

**ОБЛОЖКА:**

**OMSLAG:**

**Руководство для родителей**

**ОТ МЛАДЕНЦА ДО ПОДРОСТКА**

**Акалла – Хусбю – Щиста – Ринкебю**

## **СТРАНИЦА 2**

Данное родительское руководство можно загрузить на сайте

[www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset). Этот текст имеется там на разных языках.

## **СТРАНИЦА 3**

## **SIDAN 3**

### **Семья – это самое главное!**

Руководство для родителей предназначается для вас – родителей, живущих в Акалле, Хусбю, Щисте и Ринкебю. В процессе воспитания ребенка вы принимаете множество решений, касающихся повседневной жизни и будущего вашего ребенка. Здесь описываются мероприятия, которые предлагаются для всех родителей и детей с самого раннего возраста до 18-летия.

Районная администрация призвана содействовать тому, чтобы у всех детей в Ринкебю-Щисте было хорошее детство. Именно эта важнейшая задача положена в основу данного руководства для родителей.

Семья – это самое главное для развития ребенка. Семьи могут выглядеть по-разному, но все взрослые, живущие с ребенком, время от времени ощущают свою недостаточность. В руководстве для родителей описываются мероприятия, на которых вы можете встретиться с другими родителями и с консультантами для родителей, чтобы поделиться опытом и получить советы. Благодаря этому небольшие проблемы, быть может, никогда не станут большими.

Жизнь с детьми несет в себе много радости и дает множество возможностей проводить время вместе. Здесь вы найдете советы для тех, кто хочет ознакомиться с культурой, парками и многим другим, что имеется в районе.

Патрик Дерк  
Глава района

Руководство для родителей: от младенца до подростка  
Акалла – Хусбю – Щиста – Ринкебю

Издано Районной администрацией Ринкебю-Щиста, Стокгольмский муниципалитет, второе издание.

Фото на обложке: Анн Эрикссон

Художественное оформление: «Ямендосо»

Напечатано в типографии «Norra Skåne Offset AB», Хесслехольм 2017 г.

[www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset)

## **Содержание**

СЕМЕЙНЫЕ ЦЕНТРЫ И ОТКРЫТЫЕ ДЕТСКИЕ САДЫ	СТР. 4
ДЕТСКИЙ САД	СТР. 6
ДЕТСКИЕ ПЛОЩАДКИ И ПОЛЯ ДЛЯ ИГР С МЯЧОМ	СТР. 8
МУНИЦИПАЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ ДОСУГА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ	СТР. 10
ПОЛЕВЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ РАБОТНИКИ И МОЛОДЕЖНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ	СТР. 12
ВСТРЕЧИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКОВ	СТР. 14
ЛЕТНЯЯ РАБОТА И ПРАКТИКА	СТР. 16
КУЛЬТУРА И ДОСУГ В КАНИКУЛЫ	СТР. 18
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР И ЕГО ДЕЖУРНЫЕ	СТР. 20
ДРУГИЕ ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ ДЛЯ СЕМЕЙ	СТР. 22

## СЕМЕЙНЫЕ ЦЕНТРЫ И ОТКРЫТЫЕ ДЕТСКИЕ САДЫ

### Места встреч для родителей и детей

**В Семейных центрах в Ринкебю и Хусбю вы можете встречаться с другими родителями и беседовать о вопросах, касающихся вашего ребенка и вас как родителя. Вы можете поговорить отдельно с консультантом для родителей или принять участие в группе. Если у вас есть дети младше шести лет, можно прийти сюда с ними поиграть.**

**Семейные центры в Ринкебю и Хусбю** предназначены для всех родителей, проживающих в районе Ринкебю-Щиста. Здесь расположен открытый детский сад, который можно посещать с ребенком в возрасте до шести лет. Здесь вы и ваш ребенок можете играть и встречаться с другими людьми. Кроме того, в открытом детском саду проводятся, в числе прочего, лекции о питании и здоровье. Заранее записываться не нужно – можно просто приходить и уходить когда вам угодно в часы работы сада.

В семейных центрах также имеются консультанты для родителей, к которым можно записаться, если вы хотите поговорить наедине о родительской роли. Они соблюдают конфиденциальность и не ведут никаких журнальных записей. Семейные центры предназначены для родителей, дети которых не старше 18 лет.

**Вы ждете ребенка?** Участие в двух встречах с консультантами для родителей поможет вам подготовиться к жизни с ребенком. Если вы живете в Ринкебю и ждете первого ребенка, то мы предлагаем вам несколько посещений на дому медсестры из детской консультации и консультанта для родителей, с которыми можно поговорить о родительской роли и о вашем ребенке.

Всем родителям порой необходима поддержка, и тогда бывает полезно встретиться с другими родителями и обменяться опытом. Семейные центры организуют разные формы групповых встреч для родителей с детьми разных возрастов, на которые вы можете записаться.

**Вашему ребенку от 3 до 12 лет?** Тогда добро пожаловать на родительские встречи в рамках программы ABC. Программа направлена на развитие отношений между вами и вашим ребенком и включает в себя четыре встречи.

Для тех, у кого есть ребенок **в возрасте от 3 до 11 лет** и кому надоели пререкания и ссоры, предлагается программа «Комета», включающая в себя одиннадцать встреч. В ходе этой программы вы получите советы о том, как справляться с различными ситуациями дома.

**У вас подростки?** Для вас предлагается программа «Любимый проклятый подросток». Она включает в себя четыре встречи, в ходе которых вы обсудите разные ситуации в повседневной жизни, в которых вы сможете узнать себя.

Можно также посетить различные тематические встречи, которые проводятся для родителей в семейных центрах .

**Вводно-ознакомительный детский сад** для новоприбывших в Швецию. Вы посещаете его вместе со своим ребенком. Там вы сможете узнать, как функционирует детский сад, а ваши дети смогут встречаться с друзьями и участвовать в веселых и познавательных мероприятиях вместе с воспитателями детского сада. У вас будет возможность встречаться с другими родителями и в то же время получить вводное ознакомление со шведским обществом.

**Контактные данные:**

*Семейный центр в Ринкебю*, ул. Skårbygränd, д. 1  
телефон открытого детского сада 08-508 01 557, 08-508 01 119,  
телефон консультанта для родителей 08-508 011 19,  
электронная почта: [foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se),  
[www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset)

*Семейный центр в Хусбю*, ул. Edvard Griegsgången, д. 12  
телефон открытого детского сада 08-508 01 526,  
телефон консультанта для родителей 08-508 011 19,  
электронная почта: [foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se), [www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset)  
В том же здании также находится детская консультация (BVC).

*Открытый детский сад в Акалле*, ул. Nykarlebygatan, д. 5, телефон 08-508 01 891, 08-508 01 892

*Вводно-ознакомительный детский сад в Ринкебю*, ул. Gamlebyplan, д. 9, телефон 08-508 01 872,  
08-508 01 198

*На фото:* В открытый детский сад в семейном центре в Ринкебю можно прийти чтобы поиграть и пообщаться с другими. Фото: Анна Эрикссон

**Никлас Бергман, участник программы ABC, папа 4-летнего Лео и 15-месячной Софии:**

"Где отцы?"

Никлас находится в отпуске по уходу за ребенком и живет в Щисте. Он принимал участие в родительских встречах в программе ABC вместе с пятью мамами. – Встречи прошли очень хорошо, но было бы еще лучше, если бы на курсах присутствовало больше отцов. Я думаю, что тогда участники смогли бы научиться друг у друга еще большему, – говорит Никлас. Наиболее ценным на родительских встречах ему представляется возможность услышать, как мыслят другие родители. Важным открытием стало также то, что важно позволять ребенку управлять игрой, а не брать все на себя, как это делают многие взрослые.

**Малин Сингх, участница программы «Комета», мама 7-летнего Данте:**

"Наши отношения стали лучше после курса"

Малин живет в Акалле, она записалась на курс для родителей «Комета», так как у нее часто возникали конфликты с сыном, и она "не хотела быть мамой, которая все время кричит на своего ребенка". Она научилась не реагировать сразу. Для нее было облегчением встретиться с другими родителями в такой же ситуации и понять, что она не одинока. – Всем родителям стоит пройти такой курс, даже если у них все хорошо. Этот курс позволяет лучше понять своего ребенка, – считает Малин. Одно из многого, чему научилась Малин, – это понимание того, насколько важно уделять время своему ребенку. Теперь она и ее сын Данте каждый вечер обязательно проводят время вместе.

## ДЕТСКИЙ САД

**Здесь закладывается фундамент будущего**

**Если вы работаете, учитесь, ищете работу или находитесь в отпуске по уходу за другим ребенком, то с годовалого возраста ваш ребенок имеет право получить место в детском саду. В детском саду работают дошкольные педагоги и воспитатели, обеспечивающие детям надежный уход и возможность учиться и развиваться посредством игры и других видов деятельности.**

Дети, которым необходима особая поддержка, всегда имеют право на место в детском саду, независимо от занятости родителей. Все дети, которым исполнилось три года, имеют право на бесплатное посещение детского сада по три часа в день.

Во всех районах – в Акалле, Хусбю, Щисте и Ринкебю – имеются как муниципальные, так и частные детские сады. Кроме того, есть детский сад, который открыт в неурочные часы, по ночам, для родителей, работающих по вечерам, ночам и по выходным.

Вы сами решаете, в какой детский сад вы хотите записать вашего ребенка. Если там есть место, то ваш ребенок его получит. Прежде чем принять решение, вы можете обратиться в заинтересовавший вас детский сад, чтобы получить более подробную информацию или посетить его. Можно также выбрать детский сад семейного типа, обеспечивающий педагогический уход на дому у воспитателя.

Плата за детский сад зависит от того, ходит ли ваш ребенок в сад на полный или неполный день, ходят ли братья и сестры в дошкольное учреждение, а также от дохода семьи. Установлена максимальная плата, так называемый потолок оплаты.

**Контактные данные:**

Общие вопросы о дошкольных учреждениях: телефон контактного центра: 08-508 00 508, электронная почта: [forskola@stockholm.se](mailto:forskola@stockholm.se)

Если вы хотите узнать подробнее о каком-либо детском саде в Ринкебю, Щисте, Акалле и Хусбю, например, есть ли там места, или если вам захочется его посетить, то в брошюре, размещенной рядом, указаны контактные данные. Брошюра имеется в Муниципальном информационном центре (Medborgarkontoret), в открытых детских садах, во всех детских садах, в детских консультациях и в здании районной администрации.

Вы также можете найти и сравнить детские сады в районе Ринкебю-Щиста, воспользовавшись услугой сравнения на сайте [www.stockholm.se](http://www.stockholm.se).

Заявка на место в детском саду подается через электронную услугу "Min barnomsorg" («Мои дошкольные учреждения») на сайте [www.stockholm.se](http://www.stockholm.se). Если вам нужна помощь с заявкой, вы можете обратиться в Муниципальный информационный центр (Medborgarkontoret), см. на стр. 21.

*На фото:* Игровые языковые занятия в детском саду «Barnkullen» в Акалле. Фото: Анна Эрикссон

**Тесфалем Месгиха, отец дошкольника:**

"Оставляя здесь ребенка, чувствуешь себя надежно!"

Тесфалем живет в Хусбю, и у него четверо детей в возрасте от двух до девяти лет. Все дети ходили или ходят в детский сад «Solrosen».

- Здесь очень надежный персонал, который хорошо относится и к детям, и к родителям. Он также ценит то, что в детском саду много работают над развитием языка, читают сказки и поют.

- Мои дети, которые пошли в школу, получили хорошую базу в детском саду.

Если Тесфалем хочет что-то изменить в детском саду, то он без колебаний об этом говорит.

Он считает, что персонал прислушивается к мнениям и пожеланиям. Но ему хотелось бы, чтобы больше родителей поступали так же, как он.

- Важно, чтобы родители не просто оставляли своих детей в детском саду, но и активно интересовались тем, что там происходит, а также знакомились с другими родителями.

## **ИГРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ И ПОЛЯ ДЛЯ ИГР С МЯЧОМ Весело на улице**

**Вести подвижный образ жизни и играть на свежем воздухе полезно и весело для всех. В Ринкебю-Щисте много отличных мест, и, независимо от того, маленькие у вас дети или большие, всегда найдется, чем заняться на открытом воздухе.**

На территории района имеются фермы и парки для прогулок, игровые площадки с игровым оборудованием, детские площадки с персоналом и поля разного размера для футбола, хоккея и баскетбола.

Для тех из вас, кто летом хочет поплавать со своим малышом, имеется семь бассейнов-лягушатников, которые наполняются водой в июне, июле и августе. Два из них находятся в Ринкебю, один в Щисте, два в Акалле и два в Хусбю. При них имеются душевые.

За дополнительную плату можно поплавать в закрытом бассейне «Husbybadet» с водными горками и бассейнами для плавания. Здесь также работает школа плавания. В летние каникулы бассейн закрыт.

При желании в нескольких местах в Акалле, Хусбю и Ринкебю можно взять напрокат велосипед с велосипедной корзиной, велосипедным шлемом и детским сиденьем.

Найти информацию обо всех игровых площадках района можно на сайте [www.stockholm.se/jamfor](http://www.stockholm.se/jamfor) .

### **Акалла**

В Акалла Бю (Akalla By) имеются игровая площадка, бассейн-лягушатник, ферма 4Н с животными, кафе, место для гриля, танцевальная площадка, мини-гольф и прокат велосипедов (и в том числе детских велосипедов и велосипедных прицепов). По соседству с Акалла Бю имеются тренажеры на открытом воздухе.

Телефон 08-751 51 90, электронная почта: [akallaby@hotmail.com](mailto:akallaby@hotmail.com) [www.akallaby.se](http://www.akallaby.se)



Во дворах в квартале за ул. Sibeliusgången имеются парки с бассейнами-лягушатниками, игровыми площадками и тренажерами на открытом воздухе.

### **Хусбю**

В Husby Gård имеются детская площадка, бассейн-лягушатник, кафе, художественная галерея, место для гриля, поле для петанка, поле для игр с мячом и пикника, а также прокат велосипедов (и в том числе детских велосипедов). Здесь также имеются лазалки из дерева, специально приспособленные для детей и молодежи с ослабленным зрением и ограничением подвижности.

Телефон 08-751 11 88, адрес электронной почты: [info@husbygard.nu](mailto:info@husbygard.nu), [www.husbygard.nu](http://www.husbygard.nu)

В игровом парке «Lofotenparken», который находится около Хусбю-центра, имеется бассейн-лягушатник.

Аквапарк «Husbybadet», ул. Edvard Griegsgången, д. 30, телефон 08-508 451 90  
[www.stockholm.se/husbybadet](http://www.stockholm.se/husbybadet)

### **Щиста**

Возле муниципального центра досуга для подростков в Щисте по адресу ул. Jyllandsgatan, д. 16 расположена игровая площадка «Trudelutten» с бассейном-лягушатником, скейт-парком и местом для пикника. Недалеко от поля для игры в мяч «Гранбю» (*Granby*) в районе Ярвафельтет (Järvafältet) имеются отремонтированные пандусы для ВМХ .

### **Ринкебю**

Детская площадка Ринкебю – это открытое заведение для проведения досуга, при котором имеется персонал. В парке расположено игровое оборудование, такое как качели, детские велосипеды, лестницы для лазания, настольный теннис на открытом воздухе, песочница, а также природа – скалы, деревья и кустарники. Весной, летом и осенью здесь проводятся различные мероприятия, такие как театр, игры и дни Мулле. Здесь также имеются специальные качели детей, которым необходима особая поддержка. Рядом с игровым парком расположен бассейн-лягушатник.

В парке с препятствиями «Hinderstorpsparken» имеются игровая площадка и бассейн-лягушатник.

Вы хотите взять напрокат велосипед? Обратитесь в отдел программ занятости, телефон 08-508 01 282, адрес электронной почты: [arbetsmarknad.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:arbetsmarknad.rinkeby-kista@stockholm.se)

### **Весь Стокгольм**

Скачайте приложение *Upptäck Stockholm* ("Узнайте Стокгольм"). В нем вы сможете найти ближайшее поле для игр с мячом, место для гриля, детскую площадку, горку для катания на санках и многое другое. См. [stockholm.se/upptackstockholm](http://stockholm.se/upptackstockholm)

На карте спорта и мероприятий на открытом воздухе отмечены места, где можно круглый год заниматься спортом и физкультурой - как в помещении, так и на улице. Карту можно взять в Муниципальном информационном центре (Medborgarkontoret) в Ринкебю и Хусбю, см. страницу 21. См. карту на сайте [www.stockholm.se](http://www.stockholm.se).

*На фото: В парке «Saimaparken», расположенном в Акалле за улицей Sibeliusingången, есть место для игр, тренировок, отдыха и перекуса. Фото: Малькольм Якобсон*

7-летняя Александра Кишович играет на детской площадке «Rinken»:

”Веселее всего на горке!

Александра ходит с подругой на детскую площадку в Ринкебю несколько раз в неделю после школы. Сегодня с ней также и ее мама.

На детской площадке Александре больше всего нравится на широкой горке. Кроме того, она с удовольствием катается на велосипедах, имеющихся на детской площадке. Сегодня она и ее подруга расставили все велосипеды в ряд и играют в школу вождения.

– Веселее всего кататься с горки, но мы еще качаемся на качелях и играем с машинками в песочнице, – говорит она. Александра считает, что хорошо, что на площадке работают сотрудники.

– Если ударишься, они дают пластырь.

## МУНИЦИПАЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ ДОСУГА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

### Здесь есть место для всех

**В каждом районе есть как минимум один муниципальный центр досуга для подростков (ungdomsgård), куда ваш ребенок или подросток может ходить в свободное время. Здесь есть персонал и предлагается много занятий – например, бильярд, танцы, настольный теннис, силовой тренинг, помощь с домашними заданиями, а также группы для девочек и мальчиков.**

Подростки сами решают, какие мероприятия должны быть в муниципальных центрах досуга для подростков. Цель – чтобы каждый нашел себе какое-то занятие по интересам и, возможно, попробовал что-то новое. Муниципальные центры досуга для подростков – это не просто место общения, в котором предлагаются разные занятия, но и место, в котором присутствуют взрослые, с которыми можно поговорить. Один из муниципальных центров досуга – «Electric» – предназначен для подростков и молодежи с функциональными ограничениями.

На сайте [www.fritidsnatet.se](http://www.fritidsnatet.se) можно найти мероприятия для детей, молодежи и взрослых, которым необходима дополнительная поддержка. Здесь вы также найдете информацию об ассоциациях, муниципальных центрах досуга для подростков и прочих учреждениях в Стокгольмском лене. Вы также можете связаться с координатором районной администрации по вопросам досуга для детей и молодежи с функциональными ограничениями по телефону 08-508 01 070.

#### Акалла

В муниципальном центре досуга «Akalla Ungdomsgård», предназначенном для 13-15-летних подростков, помимо прочего, имеется возможность заниматься **фотографией и кино**.

Контакт: Akalla Ungdomsgård, ул. Sibeliusingången, д. 11, телефон 08-508 018 00, instagram [akalla\\_ug](https://www.instagram.com/akalla_ug)

Муниципальный центр досуга «Electric» в Akalla by предназначен для подростков и молодежи с функциональными ограничениями в возрасте от 12 до 24 лет. Здесь можно встретиться с друзьями, петь караоке, играть на инструментах, заняться выпечкой, перекусить и поиграть в игры.

Контакт: «Electric», телефон 08-752 08 49, 076-825 15 89, страница на Фейсбуке: ElectricUng

Ungdomsgård, адрес электронной почты: electricung@hotmail.com.

### **Хусбю**

Муниципальный центр досуга для подростков «Husby ungdomsgård» предназначен для 13-15-летних подростков. Важной составляющей его деятельности является здоровье и фитнес, и во дворе расположен тренажерный зал/фитнес-зал. Три дня в неделю центр досуга открыт только для детей в возрасте от 10 до 12 лет. Контакт: Husby Ungdomsgård, ул. Edward Griegsgången, д. 26, telefon 08-508 450 68, instagram husbyug

«Реактор» в Хусбю – это место встречи для 16-20-летних. Здесь можно слушать музыку, перекусить, читать, играть в игры и заниматься рукоделием.

Контакт: «Reactor», ул. Edvard Griegsgången, д. 1, telefon 08-508 011 60, страница на Фейсбуке: Reactor kulturhus

«Fryshuset» был местом встречи молодежи из школы «Dalhagsskolan». В целях повышения безопасности в районе проводят курсы для молодёжных дружинников, которые должны быть примером для подражания для других подростков. «Fryshuset» в Хусбю находится в ведении фонда, и, кроме того, ему оказывает поддержку Стокгольмский муниципалитет.

Контакт: ул. Lofotengatan, д. 41, телефон 08-691 76 00, электронная почта: info@fryshuset.se

### **Щиста**

Муниципальный центр досуга Kista ungdomsgård, предназначенный для 13-15-летних подростков, находится в ведении «Фритид Стокгольм АБ». Здесь имеется **студия звукозаписи**.

Пять дней в неделю, во второй половине дня, здесь проводятся мероприятия для детей в возрасте от 10 до 12 лет.

Контакт: Kista Ungdomsgård, ул. Jyllandsgatan, д. 16, телефон: 08-752 64 56, электронная почта: info.fritidstockholm@gmail.com, страница на Фейсбуке: Gäta Kista Ungdomsgård.

### **Ринкебю**

В Муниципальном центре досуга Rinkeby ungdomsgård, предназначенном для 13-15-летних подростков, имеется **музыкальная студия**, где подростки могут учиться создавать музыку. Здесь можно также попробовать свои силы в **разных видах спорта**. Три дня в неделю здесь открыто только для детей в возрасте от 10 до 12 лет.

Контакт: Rinkeby Ungdomsgård, ул. Rinkebystråket, д. 53, телефон: 08-508 014 82, instagram rinkebyungdomsgard

Дом молодежи (Ungdomens Hus) предназначен для молодежи в возрасте от 16 до 24 лет.

Здесь можно танцевать, заниматься силовым тренингом, использовать музыкальную студию или заниматься в спортивном зале. Контакт: Ungdomens Hus, ул. Rinkeby Stråket, д. 53, телефон 08-508 414 90, страница на Фейсбуке: Ungdomens Hus Rinkeby.

## **СТРАНИЦА 11**

## **SIDAN 11**

*На главном фото: На форуме для девочек можно и делать уроки, и участвовать в дискуссиях, и танцевать.*

**Натнаэль Давит, 16 лет, посетитель муниципального центра досуга для подростков в Хусбю**

**"Здесь тихо и спокойно"**

Натнаэлю 16 лет, он учится в гимназии и живет в Хусбю. Обычно он ходит в муниципальный центр досуга для подростков по вечерам, чтобы пообщаться и поиграть в настольный теннис и в «Фифу».

Больше всего в муниципальном центре досуга для подростков ему нравится то, что можно

общаться с персоналом и говорить с ними обо всем – и о футболе, и о проблемах.

- Важно, что есть такое место, куда можно приходить, и где тихо и спокойно. И здорово, что мы можем сами выбирать, чем мы хотим заниматься. По нашему предложению мы, например, играли в пейнтбол и провели футбольный турнир.

### **Форумы для мальчиков и девочек**

Форумы для мальчиков и девочек проводятся в муниципальном центре досуга для подростков в Хусбю и Ринкебю. В один из вечеров здесь открыто только для девочек и работает только женский персонал, а в другой – открыто только для мальчиков и работает только мужской персонал. На обоих форумах обсуждаются демократия, равенство, Конвенция о правах ребенка и нормы. Кроме того, проводятся учебные визиты и, среди прочего, занятия творчеством. В муниципальном центре досуга для подростков в Акалле проводятся собственные вечера для девочек мальчиков два раза в неделю. Целевая группа – подростки от 13 до 15 лет.

## ПОЛЕВЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ РАБОТНИКИ И МОЛОДЕЖНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

### Другие взрослые – для вас и вашего подростка

Когда ваш ребенок растет и становится старше, другие взрослые также становятся важны. Они никогда не смогут заменить вас в вашей важной роли родителя, но они могут вас дополнять и помогать вашему подростку за пределами семьи.

**Полевая группа (fältgruppen)** состоит из полевых социальных работников (fältassistenterna), которые работают с целью профилактики на основе непосредственного контакта с молодежью в возрасте от 12 до 25 лет. Они посещают школы, муниципальные центры досуга и другие места, где собираются молодые люди. Полевые социальные работники пытаются на ранней стадии вывить молодых людей, которые себя плохо чувствуют, с целью предупреждения преступности и потребления наркотиков. Они являются теми надежными взрослыми, с которыми молодые люди могут говорить о больших и малых проблемах. Они соблюдают конфиденциальность и не ведут никакой реестр. Полевая группа работает в дневное время, по вечерам и иногда в выходные дни. Они поддерживают контакт с родителями и объединениями в районе и сотрудничают с другими организациями и ведомствами, работающими с молодежью, например, со школами, муниципальными центрами досуга для подростков, социальной службой и полицией. Если у вас есть какие-либо вопросы, касающиеся вашего ребенка, то вы как родитель всегда можете обратиться в полевую группу.

**Контакт:** Fältgruppen (полевые социальные работники): телефон 08-508 010 89. С понедельника по четверг родители могут звонить до 21.00, по пятницам – до 23:00. Страница на Фейсбуке: Fältgruppen Rinkeby-Kista; Instagram: Fältgruppen Rinkeby-Kista.

### Молодежная дружина (ungdomsvårdar)

Во время школьных каникул и в выходные дни в районе работает команда, состоящая из около двадцати **молодёжных дружинников**. Они живут в этом районе, и их рекрутируют, чтобы они были примером для подражания для других молодых людей. Многие одновременно учатся. Молодежные дружинники сотрудничают с полевыми социальными работниками и народной дружиной.

### Молодежная консультация

**Молодежная консультация** предназначена для всех молодых людей до 23-летнего возраста, которые хотят поговорить или обследоваться, получить помощь касательно контрацепции или просто с кем-то поговорить. Здесь работают акушерки, кураторы, гинеколог и венеролог. Контакт: Järva ungdomsmottagning, ул. Isafjordsgatan 32B в Щиста, телефон 08-123 36 020, Страница в Фейсбуке: Järva ungdomsmottagning, [www.stockholm.se/jarvaungdomsmottagning](http://www.stockholm.se/jarvaungdomsmottagning), электронная почта: [jarvaungdomsmottagning@stockholm.se](mailto:jarvaungdomsmottagning@stockholm.se) - можно записаться на прием или прийти без записи. На сайте молодежной консультации онлайн [www.umo.se](http://www.umo.se) вы можете задать вопросы и получить ответы о сексе, здоровье и отношениях.

## СТРАНИЦА 13

## SIDAN 13

*На фото: Слушать подростков – важная составляющая работы полевых социальных работников.*

**Сабрин Некач, 22 года, - молодежный дружинник в Хусбю:**

”Я – звено между молодежью и взрослыми”

Сабрин прожила в Хусбю всю свою жизнь. Она работает молодежным дружинником в этом районе.

- Мы, молодежные дружинники, лишь на несколько лет старше тех подростков, с которыми мы работаем, и зачастую мы играем роль связующего звена между ними и другими взрослыми.

Она сама часто посещала муниципальный центр досуга для подростков в Щисте, сотрудники которого очень много для нее значили.

- Они были как старшие сестры, с которыми можно было говорить обо всем. Иногда полезно поговорить с кем-то посторонним.

Чаще всего к Сабрин и ее коллегам обращаются подростки - но бывает и так, что обращаются родители.

## СТРАНИЦА 14

## SIDAN 14

### ВСТРЕЧИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКОВ

**Аша Аден, мать двух подростков и участница программы для родителей подростков:**

"Важно попытаться понять друг друга"

Аша записалась на встречи для родителей подростков, потому что она желает для них самого лучшего и хочет их лучше понимать.

- Подростки и их родители мыслят по-разному. Для того чтобы иметь хорошие отношения, важно попытаться понять друг друга.

В группе Аши десять ангажированных матерей подростков поделились друг с другом своим опытом. Она считает, что теперь она лучше понимает своих детей, она стала спокойнее и более положительно относится к тому, что делают дети.

Аша надеется, что и другие родители подростков также смогут принять участие.

- Важно приобретать новые знания, чтобы не увязнуть в том, что знаешь.

Фото: Анна Эрикссон

## СТРАНИЦА 15

## SIDAN 15

### Родители поддерживают друг друга

**Вы считаете, что ваш подросток вас не слушает, ссорится с братьями и сестрами и не помогает по дому? Вы не одиноки. Познакомьтесь с другими родителями в той же ситуации и получите поддержку, посещая встречи для родителей подростков.**

Если у вас есть ребенок в возрасте от 12 до 17 лет и вы живете в Акалле, Хусбю, Щисте или Ринкебю, то вы можете встретиться в группе и поговорить с другими родителями подростков. Программа называется "Любимый проклятый подросток". Вы встретитесь четыре раза в группе с руководителем и поговорите о повседневных ситуациях, в которых большинство родителей узнают себя.

Если вы предпочитаете индивидуальную беседу о том, каково быть родителем подростка, то вы можете записаться к консультанту для родителей в семейном центре в Ринкебю или Хусбю.

Контактные данные и запись на родительские встречи: Familjehuset, телефон консультанта для родителей: 08-508 011 19, электронная почта: [foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:foraldraradgivningen.rinkeby-kista@stockholm.se), [www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset)

### **Алкоголь и наркотики**

Многие родители думают, что их подростки не слушают, что они говорят, однако многие исследования показывают, что подростков в действительности заботит, что думают их родители. Поэтому важно, чтобы вы как родитель ясно дали понять, что нельзя потреблять табак или алкоголь в возрасте до 18, поскольку это и опасно, и незаконно. Если вам требуются аргументы и знания о различных наркотиках, то вы можете связаться с районным координатором по превенции наркомании по телефону 08-508 01 648.

Информация о каннабисе и советы для родителей размещены на сайте [stockholm.se/nejtillcannabis](http://stockholm.se/nejtillcannabis).

Если вы беспокоитесь, что ваш подросток употребляет наркотики, вы можете обратиться сюда:

Молодежное отделение Мария (Maria ungdomsenhet): телефон 08-508 43 710 – консультации и запись на прием в рабочее время.

Молодежное отделение неотложной помощи Мария (Maria ungdoms akutmottagning): телефон 08-123 474 10 – неотложные ситуации, круглосуточно, [www.mariaungdom.se](http://www.mariaungdom.se).

Если ваш подросток старше 18 лет:

Rinkeby-Kistamottagningen (лечение наркомании), телефон: 08-508 01 851 (заведующий), понедельник - пятница 8.00-16.35, дежурный телефон 076-120 14 82.

”BE-unga” (консультации и терапевтические беседы для молодежи от 18 до 28 лет), телефон: 08-508 446 64, электронная почта: [be-unga@stockholm.se](mailto:be-unga@stockholm.se)

### **Ночная дружина**

По вечерам в пятницу и субботу взрослые добровольцы дежурят в качестве дружинников в районе, чтобы содействовать повышению безопасности.

Вечера начинаются со встреч в Хусбю и Ринкебю, на которых также присутствует полиция. Обратитесь к одному из контактных лиц, если вы хотите принять участие или получить более подробную информацию.

Контактное лицо в Ринкебю: телефон 076-12 016 47

Контактное лицо в Акалле-Хусбю-Щисте: телефон 076-12 016 46

*На фото:* Смех и беседа на родительских встречах в семейном центре в Ринкебю. Фото: Анн Эрикссон

## ЛЕТНЯЯ РАБОТА И ПРАКТИКА ОПЫТ ДЛЯ БУДУЩЕЙ РАБОТЫ

Некоторые подростки уже точно знают, что хотят делать после окончания средней школы, но для большинства наступает время исканий и размышлений. Куда пойти учиться? Есть ли работа? У всех подростков имеется возможность искать работу в каникулы, пройти практику или получить консультацию касательно учебы в гимназии.

Подростки могут получить летнюю работу в муниципальных органах или в каком-либо объединении. Для многих работа в каникулы оказывается первым соприкосновением с рабочей жизнью.

Все подростки в возрасте от 16 до 19 лет, которые не работают и не учатся, имеют право получить помощь, чтобы найти подходящее занятие. Это может быть учеба, практика или различные способы поиска работы.

Районная администрация в Ринкебю-Щиста также сотрудничает со школами, службой занятости и другими органами и ассоциациями в районе с целью оказания поддержки для молодых людей в возрасте от 16 до 25 лет. Цель – сотрудничество всех тех, кто работает с молодежью, чтобы оказать поддержку молодым людям, которые не работают и не учатся, чтобы они начали учиться или пошли на практику.

### Поиск работы в каникулы

Информация о работе в каникулы: [www.stockholm.se/sommarjobb](http://www.stockholm.se/sommarjobb)

Задайте вопросы о работе в каникулы по электронной почте: [sommarjobb.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:sommarjobb.rinkeby-kista@stockholm.se)

Вопросы о работе во время рождественских каникул можно отправить на электронный адрес: [juljobb.rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:juljobb.rinkeby-kista@stockholm.se)

### Помощь в поиске работы, практики или учебы

Молодые люди в возрасте от 16 до 29 лет, которые не работают и не учатся, могут обратиться в **Fokus Unga**:

Kista Galleria, подъезд 2, этаж 2, телефон 08- 508 359 60, электронная почта: [jobbtorg-kistaunga.amf@stockholm.se](mailto:jobbtorg-kistaunga.amf@stockholm.se)

### Поступление в гимназию

Подростки в возрасте от 16 до 19 лет, которые не начали учиться или бросили учебу, могут получить консультации по вопросам учебы и выбора профессии, а также советы и поддержку от «Skolslussen».

Это также относится и к тем, кто не отвечает требованиям для поступления в гимназию.

Обратитесь в «Skolslussen», ул. Hornsgatan, д. 124, 2-ой этаж, Стокгольм, телефон 08-508 34 802, электронная почта: [skolslussengymn.utbildning@stockholm.se](mailto:skolslussengymn.utbildning@stockholm.se)

### Увидеть лицо за униформой

«Человек за униформой» – это программа для подростков, состоящая из десяти встреч, включающих теорию и практику. Подростки посещают полицию, SL, пожарную станцию, охранников и т. д., чтобы узнать подробнее об этих профессиях и их роли в обществе.

Контактные данные: телефон 08-508 01 564.



## **СТРАНИЦА 17**

## **SIDAN 17**

*На фото:* Милли Амануэль – одна из около тысячи подростков, работавших во время каникул в районе Ринкебю-Щисте в 2014 г. В рождественские каникулы она работала в доме для престарелых. Фото: Малкольм Якобсон

Милли Амануэль работает в рождественские каникулы:

**”Это полезный опыт, поскольку я хочу стать психологом”**

Милли Амануэль живет в Акалле и учится на втором курсе гимназии, по профилю обществоведение и наука о поведении человека. Ей нравится ее работа в доме для престарелых в Щисте.

- Общаюсь с пожилыми людьми, я многому учусь. Мне нравится слушать их рассказы, они такие оптимистичные и радостные. Тогда понимаешь, что впереди - вся жизнь!

В будущем Милли хочет стать психологом, и потому ей полезно встречаться с разными людьми. Благодаря работе в каникулы она учится лучше планировать время и заработала деньги, которые пойдут на поездку в США с друзьями после окончания гимназии.

## **СТРАНИЦА 18**

## **SIDAN 18**

### **КУЛЬТУРА И ДОСУГ В КАНИКУЛЫ**

*На фото:* В Ринкебю-Щисте раздумья детей дошкольного возраста о страхе нашли свое воплощение в пьесе ”Панда, кролик и опасности” в театре «Mittiprickteatern». Фото: Мартин Скууг

## **СТРАНИЦА 19**

## **SIDAN 19**

### **Множество занятий для маленьких и больших**

**У детей и подростков в Ринкебю-Щисте есть много возможностей соприкоснуться с культурой и самим ее создавать. Район лидирует по всему Стокгольму что касается числа мероприятий в сферах музыки, театра, танца, изобразительного искусства, кино и цирка для дошкольников.**

Для детей в возрасте от 1 года до 5 лет ежегодно предлагается культурная программа с концертами, танцами и театральными спектаклями с профессиональными артистами. Дети в детском саду участвуют вместе со своими педагогами. Если ваш ребенок не посещает детский сад, то он/она может прийти со взрослым.

Дети в Ринкебю-Щисте также творят культуру сами. Один из примеров тому – беседы театра «Mittiprickteatern» с дошкольниками, ставшие частью работы над новой пьесой. Таким образом, были созданы спектакли об опасностях и секретах.

По воскресеньям семьи могут посмотреть спектакли в Школе искусств в Хусбю. Программу можно посмотреть на сайте [www.mittiprickteatern.se](http://www.mittiprickteatern.se).

#### **Культура и спорт в каникулы**

Во время школьных каникул организуется программа со множеством спортивных и культурных мероприятий для всех детей и подростков. Программа включает в себя мероприятия, организованные районной администрацией или получившие ее поддержку. Работают не только муниципальные центры досуга для подростков, но и организуются мероприятия на детской площадке «Rinken», в библиотеках, в организации «Berättarministeriet», в Husby Gård, Akalla by и Eggeby Farm. Например, это могут быть цирковая школа, художественный лагерь, курсы театра или кино. Накануне летних каникул в школах раздают брошюру, в которой собрана вся программа. Брошюру можно также взять в библиотеках и в муниципальном информационном центре или скачать на сайте [www.stockholm.se](http://www.stockholm.se). Во время других каникул реклама мероприятий публикуется в местных газетах.

### **Школа искусств**

Школа искусств в Стокгольме предназначена для детей и молодежи в возрасте от 6 до 22 лет, которые хотят активно проводить свое свободное время. Предлагается около 70 курсов музыки и пения, танца и цирка, театра и мюзикла, искусства и средств массовой информации. Школа искусств расположена в Хусбю. За обучение взимается определенная плата. Прочитайте подробнее на сайте [www.stockholm.se/kulturskolan](http://www.stockholm.se/kulturskolan).

### **Летние лагеря для детей и подростков**

Летние лагеря – это давняя стокгольмская традиция, позволяющая городским детям провести лето на природе и обрести новых друзей. Стоимость путевки в летний лагерь зависит от семейного дохода и от того, сколько в семье детей. Прочитайте подробнее на сайте [www.stockholm.se/kollo](http://www.stockholm.se/kollo).

### **Посетите библиотеку**

В Галерее Щиста находится самая современная и вторая по величине библиотека Стокгольма с комнатами для занятий и программными залами. Библиотеки также есть в Хусбю-центре и в Ринкебю. В библиотеке имеются не только книги, но и происходит много всего интересного – здесь можно участвовать в языковом кафе, смотреть видео и слушать сказки.

Библиотека Хусбю: ул. Edvard Griegsgången, д. 99, телефон 08-508 30 505

Библиотека Щиста: Kista Galleria, телефон 08-508 30 511

Библиотека Ринкебю: ул. Skårbygränd, д. 1, телефон 08-508 30 601

Сайт библиотек: [www.stockholm.se/bibliotek](http://www.stockholm.se/bibliotek)

### **Сара Арбугар, 10 лет, занимается фортепиано в школе искусств**

#### **"Я люблю все, что связано с музыкой!"**

Сара живет попеременно с мамой в Акалле и с папой в Хусбю. Более года назад она начала ходить раз в неделю в школу искусств в Хусбю на занятия фортепиано.

- Я выбрал фортепиано, потому что я считаю, что оно очень красиво звучит. Раньше я играла на скрипке, а когда была маленькой, я ходила на ритмику.

Сара занимается на фортепиано каждый день, она играет и поет. Кроме того, она пишет собственные песни. Ее младшая сестра Астрид играет на скрипке, мама играет на фортепиано и гитаре, а отец иногда играет на барабанах.

- Я люблю музыку - и пение, и инструменты. Я люблю все, что связано с музыкой! - говорит Сара.

*На фото:* Консультанты муниципального информационного центра оказывают услуги на месте в Хусбю. Фото: Малкольм Якобсон

## **Персональный сервис для вас**

**Посетите муниципальные информационные центры (medborgarkontoren) в Ринкебю или Хусбю, если вы хотите получить информацию и советы при личной встрече. Вы сможете получить ответы на ваши вопросы о государственных органах и шведском обществе.**

В Муниципальном информационном центре вы можете получить советы и информацию по многим областям общественной жизни Швеции, например, о поиске жилья и о том, как поставить вашего ребенка в очередь на детский сад. Кроме того, предоставляются консультации по поводу бюджета и долгов, консультации для потребителей, информация о воссоединения семьи, юридические консультации по несложным вопросам. Помимо этого, здесь могут рассмотреть вашу потребность в льготном транспортном обслуживании, предоставляемом пенсионерам и лицам с ограниченными возможностями.

В муниципальном информационном центре с удовольствием покажут, как искать информацию и решать свои дела по Интернету. При желании здесь можно воспользоваться компьютером, чтобы самостоятельно найти информацию или решить свои дела. Здесь можно также скачать бланки и брошюры.

### **Дежурные муниципального информационного центра**

В дневное время, по вечерам и по выходным в районе работают на улице восемь дежурных муниципального информационного центра, чтобы внести свой вклад во всеобщий комфорт и надежность, помогая жителям и посетителям. Дежурные муниципального информационного центра одеты в специальные куртки. Они сотрудничают с полицией, предпринимателями, жилищными предприятиями, охранниками, ночными дружинниками и ассоциациями.

### **Контакт**

Муниципальный информационный центр Ринкебю (Medborgarkontoret Rinkeby):  
ул. Rinkebystråket, телефон 08-508 01 794, факс 08-508 01 790

Муниципальный информационный центр Хусбю (Medborgarkontoret Husby): ул. Edvard Griegsgången, д. 11 А, телефон 08-508 01 129, факс 08-508 01 123, электронная почта:  
medborgarkontoret.rinkeby-kista@stockholm.se

Дежурные муниципального информационного центра: телефон 08-508 010 80

**Мохамед Хамди Шек-Ахмед – консультант по социальным вопросам в Муниципальном информационном центре в Ринкебю.**

**«Мы отвечаем на вопросы, когда возникают проблемы в повседневной жизни».**

Как получить квартиру и как получить место в детском саду? Это – самые распространенные вопросы, которые посещающие муниципальный информационный центр в Ринкебю семьи задают консультанту по социальным вопросам Мохамеду Хамди Шек-Ахмеду.

Хамди и его коллеги показывают семьям, как встать в очередь на жилье и дают советы о том, как найти квартиру в субаренду. Они также объясняют, как получить место в детском саду и как записаться в школу. Посетителям помогают искать информацию самостоятельно и решать свои дела.

Муниципальный информационный центр оказывает помощь по разным аспектам повседневной жизни, – объясняет Хамди.

– Может быть, семье необходим совет при выборе страховки или помощь в том, как навести порядок в своей финансовой ситуации. Для этого существуют консультанты, которые могут оказать помощь.

## Другие полезные контакты для семей

### РАЙОННАЯ АДМИНИСТРАЦИЯ РИНКЕБЮ-ЩИСТА

**Отдел по работе с детьми и подростками (Barn och ungdom)** при Службе социальной защиты. Приемный отдел для заявлений в отношении детей и молодежи (0-20 лет), нуждающихся в поддержке или защите. Телефон 08-508 01 968 (факс 08-508 01 018).

**Отдел семейного права (Familjerätten)**, телефон для информации 08-508 01 900  
**Группа по вопросам насилия в близких отношениях (Relationsvåldsteamet)**, тел. 08-508 01 420

### ДРУГИЕ УЧРЕЖДЕНИЯ

**Служба занятости (Arbetsförmedlingen)**: [www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)

#### Детские консультации (BVC)

Детская консультация в Хусбю: ул. Edvard Griegsgången, д. 12  
Для новорожденных/новоприбывших детей: тел. 08-123 428 86  
BVC 1: тел. 08-123 409 30  
BVC 2: тел. 08-123 409 32  
BVC 3: тел. 08-123 409 31

Детская консультация в Щиста: Kista Centrum Galleria, подъезд 2, 1-ый этаж  
BVC 1 08-123 409 33  
BVC 2 08-123 409 34

Детская консультация в Ринкебю: ул. Skårbygränd, д. 3  
Для новорожденных/новоприбывших детей: 08-123 399 08  
BVC 1 08-123 409 41  
BVC 2 08-123 409 42  
BVC 3 08-123 409 43  
BVC 4 08-123 409 44  
BVC 5 08-123 409 45  
BVC 6 08-123 409 46  
BVC 7 08-123 409 47

#### Женские консультации (ВММ)

Женская консультация в Щисте, Kista Centrum Galleria, подъезд 2, 1-ый этаж, тел. 08-123 387 90  
Женская консультация в Ринкебю: ул. Skårbygränd, д. 3, тел. 08-687 62 90

**Детская и юношеская психиатрия (BUP)**: ул. Rinkebysvängen 70B, тел. 08-410 60 710,  
[www.bup.se](http://www.bup.se)

**BRIS – телефон для взрослых – о детях**: тел. 077-150 50 50, [www.bris.se](http://www.bris.se)

**Семейное консультирование (Familjerådgivningen) в Стокгольме**:  
тел. 08-508 44 620, [www.stockholm.se/familjeradgivning](http://www.stockholm.se/familjeradgivning)

**Муниципальная стоматологическая служба «Фолктандворден» (Folktandvården)**:

[www.folkvandvarden.se](http://www.folkvandvarden.se)

**Государственное управление социального страхования (Försäkringskassan):**  
[www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)

**Социально-медицинская реабилитация для лиц с функциональными ограничениями (Habiliteringen) - советы, поддержка и лечение детей, молодежи и взрослых с функциональными ограничениями:** тел. 08-123 35 010, электронная почта: [habilitering@sll.se](mailto:habilitering@sll.se), [www.habilitering.se](http://www.habilitering.se)

**Контактный центр для детей с функциональными ограничениями:**  
тел. 08-508 11 508, электронная почта: [kc.funktionsnedsattning@stockholm.se](mailto:kc.funktionsnedsattning@stockholm.se)

**Полиция:** тел. 114 14 (в неэкстренных случаях), 112 (в экстренных ситуациях), [www.polisen.se](http://www.polisen.se)

**Центр по борьбе с насилием в близких отношениях (Relationsvåldcentrum)** (для лиц старше 18 лет, подвергшихся насилию со стороны партнера или насилию во имя чести, подавших заявление в полицию): ул. Sundbybergsvägen, д. 9, Solna, тел. 010-56 305 40, электронная почта: [rvc.socialförvaltningen@stockholm.se](mailto:rvc.socialförvaltningen@stockholm.se)

**”Спасем детей” для родителей**

”Спасем детей”, телефон для родителей: 020-786 786

”Спасем детей”, электронная почта для родителей: [foraldrar@rb.se](mailto:foraldrar@rb.se), [www.raddabarnen.se](http://www.raddabarnen.se)

**Справочная медицинская служба ”Vårdguiden” (факты и советы, как найти поликлинику, электронные услуги):** тел. 1177, [www.1177.se](http://www.1177.se)

**Если вы не уверены, куда обращаться по каким-то вопросам, обратитесь в Муниципальную информационную службу (Medborgarkontoret), см. стр. 21**

## Мои контакты

---

---

---

Последняя страница: **Sista sidan**

## **У вас маленькие или большие дети и вы живете в Акалле, Хусбю, Щисте или Ринкебю?**

Здесь вы можете почерпнуть вдохновение и найти советы и адреса, которые могут оказаться полезными для вас и ваших детей от младенчества до 18 лет.

Районная администрация в Ринкебю-Щиста призвана содействовать тому, чтобы у всех детей в этом районе было хорошее детство. Именно эта важная миссия лежит в основе описанных здесь мероприятий.

Все бесплатно - если не указано иное.

Стокгольмский муниципалитет

Районная администрация Ринкебю-Щиста  
Вох 7049, 164 07 Щиста  
Адрес для посетителей: ул. Borgarfjordsgatan, д. 14, Щиста  
Телефон: 08-508 01 000

Электронная почта:  
[rinkeby-kista@stockholm.se](mailto:rinkeby-kista@stockholm.se)  
[www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)

Данное руководство для родителей можно скачать на сайте Семейного центра  
[www.stockholm.se/familjehuset](http://www.stockholm.se/familjehuset).  
Этот текст имеется там на нескольких языках.