak nyilatkozat ellenében automatikusan joga-

sultak természetben egészségügyi ellátásra. Feltéve, ha jövedelmük nem több 19 650 forintnál. Utánuk az állam a központi költségvetésből fizeti meg a természetbeni egészség-biztosítási járulékat.

Április elsejétől azonban, ahhoz, hogy jogosultta válhassanak, egészségügyi szolgáltatási járulékat kell fizetniük a lakóhelyük szerint illetékes adóhivatalnál.

A díj mértéke a március első napján érvényes minimálbér 15 százaléka (a 2007. január 1-jétől érvényes 65.500 Ft-os minimálbér után 9825 forint).

A járulékfizetési kötelezettség kezdetétől számított 15 napon belül kell bejelentkezniük az adóhivatalhoz. A bejelentéshez szükségük van egy speciális nyomtatványra, amelyhez csatolni kell a két fél (eltartó, eltartott) nyilatkozatát arról, hogy közös háztartásban élnek.



### 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 időszakszerűen létfenntartási gondokkal küzd vagy létfenntartását veszélyeztető élethelyzetbe kerül. Összege a gyermekenként 5.426 Ft és a családonként 271.300 Ft között mozoghat.

**Ingyenes tankönyvellátásra** jogosult a nappali rendszerű oktatásban résztvevő tartósan beteg vagy három illetve többgyermekes családban élő, továbbá egyedül álló szülő által nevelt, vagy 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 köteles az igényt teljesíteni.

## CSALÁDI HARMÓNIA

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: 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 teremsz az új családban.

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

## CSALÁDI PROBLÉMÁK

Ha olyan problémád van a családban, melyet úgy érzed, segítség nélkül már nem tudsz megoldani, keresd fel a **Családsegítő Szolgálatot!** A szolgálat feladata segítség 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. Rajtuk kívül további önkormányzati intézményekhez és civil szervezetekhez is fordulhatsz!

### 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 családjá vagyoni, jövedelmi viszonyairól nyilatkozzék, és 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 nyugellátásra 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 fognak értesítést küldeni a segély összegéről. A módosítás jelentősége, hogy így közelíteni lehet egymáshoz a segélyezett családok 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.

#### **Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága Családsegítő Szolgálat**

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.  
Tel.: 76/507-630, 76/506-084  
Telephely: Széchenyi sétány 4.

Tel.: 76/323-843

Ügyfélfogadás:

H: 8-16, K: 12-16, Sz: 8-16

Cs: 8-18, P: 8-14

kmetsaladsegito@freemail.hu

#### **Polgármesteri Hivatal Családvédelmi Osztály**

6000 Kecskemét, Kossuth tér 1.  
Tel.: 76/512-216, 512-217

Ügyfélfogadás:

H-K-Sz.: 8.00-16.00

Csütörtök: 8.00-18.00

Péntek: 8.00-13.30

nepjolel@kecskemethu

#### **Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága Támogató Szolgálat és Mentori Szolgálat**

Fogyatékkal élők szállítása személyi segítése  
Kecskemét, Nyíri út. 75/a  
Tel.: 76/504-788

#### **TELEFONOS SEGÉLYSZOLGÁLATOK**

##### **NaNE! – Nők a nőkért Bántalmazott nőknek és gyerekeknek.**

Minden nap 18-tól – 22-ig  
(Szerda szünnap)

Tel.: 06-80/505-101

1447 Budapest, Pf. 502.

info@nane.hu, www.nane.hu

##### **ESZTER Ambulancia Erőszakot Elszenvetettek Rehabilitációja:**

Tel.: 1/466-9872

Postacím: 1525 Budapest Pf. 41





**Egészségügyi és Szociális  
Intézmények Igazgatósága  
Gyermekjóléti Szolgálat**

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.  
Tel.: 76/507-780, 76/507-781  
jogyerrek@freemail.hu

**Egészségügyi és Szociális  
Intézmények Igazgatósága  
Gyermekek Átmeneti Otthona**

6000 Kecskemét, Ipoly u. 1.  
Tel.: 76/418-121

**Magyar Máltai  
Szeretetszolgálat  
Családok Átmeneti Otthona**

Kecskemét, Hoffmann J. u. 11.  
Tel.: 76/485-505, 76/485-696

**Bács-Kiskun Megyei  
Gyermekvédelmi  
Szakszolgálat**

6000 Kecskemét, Balaton u. 24.  
Tel.: 76/503-340

**GYERMEKJOGI KÉPVISELŐ**

**Kátainé Lusztig Ilona**

6000 Kecskemét,  
Balaton u. 24.  
Tel.: 06-20/489-96-23  
tgyesz.kmet@axelero.hu

**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. Összege 2007-ben 21.464 Ft és 34.879 Ft között mozoghat, az ápolott beteg betegségének súlyosságától függően.

**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 állapít 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 eltemetéséről 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.

**Gyermekjólét, gyermekvédelem**

**Gyermekek átmeneti otthona**

A **Gyermekek 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** segítségét kérheti a gyermek (telefonon, fogadóórán, gyermekotthonban), kérheti a gyermek szülője, törvényes képviselője illetve a gyermekönkormányzat, a gyámhivatal és az érdekképviseleti fórum.

A gyermekjogi képviselő megtalálható minden gyermekvédelmi gondoskodást ellátó intézményben, ahol fogadóóráját kötelei 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.

## VÁLÁS

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

Formailag viszonylag gyorsan felbontható. Keresd polgári peres ügyvédet, add be a bíróságra a válókeresetet. A bírósági ítélethirdetés után menjetek el az **Anyakönyvi Hivatalba**. Ott 5000 Ft. személyi igazolványok és a bírósági ítélet alapján kiállított jegyzőkönyv szükségesek ahhoz, hogy válások után a névváltoztatás is hivatalossá váljon.

Persze lelkileg ez egyáltalán nem ilyen egyszerű! Ahhoz, hogy válások 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**. Célszerű már a konfliktusok kezdetén ezt megtennetek.

## HALÁLESET A CSALÁDBAN

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 szerint 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.

### 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

Ügyfélfogadás:  
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: 8.00-16.00

(ebédszünet 12.00-13.00)

Csütörtök: 13.00-18.00



## Temetés

Temetést általában egy-egy temetkezési vállalkozó intéz, és ők gondoskodnak a szertartás minden pontjáról, illetve ha megbízást adsz és kifizeted, esetleg vállalják 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 lelkipásztornodnál. Az egyházi temetést az egyházak hitéleti tevékenységének, vallási szokásainak tiszteletben tartásával tartják.

## 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.

Igényeddel a **Nyugdíjbiztosítási Igazgatóság**hoz fordulhatsz, 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.

### HASZNOS HONLAPOK

[www.magyarorszag.hu](http://www.magyarorszag.hu)

[www.csalad.lap.hu](http://www.csalad.lap.hu)

[www.pkm.hu](http://www.pkm.hu)

[www.szexinfo.hu](http://www.szexinfo.hu)

[www.fogamzasgatlas.hu](http://www.fogamzasgatlas.hu)

[www.szulocsatorna.hu](http://www.szulocsatorna.hu)

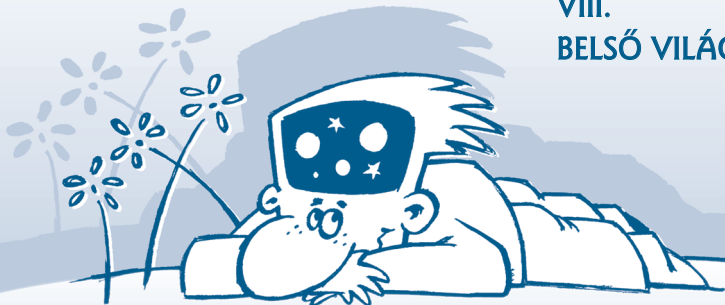
[www.babanel.hu](http://www.babanel.hu)

[www.koloknet.hu](http://www.koloknet.hu)

[www.csaladinet.hu](http://www.csaladinet.hu)

[www.holnaphonlap.hu](http://www.holnaphonlap.hu)

## VIII. BELSŐ VILÁGOD



### Az önismeret

Ma már a csapból is ez a téma folyik. Igencsak elcsépeltnek 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 rágód magad, irigyen, szemed sarkából figyeled azokat a társaidat, akik olyan magabiztosnak tűnnek, és töröd a fejed, hogy ők vajon hogyan csinálják... aztán talán bedólsz Te magad is egy-két „hogyan legyen bűbajos” mesterkéltnél módszernek.

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 vesszük 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, fordulj bátran családtagaidhoz, barátaidhoz vagy keress fel hozzá(d)értő szakembert.

### A FEJEZET TARTALMA

**Az önismeret** . . . . . 108

A nemi identitás . . . 109

**Lelki egészségünk** . . . 109

**Lelki zavarok, betegségek** . . . . . 110

Évészavarok . . . . . 111

Félelem, szorongás . . 112

Depresszió . . . . . 113

Öngyilkosság . . . . . 113

**Szenvedélyeink** . . . . . 115

Játékszenvedély . . . 116

Internet-függőség . . 116

Vásárlási szenvedély . 117

Drogfüggőség . . . . . 118

Ellátás . . . . . 119

**Fedél nélkül** . . . . . 120

**Nincs mit enned?** . . . 121

**Nem vagy egyedül** . . 121

## SEGÉLYSZOLGÁLATOK

### **KÉK VONAL – Gyermek- és Ifjúsági Telefonszolgálat**

Tel.: 06-80/505-000  
naponta: 13.00-21.00 óráig  
[www.kek-vonal.hu](http://www.kek-vonal.hu)  
[emil@kek-vonal.hu](mailto:emil@kek-vonal.hu)

### **Országos Kríziskezelő és Információs Telefonszolgálat**

Tel.: 06-80/205-520  
krizis-telefon 1@chello.hu

### **Csellengők és életjel**

Tel.: 1/269-5550

### **Meleg háttér**

Minden nap: 18 órától-23-ig  
Tel.: 1/329-3380  
80/505-605

[www.hatter.hu](http://www.hatter.hu)  
[hatter@hatter.hu](mailto:hatter@hatter.hu)

Telefonos segélyszolgálat és információ homo- és biszexuálisok, valamint családtagjaik és barátaik számára.

### **Labrisz Leszbikus Egyesület**

1395 Budapest, Pf. 408  
Email.: [labrisz@labrisz.hu](mailto:labrisz@labrisz.hu)  
[www.labrisz.hu](http://www.labrisz.hu)

Egyesület a nők szexuális kisebbségeinek a társadalom minden területén megnyilvánuló hátrányos megkülönböztetése ellen.

### **Habeas Corpus – közhasznú jogvédő egyesület**

Levélcím:  
1364 Budapest Pf. 31  
Tel.: 06-30/996-5666  
szerdánként 16-18 óráig  
[www.habeascorpus.hu](http://www.habeascorpus.hu)  
A testtel, a szexualitással kapcsolatos önmegvédelmi jogokat védi.

## A nemi identitás

Vagyis, hogy az egyén melyik nemhez tartozónak érzi 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 érzi 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 nemünknek megfelelnek, azaz a megfelelő nemi szerepeket.

Azonban ez nem mindenkinél megy ilyen simán. A nemi identitás zavarásával küzdők problémája, hogy az anatómiai nemük és az általuk átélt nemi hovatartozás között eltérés van. Tehát valaki férfinak születik, de nőnek érzi magát, vagy fordítva, nőnek születik, de férfinak érzi 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. Transzszexualitásról beszélünk akkor is, mikor valaki lebeszélhetetlenül vágyik arra, hogy ellenkező nemű legyen.

## LELKI EGÉSZSÉGÜNK

### **Mikor vagyunk egészségesek? Mit értünk lelki egészség alatt?**

Sigmund Freud, híres pszichológus úgy fogalmaz: „Egészséges az, aki dolgozni és szeretni tud”.

Két oldalról közelíthetjük meg a lelki egészség, vagyis az, hogy ki „normális”.

- Egyfelől azt mondhatjuk, hogy a normalitás az átlagos viselkedés, amely nem lóg ki a sorból, amelyiknek nincsen túlzott vonása. Ez a megközelítés az egészséget a betegség felől határozza meg. A hiányra koncentrálnál, és úgy tartja, egészséges ember az, akinek nincs betegség tünetei.

- Másfelől abból is kiindulhatunk, hogy a normalitás egy kiváltságos 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. A negatív érzések (düh, szorongás, gyűlölet, kétségbeesés) megfogalmazása nehezebb, problematikusabb, ugyanakkor türelmetlen háritást is kelthet a szenvedő alany környezetében. Sokszor nem vesszük komolyan, nyafogásnak, hisztinek tartjuk. Úgy tűnik, csak a testi betegségnek van becsülete.

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, félelemmel 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, amit sokan szégyennek, megbélyegzésnek tartanak.

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 nem hagyományos értelemben vett betegségről van szó.





### ***A következő oldalakon néhány fiatalokra is jellemző lelki zavarról olvashattok!***

Mindenek előtt fontos tisztázni, 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 jellemében változás történt (pl: sokkal ingerlékenyebb, feszültebb az illető)

### **EVÉSZAVAROK**

Az evési rendellenességek olyan betegségek, melyek következtében valaki (többnyire fiatal lányok) olyan abnormalis evési szokásokat tesz magáévá, melyek az egészségét és néha az életét is veszélyeztetik. Ilyen evészavar az *anorexia nervosa* és a *bulimia*. Mindkettő orvosi kezelést igényel.

#### **Anorexia**

Az *anorexia nervosa* olyan evési rendellenesség, mely a túlsúlytól való rettegéssel tölti el a fiatalt.

#### **Jellemző tünetei:**

- egy gramm súlyfeleslegtől is retteg, betegesen szenved az elhízástól
- legalább 15%-kal a normálisnak tekinthető súlya alatt marad
- akkor is „túl kövérnek” látja magát, amikor nyilvánvalóan túl sovány, nagyon vigyáz arra, hogy mit eszik
- mindig fogyózik
- akkor is tagadja, hogy éhes, amikor valójában majd éhenhal
- soványsága következtében menstruációja rendszertelenné válik, vagy teljesen elmarad
- az iskolában általában mintagyerek, aki mindig jó jegyeket kap

Alultápláltsága lassan elkezdi káros hatást gyakorolni a belső szerveire: vérnyomászavarok, szívverése is abnormálisan lelassulhat, vérszegénység és székrekedés is felléphet. Leggyakoribb a 14-18 éves lányok körében. Hozzá tartozik az igazsághoz, hogy életveszélyes betegség! 10-ből 1 anorexiás eset halálos kimenetelű!

## Bulimia

Ez olyan evészavar, amelyet „zabálások” jellemeznek – nagy mennyiségű étel elfogyasztása rövid idő alatt. A beteg a zabálást hányással, hashajtókkal, koplalással vagy szigorú diétákkal próbálja ellensúlyozni.

- legalább hetente 2x bezabál, ezután meghányatja magát, minimum három hónapon keresztül
- normális súlyukat tartják
- teljes titokban tartják a hányásokat, hashajtókat
- súlyos orvosi problémákhoz vezethet (pl: gyomorvérzés, nyelőcsőszakadás, hasnyálmirigy-gyulladás)

### 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 páni félelem. **A kényszer** teljesen értelmetlennek tartott gondolat vagy cselekvés, amelynek távoltartása heves, kínzó szorongással jár. Mindkét esetben tisztában van az egyén ennek értelmetlenségével, irracionálisával, mégis teljesen megköti ez a félelem.





### **Iffjúsági Mentálhigiénés Gondozó**

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.  
(kórház)

Tel.: 76/516-945

### **Lelki Elsősegély Telefonszolgálat**

Tel.: 06-80/505-511

szerda, péntek, szombat 18-  
másnap reggel 6 óráig hívható



## **DEPRESSZIÓ**

Leggyakoribb tünete a hangulati lenyomottság. Ráadásul 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 gondolattal 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. háziaszszonyinak a főzés, vagy a zenés, aki csak ül a hangszer előtt...

### **Jellemzői:**

- lelassul a gondolkodás
- érzelmvezéreltté válik
- fáradékony, gyengeség, erőtlenség
- a mozgás is lelassul
- állandó szorongás
- alvászavar
- általában valamilyen testi betegség társul hozzá

## **Öngyilkosság**

Sokan úgy gondolnak erre a lehetőségre, mint egy „kiskapura” az életük folyamán. Vannak, akiknek gyakran eszébe jut, és vannak, akiknek egész életük folyamán csak néhányszor fut át ez a gondolat a fejükön. Nincs olyan ember, akinek legalább egyszer, de inkább többször, ne jutott volna eszébe az öngyilkosság lehetősége. Aki ezt tagadja, az valótlant állít. Sok, öngyilkosságot fontolgató ember számára nem látszik más kiút. Olyan átmeneti problémánál is ezt az utat látják megoldásnak, amely néhány hét múlva egészen más fényben tűnik fel (persze, ezt előre semelyikünk sem tudja). A legtöbben, akik saját életük kioltásán gondolkodtak már, most örülnek, hogy élnek.

Ha valakinek depressziós gondolatai vannak, a dolgokat egy szűk perspektívában szemléli. Ilyen esetben ezért is nagyon fontos beszélni valakivel! Legyen az családtag, barát, vagy egy megbízható ismerős, esetleg egy hivatalos helyen egy szakmai segítő. A beszélgetés nagy megkönnyebbülést jelenthet!

### **Te is segíthetsz!**

Tény, hogy nem minden esetben kell orvoshoz, pszichológushoz, vagy a pszichiátriára rohannod és SOS jeleket eregetned, ha környezetedben lelki zavarral élő emberrel találkozol. Lehet, hogy épp Te vagy a legfőbb segítség a számára.

**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;
- zavarbaejtő vagy elfogadhatatlan dolgokat művelnek;
- képtelenek megbirkózni a mindennapi feladataikkal;
- esetleg ellenségesnek tűnnek mindenkivel vagy hozzátartozóikkal szemben.

Ha úgy érzed, van valaki a környezetemben, aki komoly érzelmi problémákkal küzd, vagy a fent említettek bármelyikével, próbáld arra bátorítani, hogy beszéljen az érzéseiről, s esetleg forduljon szakemberhez.

**Hallgatsd 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 szereteted és megbecsüléset!**

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.

**Nevels vele!**

Egy jó film, videó vagy jóleső, vidám emlékek felelevenítése – bármi segít, amitől valaki könnyebben érzi magát, el tud feledkezni egy kis időre a fájdalomról. 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 próbáld 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, mástól vagy általában az életben.

**Megterhelő 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 ezek tisztázásához, valamint hogy képes légy néha elszakadni a gondoktól, amelyeket a szeretteddel való foglalkozás ró Rád. Szükséged van pihenésre! Kérj segítséget a barátoktól, a rokonoktól!

## SZENVEDÉLYEINK

Mindannyiunk életének részét képezik a szenvedélyek. Ezek lehetnek aktív (pl. sport, kirándulás) vagy passzív jellegűek (pl. tv nézés, internetezés), de mindenképpen elmondható róluk, hogy színesítik életünket. Benne rejtőzik azonban a szenvedély szóban a szenved ige is, amely már mutatja a betegség felé vezető utat.

Hiba volna azt hinni, hogy az ember mindig felhőtlen boldogságban éli meg azokat a perceket, órákat vagy talán napokat, amiket a szenvedélyével tölt. Előfordulhat, hogy valójában kínzó szorongását, feszültségét akarja oldani, esetleg elvonási tüneteit csökkenteni így.

Ezen a szinten a szenvedélyt már betegségnek nevezhetjük, és tisztában kell lennünk azzal is, hogy van rá kezelés. (Persze nem feltétlenül szenvedélybeteg mindenki, aki mondjuk füves cigit szív vagy kaszinókba jár.)

Fontos, hogy tudd, nemcsak a különféle szerektől válhatsz függővé, hanem a viselkedésektől is (erre példa a játék-, internet- vagy vásárlási szenvedély)!

## Játékszenvedély

A szenvedélyes szerencsejátékos szeret játszani. Rendszeresen tétet tesz, fogadásokat köt – bármennyi pénzt is kockáztatva ezzel. Őt azonban még nem érte el a kóros játékszenvedély. Beteggé az válik, aki tartósan és ismétlődően hibásan alkalmazkodik a szerencsejáték kihívásaihoz.

**10 meghatározó jegy, amely alapján azt mondhatjuk, hogy gond van (ötnek a megléte esetén beszélhetünk betegségről):**

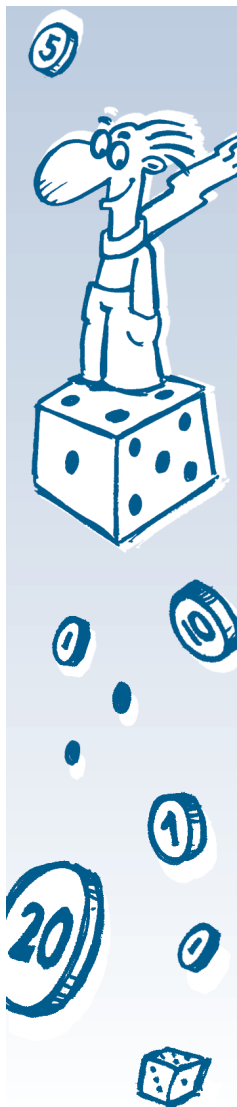
- Idejének nagy részét ez tölti ki.
- Egyre nagyobb tételekben játszik, erre belső készletét érez.
- Többször próbálta már abbahagyni, vagy csökkenteni a tételeket, de nem sikerült.
- Feszült, ingerlékeny, ha valami miatt nem játszhat.
- Ettől várja élete jobbra fordulását.
- Hiába veszít nagyobb összeget, újra kockáztat.
- Sokszor maga előtt se vallja be pénzvesztéseit, mások előtt pedig megszépíti a valóságot.
- Már legalább egyszer elkövetett valamilyen bűncselekményt (lopást, csalást...).
- E szenvedélye miatt már elvesztette állását, vagy fontos kapcsolatát, vagy lehetőséget.
- Amikor már anyagi helyzete reménytelenné vált, akkor is azon töri a fejét, hogy hogyan szerezhetne pénzt.

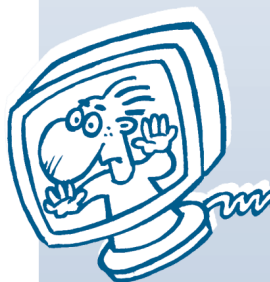
A fentiekből láthatod, hogy nem véletlenül hasonlítják a droghoz, vagy az alkoholfüggőséghez. Persze, nem mindenki beteg, aki egyszer-egyszer bemegy egy kaszinóba vagy a Vidámparkban próbálja ki a szerencséjét. A lottózókra se mondhatjuk, hogy valamennyien egy súlyos szenvedély rabjai. De aki túlzásba viszi, az már nem szabad ember többé: egyfolytában növelnie kell a tétet, hogy korábbi veszteségeit visszahozza (Las Vegas körzetében 2 millió regisztrált (!) szerencsejáték szenvedélybeteg van, Magyarországon 6000-re tehető számuk).

## Internet-függőség

Ma, aki felkapcsolódik az Internetre, máris egy olyan mozgalmas, változó, nyugsgő térbe kerül, ahol nem érezheti magányosnak magát: chatszobák, fórumok, üzenőtáblák, virtuális találkahelyek tömege vár rá.

A kapcsolatok létrehozásának (történjen az haveri, baráti vagy társkeresési szándékkal) elég könnyű módja az Internet. Azért is szeretik annyian, mert „csak” beszélgetni





kell, itt nincsenek dilemmák, hogy „odamenjek-e vagy sem”, vagy „mit is mondjak neki először”, és még az sem, hogy „jól áll rajtam ez a ruha?”. Megvan az esély, hogy az ember megismertesse magát úgy, ahogy ő szeretné, mielőtt a másik megítélné őt, vagy „skatulyába” kerülne. Itt mindenki olyan egyéniséget és arcot épít ki magának, amilyenné lenni akar. És ennek pont ez a veszélye!

Persze, majdnem mindenki szokott kicsit túlozni magáról, pláne, ha egy új ismerőst szeretne meghódítani. Az Interneten a túlzásnak azonban még nagyobb tere van. Itt könnyű nem igazat mondani (pl. a külsőt illetően), ami egy tényleges találkozásnál lehetetlen. Az Interneten nincs lehetőség (egyelőre) olyan visszajelzésre, mint az élőbeszédben, mivel kimarad a gesztikulálás. A gép előtt ülve, a gátlásoktól megszabadulva, a kommunikáció gyorsan intimmé válhat. Viszonylag hamar el lehet jutni egy olyan pontra, amikor az ember olyan dolgokat „mond” ki, amiket nem tenne egy „valós” kapcsolat ennyire korai szakaszában. Pedig igazából nem is tudjuk, hogy ki ül a másik monitor előtt!

### **És mikortól beszélhetünk függőségről?**

Amikor már időben mindent felülmúl, emellett minden egyéb fontos dolog (suli, tanulás, munka, barátok, család stb.) háttérbe szorul, vagy teljesen lényegtelenné válik. Gyakori a késő éjszakába nyúló böngészés, észre sem véve, hogy 3-4-5 óra a gép előtt meredve telik el.

Ugyanakkor fontos megemlíteni, hogy a fentiek nem törvényszerűen következnek, hiszen mindezeket lehet jól, hasznosan, számunkra építően is használni. Az Internet lehet információforrás, de olyan fórum is, ahol számodra fontos témákról eszmecserelelhetsz, így tágitva látóteredet. És hát a számos érdekes és hasznos oldal! Olyan lehetőséget kínálnak számunkra, amikkel érdemes élni! Csak mértékkel!

### **Vásárlási szenvedély**

Általában jellemző a vásárlásfüggő emberekre, hogy, ha rájuk tör a vásárlási vágy, mindent megvesznek, ami az útjukba kerül, egészen addig, amíg minden pénzüket el nem költik. Vagyis nekik a pénzköltés vált a szenvedélyükké. Ma már, a hitelkártya elterjedésével, ez még nagyobb teret kaphat, sokkal komolyabb veszélyeket rejtve magában (pl. tartós eladósodás). Egy-egy vásárlási roham átmeneti megkönnyebbülést nyújt a depressziós, szorongó, vagy magányos embernek, de olyanok is vannak,

akik haragjukat vezetik le így. Ha rossz passzban vannak, erre van szükségük ahhoz, hogy jobban érezzék magukat.

### **Hogyan ismerheted fel, ha kényszeres vásárló vagy?**

A kényszeres vásárló szinte ámokfutást rendez egy-egy bevásárlóközpontban. Sokuk szabályos emlékeztetkiesésről számol be: nem emlékszik rá, hogy mit, hol vásárolt. Ha a környezet gyanakodni kezd, vagy szóvá teszi, hogy túl sokat költ, az is előfordul, hogy eldugja, letagadja a frissen vásárolt kincseket. A karácsonyi időszak még az egyébként egészséges emberekből is kiválthatja ezt. Vannak, akik csak bizonyos árucikkeknél vesztik el önuralmukat (pl: cipők, parfümök, régiségek). A kényszeres vásárlónak szakszerű segítségre van szüksége!

## **Drogfüggőség**

Talán, már Te is drogoztál!? Valószínűleg túl vagy a legális drogok (alkohol, nikotin, koffein) kipróbálásán, sőt már az is előfordulhatott, hogy visszaéltél ezekkel a szerekkel – vagyis többet fogyasztottál belőlük a kellenél. Bizonyára hallottál már az illegális drogrokról is (marihuána, heroin, LSD, extasy, stb.), melyek használatát a 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.).

Drognak nevezünk minden olyan természetes, vagy mesterségesen előállított 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 bejáró út – a drogkarrier – azonban mindannyiukban közös:

**kipróbálás → alkalmi használat (pl. bulikban vagy vizsgák előtt) → rendszeres használat → kényszeres használat**

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 el látni a feladatukat, ha rendszeresen hozzájutnak a droghoz.

### **RÉV Szenvedélybeteg-segítő**

#### **Szolgálat**

6000 Kecskemét, Fecske u. 20.

Tel.: 76/415-466

Zöld szám: 06-80/204-226

Tücsere telefon: 06-30/974-82-84

reukmet@t-online.hu

### **TÁMASZ Drogambulancia**

6000 Kecskemét, Izsáki út 5.

(kórház)

Tel.: 76/516-941

### **KÉK PONT Drogkonzultációs**

#### **Központ**

1095 Budapest, IX. kerület,

Gát utca 25.

Tel.: 1/215-7833, 30/490-2840

www.kekpoint.hu

### **SZIGET Droginformációs**

#### **Alapítvány**

1074 Budapest,

Kertész u. 32.

Tel.: 1/322-5572

www.droginfo.hu

## **SEGÉLYSZOLGÁLATOK**

### **Drog Stop**

Éjjel-nappal hívható

06-80/505-678

### **DROG JOGSEGÉLY**

#### **Társaság a**

#### **Szabadságjogokért**

1084 Budapest

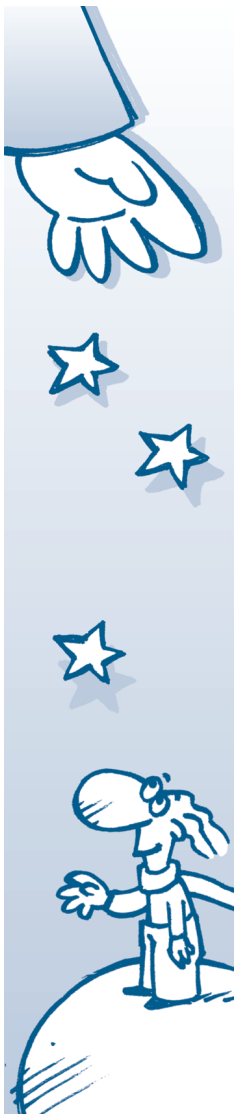
Víg u. 28. I. em. 3.

Tel./fax: 1/209-0046,

1/279-0755

E-mail: [tasz@tasz.hu](mailto:tasz@tasz.hu)

[www.tasz.hu](http://www.tasz.hu)



### *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. Figyelj a három áruklódó jelle! *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.

### **Drogambulanciák**

Az országban több helyen működnek, szolgáltatásaik között az alábbiak szerepelhetnek:

- általános tanácsadás és tájékoztatás a függőségekkel kapcsolatosan
- egyéni és csoportos terápiák kábítószer-fogyasztók és családtagjaik számára
- tanácsadás arról, hogyan csökkenthető a droghasználat egészségügyi ártalmai
- kórházi kezelésbe irányítás (detoxikálás, gyógyszeres kezelések)
- rehabilitációs intézménybe irányítás
- az absztinencia fenntartását segítő utógondozás

### **Rehabilitációs házak**

Bármilyen legális vagy illegális (kémiai vagy viselkedéses) függőség szermentes terápiája történik ezekben az intézményekben, bentlakásos formában. Az intézménybe bárki jelentkezhet, aki változtatni szeretne életvitelén. A rehabilitációban azt tanulják meg a szenvedélybetegek, hogy hogyan tudnak teljesebb, „tisztább” életet élni.

#### **INTERNETES OLDALAK**

[www.bura.hu](http://www.bura.hu)

[www.necc.hu](http://www.necc.hu)

[www.abstinentia.hu](http://www.abstinentia.hu)

[www.szertelenul.hu](http://www.szertelenul.hu)

[www.drogvilag.hu](http://www.drogvilag.hu)

[www.droginfo.hu](http://www.droginfo.hu)

[www.szorongas.com](http://www.szorongas.com)

[www.drog.lap.hu](http://www.drog.lap.hu)

## FEDÉL NÉLKÜL KECSKEMÉTEN

**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 minden nap 07-17 óra között, 20 fő részére biztosítanak az intézményen belül tartózkodási helyet, mentális gondozást, információszolgáltatást. A „melegedők” tévézhetnek, videózhatnak, olvashatnak, lehetőségük van tisztálkodásra, mosatásra és csomagmegőrzésre. A szolgáltatás térítésmentes.

**Az átmeneti szálló** 18. életévüket betöltött, magyar állampolgárságú, hajléktalanná vált személyek számára nyújt szálláslehetőséget, akik nem állnak pszichiátriai kezelés alatt, és nem szenvednek fertőző betegségben. A felvételre jelentkezők célzott szűrésen – általános orvosi vizsgálaton, tüdőszűrőn – vesznek részt.

Az intézménybe kerüléskor interjúbeszélgetésen ismerkedik össze a hajléktalan és az esetét egyénre szabottan kezelő szociális munkás. Együtt feltérképezik a problémákat, mi az, amiben az otthonatlan segítségre szorul (íratok pótlása, hozzátartozók felkutatása, orvosi ellátás, munkahelyszerzés, stb.), illetve stabilizálni próbálják a hajléktalan élethelyzetét. A szálló 51 férőhelyes, külön női és férfi résszel.

Minden nap nyitva 0-24 óráig. Az itt élőknek saját ágyuk, szekrényük van, süthetnek-főzhetnek a rendelkezésükre bocsátott konyhában, tisztálkodási, mosási lehetőséggel bírnak. Az átmeneti szálláshelyeket térítési díj ellenében lehet elfoglalni, ami a jövedelem függvénye, és maximum 7.980 Ft lehet.

**Az éjjeli menedékhely** az év minden napján 17 órától másnap 7 óráig 44 férőhelyet biztosít térítésmentesen a hajléktalanoknak. Itt lehetőség van az éjszakai, nyugodt pihenésre, amely különösen télen az itt alvók életét és biztonságát garantálja. A menhelylakónak szivacsmatrac és takaró jár. A külön férfi és női menedékhelyen természetesen tisztálkodni is lehet, kérhetnek mosatást, csomagmegőrzést az itt éjszakázók.

**Fontos szabály:** aki igénybe veszi az átmeneti szálló, éjszakai menedék, nappali melegedő szolgáltatásait, nem lehet alkoholos állapotban.

### Hajléktalan Gondozó Szolgálat

6000 Kecskemét, Tánácsis u. 1.  
Tel.: 76/494-926  
Éjjel nappal hívható:  
Tel.: 76/328-579  
hgsgz@freemail.hu

### Magyar Máltai Szeretetszolgálat Kecskeméti Szervezete

Kecskemét, Hoffmann J. u. 11.  
Tel.: 76/506-124  
Éjjel nappal hívható:  
Tel.: 76/485-582  
kmetmalta@kmetmalt.axelero.net

### Családok Átmeneti Otthona

Tel.: 76/485-696  
www.maltai.hu

### Szent Anna Porta Kht.

Wojtyla Barátság Központ  
Kecskemét, Egressy u. 5.  
Tel.: 76/508-300

## TÖRTÉNELMI EGYHÁZAK KECSKEMÉTEN:

### Evangelikus 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**

Kecskemét,  
Szentgyörgyi Albert u. 23.  
Tel.: 20/886-0639

### **Buddhista Gyémánt Út Közösség**

Kecskemét, Széchenyi krt. 7./d  
Tel.: 20/219-04-49  
kecskemet@buddhizmusma.hu  
www.buddhizmusma.hu

### **Görögkeleti Egyházközösség**

Kecskemét, Széchenyi tér 5.

### **HIT Gyülekezete**

Kecskemét, Kiskőrösi út 5.  
Tel.: 76/506-590

### **Jehova Tanúi Királyság Terme**

Kecskemét, Március 15. u. 29.  
Tel.: 76/416-123

### **Magyarországi Krisna Tudatú Hívők Közössége**

Kecskemét,  
Felsőcsalános út 116.  
6001 Kecskemét, Pf. 546  
Tel.: 76/480-920  
kecskemet@pamho.net

### **Pünkösdi gyülekezet**

Kecskemét, Kodály Z. tér. 11  
Tel.: 20/426-4479  
www.kecskemet.epk.hu

### **Utolsó Napok Szentjeinek Jézus Krisztus Egyháza**

Kecskemét,  
Kisfaludy utca 6.

## NINCS MIT ENNED?

**Az étkeztetés** (népkonyha) keretében azoknak a szociálisan rászorultaknak a legalább napi egyszeri meleg étkezéséről gondoskodnak, akik azt önmaguk, illetve önmaguk 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!

Tértírtésmentesen 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 kerültél, vagy, ha eltévedtél ebben a kusza világban.

Azonban a segítő szolgálatok többnyire esetileg kezelik problémáidat, nincsenek – és nem is lehetnek – ott mindig melletted. 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 Életed Párja, vagy akár a Legjobb Barátod.

Persze, vannak, akik ennél „tovább mennek”, és egész életüket bízzák „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 hívő 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 kutadják az értékeikre fogékony embereket. Mindkét szándékot mindenkinek tiszteletben kell tartania!

**Vallása, hite miatt megkülönböztetni, elítélni senkit sem szabad!**

<b>A</b> abortusz	99	<b>D</b> epresszió	113	Fiatalkorúak büntetőjogi helyzete	69
AIDS szűrés	88	Diákhitel	23	FIATALOK LENDÜLETBEN PROGRAM	55, 58
Albérleti támogatás	93	Diákigazolvány	22	FIT	38
Alkalmi munkavállalás	40	Diákmunka	20	Fóbia	112
Államilag támogatott hitelek	95	DIMI	39	Foglalkoztatási támogatások	40
Állampolgári kötelességek	67	Drogambulanciák	119	Földhivatal	79
Állásinterjú	49	Drogfüggőség	118	<b>G</b> azdasági jogok	67
Álláskeresés	45	<b>E</b> CDL	13, 29	Gyanúsított	70
Álláskereső klub	36	Egészségügyi reform	83	GYÁS	100
Anorexia	111	Egyesületi jog	66	GYED	100
Anyasági támogatás	99	Egyházak	121	Gyermekjogi képviselő	105
Ápolási díj	105	Éjjeli menedékhely	120	Gyermekjólét	105
Áruság	107	Élettársi kapcsolat	92	Gyermekvállalás	99
Átmeneti segély	105	Ellátás az EU-ban	84	Gyermekvédelem	105
Átmeneti szálló	120	Előzetes letartóztatás	70	Gyermekvédelmi kedvezmény	102
Au-Pair	56	Elsősegély	81	Gyermekvédelmi támogatás	103
<b>B</b> abakötvény	101	Eltartó	102	GYES	100
Banki lakáshitelek	95	Eltartott	102	GYET	100
Bántalmazás	71	Emberi jogok	65	Gyógyszerek	85
Belső leltár	45	Érettségi	10	Gyülekezési jog	66
Betegbiztosítás	81	Erkölcsei bizonyítvány	78	<b>H</b> aláleset	106
Betegjogi képviselő	86	EURES	53	Hallgatói jogviszony	20
Betegjogok	86	EURODESK	31	Házasságkötés	91
BMI	112	EURODYCE	31	Hivatalok	73
Bolognai folyamat	17	EUROPASS	31	<b>I</b> dőskorúak járadéka	104
Bulimia	112	Evészavarak	111	Illetékhiatal	78
Bulizó helyek	125	EVS	55	Internet-függőség	116
Büntetőjogi felelősség	69	<b>F</b> edél nélkül	120	<b>J</b> átékszenvendély	116
<b>C</b> saládi adókedvezmény	100	Félelem	112	Jogosítvány	75
Családi harmónia	103	Felnőttképzés	26	Jogsérelmek	68
Családi pótlék	101	„Félszocpol”	95		
Családi problémák	104	Felsőfokú iskolarendszerű szakképzés	25		
Családtervezés	98	Felsőoktatás	17		
		Felvételi pontok	14		
		Fészekrakó program	94		
		Fiatal házások otthona	92		

<b>K</b> ényszer . . . . .	112	<b>N</b> agykorú eltartottak . . . . .	102	<b>S</b> port . . . . .	127
Képviselő (jogi) . . . . .	68	Nappali melegező . . . . .	120	START kártya . . . . .	42
Kétszintű érettségi . . . . .	10	NARIC . . . . .	30	Szabad orvosválasztás . . . . .	83
Kórházi etikai bizottság . . . . .	87	Ne dőlj be! . . . . .	48, 54	Szabadidősport . . . . .	127
Könyvtárak . . . . .	124	Nemi identitás . . . . .	109	Szakképzés . . . . .	25
Középfokú iskolarendszerű szakképzés . . . . .	25	Népkonyha . . . . .	121	Szelektív hulladékgyűjtés . . . . .	97
Közhasznú munka . . . . .	42	Népszavazás . . . . .	67	Személyi igazolvány . . . . .	73
Közjegyzők . . . . .	72	Nőgyógyászati rákszűrés . . . . .	88	Személyi szabadságjogok . . . . .	66
Közüzemi szolgáltatók . . . . .	96	Nőgyógyászati vizsgálat . . . . .	87	Szenvedélyeink . . . . .	115
Kulturális intézmények . . . . .	124	Nyelvtanfolyamok . . . . .	28	Szerződéskötés . . . . .	72
Kulturális jogok . . . . .	67	Nyelvvizsga . . . . .	28	Színházak . . . . .	125
Külföldi munka . . . . .	53	<b>O</b> kmányiroda . . . . .	53, 73	Szociális jogok . . . . .	67
Külföldi munkatapasztalat . . . . .	55	Országos fesztiválok . . . . .	126	Szólás- és sajtószabadság . . . . .	66
Külföldi továbbtanulás . . . . .	30	Othonteremtés . . . . .	92	Szórakozás . . . . .	125
<b>L</b> akásépítési kedvezmény . . . . .	94	<b>Ö</b> nálló háztartás . . . . .	97	Szorongás . . . . .	112
Lakásfenntartási támogatás . . . . .	105	Önéletrajz . . . . .	45	<b>T</b> AJ kártya . . . . .	81
Lakástakarék-péztár . . . . .	96	Öngyilkosság . . . . .	113	Találkahelyek . . . . .	125
Lelki egészség . . . . .	109	Önismeret . . . . .	108	Társadalombiztosítás . . . . .	81
Lelki zavarok . . . . .	110	Önkéntesség . . . . .	44	Temetés . . . . .	107
<b>M</b> agánútlelő . . . . .	76	Önkormányzati lakáshitelek . . . . .	93	Temetési segély . . . . .	105
Megbízási szerződés . . . . .	50	Örökléti vétel . . . . .	70	Testbeszéd . . . . .	49
Megelőlegető kölcsön . . . . .	94	Ösztöndíj . . . . .	20, 21, 22, 43	Testtömeg index . . . . .	112
Megváltozott munkaképességűek . . . . .	89	ÖTLET Program . . . . .	44	Túrázás . . . . .	127
Mozgás . . . . .	126	<b>P</b> ályakezdés . . . . .	33	Tüdőszűrés . . . . .	87
Mozik . . . . .	125	Pályaválasztás . . . . .	10, 18	Tüntetés . . . . .	67
Munkaerő közvetítők . . . . .	46	Partnerország . . . . .	60	<b>V</b> álás . . . . .	106
Munkaszerződés . . . . .	50	Pénzbeli ellátások . . . . .	104	Vállalkozás . . . . .	56
Munkaügyi információk . . . . .	34, 37,	Pereskedés . . . . .	68	Vállalkozók támogatása . . . . .	57
Munkaviszony megszűnése . . . . .	51	Polgári engedtlenség . . . . .	67	Vállásszabadság . . . . .	66
Művelődés . . . . .	124	Programország . . . . .	60	Vásárlási szenvedély . . . . .	117
		<b>R</b> égi típusú érettségi . . . . .	60	Végkielégítés . . . . .	52
		Rehabilitációs házak . . . . .	119	Vizitdíj . . . . .	84
		Rendszeres szociális segély . . . . .	104	<b>Y</b> outh in Action . . . . .	58

## MŰVELŐDÉS

## KÖNYVTÁRAK

**Katona József Könyvtár**

Kecskemét, Piaristák tere 8.  
Tel.: 76/500-550  
Fax: 76/500-570  
Nyitva: K-Szo: 10.00-19.00  
kjmkk@kjmkk.hu  
www.kjmkk.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  
Cs: 8-14, Szo: 9-13  
mukert@index.hu  
*A Kertvárosi Általános Iskolában.*

**Pedagógiai Szakkönyvtár**

*A Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Pedagógiai Intézetében.*  
Kecskemét,  
Katona József tér 8. fszt. 28.  
Tel.: 76/501-332  
Fax: 76/501-340  
anna@bacs-kisk-ped.sulinet.hu

**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

**KULTURÁLIS INTÉZMÉNYEK,  
MŰZEUMOK,  
KIÁLLÍTÓHELYEK****Erdei Ferenc Művelődési****Központ és Művészeti Iskola**

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  
ifjotthon@freemail.hu  
www.kio.hu

**Népi Iparművészeti Múzeum**

Kecskemét, Serfőző u. 19.  
Tel.: 76/327-203  
Nyitva: K-Szo: 10.00-17.00  
muzeum.nepiipar@freemail.hu  
www.museum.hu/kecskemét/  
nepiiparmuveszeti

**Magyar Fotográfiai Múzeum**

Kecskemét, Katona J. tér 12.  
Tel.: 76/483-221  
Nyitva: Sze-V: 10.00-16.00  
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

**Szórakáténusz  
Játékmúzeum és Műhely**

Kecskemét, Gáspár A. krt. 11.  
Tel.: 76/481-469  
Nyitva: K-V: 10.00-12.30,  
13.00-17.00  
szorakatenusz@mail.datanet.hu  
www.homoludens.hu/szoraka

**Kecskeméti Képtár**

Kecskemét, Rákóczi u. 1.  
Tel.: 76/480-776  
Nyitva: K-V: 10.00-17.00

**Bozsó Gyűjtemény**

Kecskemét, Klapka u. 34.  
Tel.: 76/324-625  
Nyitva: P-Szo: 10.00-18.00  
bozsoal@mail.datanet.hu

**Ráday Múzeum**

Kecskemét, Kálvin tér 1.  
Tel.: 76/486-226  
Nyitva: K-V: 10.00-18.00  
radaym@microsystem.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.  
Nyitva: H-P: 9.00-18.00  
Szo: 9.00-13.00

**Nemzetközi Kerámia Stúdió**

Kecskemét, Kápolna u. 11.  
Tel.: 76/486-867  
Nyitva: H-P: 10.00-17.00  
info@icshu.org  
www.icshu.org

**Leskowsky Hangszergyűjtemény**

Kecskemét, Zimay L. u. 6/a  
Tel: 76/486-616; 76/508-024

**Dán Kulturális Intézet**

Kecskemét, Zimay L. u. 4.  
Tel.: 76/415-790, 76/323-923  
Nyitva: H-P: 9.00-15.00  
d-k-i@mail.datanet.hu

**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  
maillknp@knp.hu  
www.knp.hu

**Kecskeméti Planetárium**

Kecskemét, Lánchíd u. 18/A.  
Tel.: 76/505-075  
Nyitva: műsorrend és  
előzetes egyeztetés szerint  
ig@plani.hu  
www.plani.hu

**Tiszti Klub**

Kecskemét,  
Lechner Ödön u. 3-5.  
Tel.: 76/508-450  
Nyitva: H-P: 9.00-18.00,  
Szo: 9.00-12.00  
kmetklub@t-online.hu



**ELEVEN**  
Ifjúsági Közösségi Tér

**ELEVEN Ifjúsági Klub**

Kecskemét,  
Széchenyi sétány 11.  
Tel.: 76/320-377  
eleven@helpi.hu  
www.helpi.hu/eleven  
Nyitva:  
K-P: 14.00-20.00  
Éjszakai játszóház:  
P: 20.00-24.00  
Szo: 18.00-22.00

**SZÓRAKOZÁS****MOZIK****Palace Cinemas Kecskemét  
Malom Center**

Kecskemét, Korona utca 2.  
Tel.: 76/500-490

*Jegyár: Figyeld a napi akciókat!*  
www.hmplx.hu

**Otthon Mozi**

Kecskemét, Kossuth tér 4.  
*Jegyár: 450 Ft, Filmklub 300 Ft*

**Erdei Ferenc Művelődési  
Központ és Művészeti Iskola**

Kecskemét, Deák F. tér 1.  
Tel.: 76/503-880  
efmk@efmk.hu  
*Jegyárak: Bérletes*

**GAMF Mozi**

Kecskemét, Izsáki út 10.  
Tel.: 70/511-4863  
<http://gamfmozi.tx.hu/>  
*Jegyárak: 300 Ft.*

**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  
jegyiroda@katonaj.hu  
www.katonaj.hu

**Üzemszínház**

Kecskemét, Katona J. tér

**Kamaraszínház**

6000 Kecskemét, Erkel F. utca

**TALÁLKAHELYEK****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

**Nekem8 Teázó**

Kecskemét, Szabadság tér 6.  
Zárva: H-Szo: 23.00-09.00  
V: 23.00-15.00

**BULIZÓ HELYEK****Bling Bling Bár**

Kecskemét, Korona u.  
(Malom Center)

**Dzsem Jam Íz**

Kecskemét, Akadémia krt. 2.

**Club La Fabrique**

Kecskemét, Kápolna utca 3.  
Nyitva: K-Szo: 22.00-05.00

**Club 69**

Kecskemét, Kisfaludy utca 6-9.  
Nyitva: P-Szo: 20.00-02.00.

**Lulu Cafe**

Kecskemét, Szövetség tér 3.

**Rock Cafe**

Kecskemét, Liszt Ferenc u. 30.  
Tel.: 30/313-5555  
www.rockcafe.hu  
Nyitva: P-Szo: 18.00-04.00

**Skót és Joe Bácsi Kocsmája**

Kecskemét, Tatár sor 2.

**Tiszti Klub-Sasfiókéák Étterem**

Kecskemét, Lechner Ö. u. 3.  
Tel.: 20/331-6580  
Nyitva: P és Szo: 19.00-03.00

## ORSZÁGOS FESZTIVÁLOK

## Hazai fesztiválok weblapjai:

www.sziget.hu  
 www.hegyaljafestival.hu  
 www.wantedfesztival.hu  
 www.sziget.hu/szenvedelyek-napja  
 www.mediawave.hu  
 www.szin.org  
 www.vekerimusic.hu  
 http://kapolcs.szin haz.hu  
 www.misztralfesztival.hu

## MOZGÁS

## TÁNC, NÉPTÁNC

Akrobat Original  
Dance School

E-Mail: info@akrobat.hu  
 www.akrobat.hu  
 Tanfolyamokkal kapcsolatos információ: 20/41 18693

## Társastánc

## Kecskeméti Ifjúsági Otthon

Kecskemét, Kossuth tér 4.  
 Tel.: 76/481-868, 481-523  
 ifjotthon@freemail.hu  
 www.kio.hu  
 10 éves kortól kezdőknek és újrakezdőknek.

## Csik Táncház

Erdei Ferenc Művelődési  
Központ és Művészeti Iskola

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  
 www.kio.hu/tanctmozgas.htm

## KI A SZABADBA!

## Szabadidő Központ

Kecskemét, Csabay G. krt. 2.  
 Kezeli a Kecskeméti Sportlétesítményeket Működtető Kht.  
 www.ksport.hu/letesitmenyek  
 Lehetőségek: Séta, kocogás, horgászat. Bejárat a Nyíri úti horgászbejáratnál.

## Arborétum

Kecskemét, Nyíri út 48.  
 Kezeli: Kiskunsági Erdészeti- és Faipari Zrt.  
 Kecskemét, József A. u. 2.  
 Tel.: 76/492-455, 483-183  
 Fax: 76/328-318  
 arboretum@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. Bejárata a Sasfészek Fogadónál van. 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

## 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 Élményfürdő és  
Csúszdapark

Kecskemét, Csabay G. krt. 2.  
 További információ:  
 Tel: (76)-417-407  
 Fax: (76)-418-910  
 info@csuszdapark.hu  
 www.csuszdapark.hu  
 Az élményfürdő 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  
uszdója

Kecskemét, Szabadság tér 7.  
 Nyitva: H-P: 6.00-7.30,  
 13.00-20.00,  
 Szó: 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 Vízmű Búvár Club**

Kecskemét,  
Bajcsy-Zsilinszky krt. 2.  
Tel./fax: 76/485-303  
www.pingvinbuvarak.hu

#### **BÁCSVÍZ - Kecskeméti Vízmű Sport Club**

Kecskemét, Izsáki út 1.  
(Fedett uszoda)  
Tel./fax: 76/416-644

#### **Villanó Fókák Kecskeméti Vízilabda Klub**

6044 Kecskemét, Belsőnyír 310.  
Tel.: 76/701-828

#### **Kecskeméti Vízilabda Sport Club (KVSC)**

Kecskemét, Izsáki út 1.  
(Fedett uszoda)  
Tel./fax: 76/416-644

#### **Zöld Vitorla Vízi Sport Turisztikai és Expedíciós Egyesület**

Kecskemét, Fehér utca 1/b.  
Tel.: 20/978-1670

### **RÖPLABDA – KÉZILABDA**

#### **Kecskeméti Röplabda Club**

Kecskemét, Nagykőrösi u. 30.  
Tel.: 30/3891-002  
krclub@hotmail.com

#### **Kecskeméti Férfi Röplabda Kft.**

Kecskemét, Dózsa Gy. út 3.  
Tel.: 76/481-583

#### **Mistral Kézilabda Klub**

Kecskemét, Zimay L. utca 16.  
Tel./fax: 76/481-614

#### **Kecskeméti Női Kézilabda Sportegyesület**

Kecskemét, Tóth L. sétány 2.  
Tel./fax: 76/322-810,  
Fax: 76/320-243

#### **DELFIN Férfi Kézilabda Club**

6000 Kecskemét, Irinyi u. 49.

### **KOSÁRLABDA UNIVER KSE**

Kecskemét, Katona J. tér 18.  
Tel: 76/515-735  
Fax: 76/504-969  
univerkte@univer-sport.hu  
www.univer-sport.hu

#### **Kecskeméti Kosárlabda Club**

Kecskemét, Olimpia u. 1/A  
Tel.: 30/945-7926  
Fax: 76/480-160

#### **Koktél Kecskeméti Rekreációs Kosárlabda Egyesület**

Kecskemét, Petőfi S. u. 16. 5/40.  
Tel.: 76/479-675

### **LABDARÚGÁS**

#### **Kecskeméti Sport Club**

Kecskemét, Zimay utca 3.

#### **Utánpótlás Futball Club**

Kecskemét, Corvin J. utca 22.  
www.ufc.hu

#### **Kecskeméti Női Labdarúgó Egyesület**

Kecskemét, Lunkányi utca 12.  
Tel.: 70/267-0397

#### **Hetényegyházi SE Futball Klub**

6044 Kecskemét -  
Hetényegyháza, Fenyő utca 15.  
Tel./fax: 76/509-451

### **ASZTALITENISZ, TENISZ Kecskeméti Spartacus Sportkör**

Kecskemét, Széchenyi stny. 11.  
Tel./fax: 76/506-377  
Csarnok: 76/415-013

#### **Ujhidy Tenisziskola SE**

Kecskemét, Olimpia utca 2.  
Levelezési cím:  
Kecskemét, Nagy L. krt. 47.  
Tel.: 30/9155-033

### **SÚLYEMELÉS Univer KTE Súlyemelő Szakosztály**

Kecskemét, Katona J. tér 18.  
Tel: 76/515-735  
Fax: 76/504-969

### **BIRKÓZÁS Univer KTE Birkózó Szakosztály**

Kecskemét, Katona J. tér 18.  
Tel: 76/515-735  
Fax: 76/504-969

### **JUDO Kecskeméti Judo Club**

Kecskemét, Tatár sor 6.  
Tel./fax: 20/9253-248

### **KARATE Topkids Karate SE**

Kecskemét, Vágó utca 3.  
Tel.: 76/411-149

#### **Sankudo**

Kecskemét, Batthyány utca 39.  
Tel./fax: 76/493-437

#### **Nanbudo Free Line SE** Kecskemét, Halasi út 2. Tel./fax: 76/484-902

### **THAI-BOX Kecskeméti Thai-box Klub** Kecskemét, Cőzhajó u. 7. II/22. <http://kecskemethai.fw.hu>

**TRIATLON****Hírös Triathlon Club**

Kecskemét, Radnóti M. utca 6.  
Tel.: 76/495-697

**VÍVÁS****Univer KTE Vívó Sport Klub**

Kecskemét, Katona J. tér 18.  
Tel: 76/515-735  
Fax: 76/504-969  
www.fw.hu/ktevivo

**ÍJÁSZAT-LÖVÉSZET****Kecskeméti Íjász Egyesület**

Kecskemét, Sztravinszkij u. 32.  
Tel./fax: 76/410-946

**Kecskeméti Lövész Sport Egyesület**

Kecskemét, Arany J. u. 8. III/1.  
Tel.: 76/477-571

**Kecskeméti Polgári Lövész Egylet**

Kecskemét - Ballószög 143.

**BOWLING****Kecskeméti Bowling Sport Egyesület**

Kecskemét, Rávagy tér 3.  
Tel.: 76/486-936  
Fax: 76/505-878  
bowlingcenter@mail.datanet.hu  
www.bowlingcenter.hu

**Bowling Café Restaurant**

Malom Center 3. emelet  
Kecskemét, Korona utca 2.

**CSÚSZÓKORONG****Kecskeméti Kiskun Csúszókorong Sport Klub**

Kecskemét, Ösvény u. 1.  
Tel./fax: 76/418-243

**BILIÁRD****Kecskeméti Biliárd Sport Egyesület**

Kecskemét, Csányi J. krt. 4.  
(Fordan Biliárdszalon)

**BMX, GÖRDESZKA, GÖRKORCSOLYA****Free Line SE**

Kecskemét, Halasi út 2.  
Tel./fax: 76/484-902

**Kecskeméti BMX és Skate Klub**

Kecskemét, Bethlen krt. 31.  
Tel.: 76/411-220

**REPÜLÉS - MODELLEZÉS****Kecskeméti Junior Repülő Klub**

Kecskeméti Ifjúsági Otthon  
Kecskemét, Kossuth tér 4.  
Tel.: 76/481-686, 481-523

**Kecskeméti Modellező Sport Klub**

Kecskemét, Bajcsy-Zs. u. 2.

**HORGÁSZAT****Zalka Máté SE**

Kecskemét, Muraközy J. u. 5.

**„Ho-Hó” SE**

Kecskemét, Badacsony u. 1/A

**Bács-Hosz SE**

Kecskemét, Batthány u.19.  
6001 Kecskemét, Pf. 123.  
Tel.: 76/328-105

**ÁFÉSZ Horgász SE**

Kecskemét, Bibó István u. 1.

**Hírös SE**

Kecskemét, Trombita u. 1/A

**TÚRÁZÁS – SZABADIDŐSPORT****Tria-Túra Szabadidő Sport Egyesület Kecskemét**

Kecskemét, Gózhajó u. 10.  
Tel.: 20/347-8591

**Kecskeméti Természetbarát és Turisztikai Egyesület**

Kecskemét, Madách Imre u. 6.  
Tel./fax: 76/497-861

**Napsugár Szabadidősport Egyesület**

Kecskemét, Nyíri út 33. IV/71.  
Tel.: 76/475-493

**Etalon Kecskeméti Szabadidősport Egyesület**

Kecskemét, Ősz u. 11.  
Tel./fax: 76/482-087

**Boróka Szabadidősport Egyesület**

Kecskemét, Felsőcsalános 124.  
Tel.: 30/565-0056

**Kecskeméti ÉDOSZ Kinizsi Természetbarát Sportegyesület**

Kecskemét, Petőfi S. u. 3. 1/21.  
Tel.: 76/382-002, 20/415-5886

**SAKK****Kecskeméti TÁKISZ SE**

Levelezési cím:  
Kecskemét, Vágó utca 16.  
Edzés: Kmét, Deák F. tér 3.  
Cs: 17.00-20.00

**Kecskeméti Ifjúsági Otthon**

Kecskemét, Kossuth tér 4.  
Tel.: 76/481-686, 481-523  
H, Sze, Szo: 14.00-16.00

**GOMBFOCI****Kecskeméti Ifjúsági Otthon**

Kecskemét, Kossuth tér 4.  
Tel.: 76/481-686, 481-523  
K, Cs: 17.00-21.30