

自由 Freiheit Liberté Libertad Libertà حرية Freiheit Derechos Diritti Rechte  
Liberté Freiheit Libertad Libertà Freiheit Diritti Droits Diritti  
Freiheit Liberty СВОБОДА Liberty Liberté Diritti Derechos  
Libertad Freiheit Libertad 自由 Liberté Diritti Rechte Droits  
Freiheit حرية Liberté Freiheit Libertad Rechte حقوق Rechte Droits  
Law Legge Ley Gesetz Ley 法 Rechte Rights ПРАВА Rechte  
القانون Ley Gesetz Legge Rechte Derechos Diritti Droits

**ЗАКОН**

**О правах и свободах**

Law Legge Ley **человека и гражданина**

Ley Gesetz 法 Pflicht **ОБЯЗАННОСТЬ** Devoir  
Citizen 公民 Bürger Cittadino Responsibility Dovere Deber  
Citoyen Bürger Cittadino

**ГРАЖДАНИН** Citizen Hombre Mann 男人 Homme Man  
Cittadino Bürger 男人 Hombre رجل Man  
Ciudadano Citoyen Human Uomo Mann Human

公民 Citizen مواطن Human Mann **ЧЕЛОВЕК** 男人  
Etat Zustand Etat State Etat Human Mann Uomo Man  
Etat Zustand Etat State Etat

Estado Stato **ГОСУДАРСТВО** Etat Zustand Estado Stato  
Estado Stato Zustand Etat Zustand

Estado Stato Zustand Etat Zustand  
Etat Zustand Stato Zustand Stato Zustand

# Содержание

---

<b>1.</b>	Чем отличаются права человека от прав гражданина .....	4
<b>2.</b>	Что такое свобода .....	6
<b>3.</b>	Не бывает прав без обязанностей .....	8
<b>4.</b>	Какие бывают права .....	10
<b>5.</b>	Когда ограничиваются права и свободы .....	19
<b>6.</b>	Как защищать свои права и свободы .....	20
<b>7.</b>	В каких документах записаны основные права и свободы .....	22
<b>8.</b>	Вместо заключения .....	23

# 1. Чем отличаются права человека от прав гражданина

## ПРАВА

### Права человека

Право на жизнь, свободу, безопасность, личную неприкосновенность, личное достоинство и честь, собственность, достаточный и достойный уровень жизни, личную и семейную тайну, чистую окружающую природную среду, пользование достижениями культуры, право на объединение и др.



- ✓ Они никем не даруются, их нельзя отобрать, заслужить или купить, они проистекают из самой природы человека.
- ✓ Права человека неотчуждаемы.
- ✓ Права человека должны принадлежать любому человеку, причем без ограничений по времени.
- ✓ Каждый имеет право пользоваться правами человека без какого бы то ни было различия, независимо от расы, цвета кожи, вероисповедания, политических или иных убеждений, имущественного или сословного положения.
- ✓ Права человека возникают с момента рождения

### Права гражданина

Право на проведение собраний, митингов и демонстраций, участие в управлении делами государства, право избирать и быть избранным, право на доступ к государственной службе и др.



- ✓ Принадлежат только гражданину конкретного государства.
- ✓ Разнообразие видов и реализация прав гражданина зависят от режима конкретного государства



*\* Например, в демократических государствах замещение высших государственных должностей осуществляется на основе выборов, соответственно, у граждан есть право избирать. А в недемократических государствах может происходить назначение на высшие государственные должности решением главы государства, например, монархом, власть которого передается по наследству, соответственно, в этом случае право избирать отсутствует.*

- ✓ Права гражданина возникают с приобретением гражданства.



*\*В большинстве случаев ребенок, рожденный на территории государства, автоматически становится его гражданином, в других случаях предусмотрена процедура принятия в гражданство.*



Права человека универсальны – они не знают границ.  
Права гражданина в каждом государстве свои.

## 2. Что такое свобода

Человек свободен с рождения.

### СВОБОДА

Это самоопределение человека, его независимость и автономия, возможность мыслить и действовать в соответствии с собственной волей и без принуждения извне.

В ценности свободы выражена идея защиты человека от произвола сильных или наделенных властью, от диктата с чьей-либо стороны.

### ГРАНИЦЫ СВОБОДЫ

1. Свобода – это не вседозволенность.



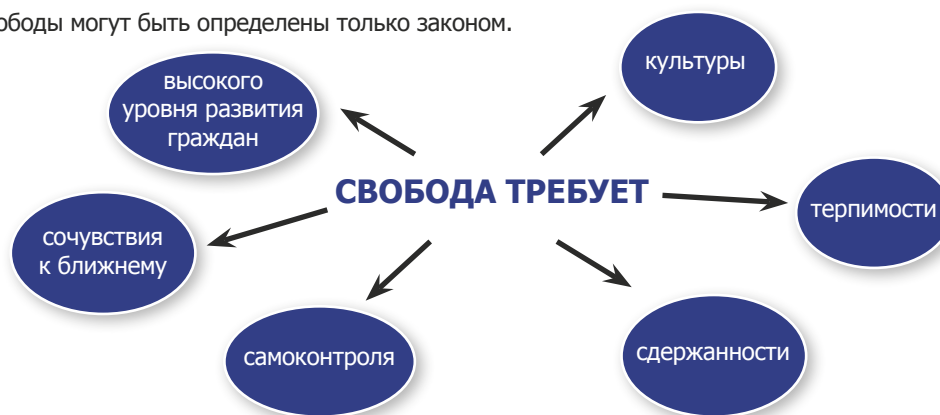
\* Например, свобода мысли и слова ограничивается запретом на пропаганду и агитацию, возбуждающие социальную, расовую, национальную или религиозную ненависть и вражду.

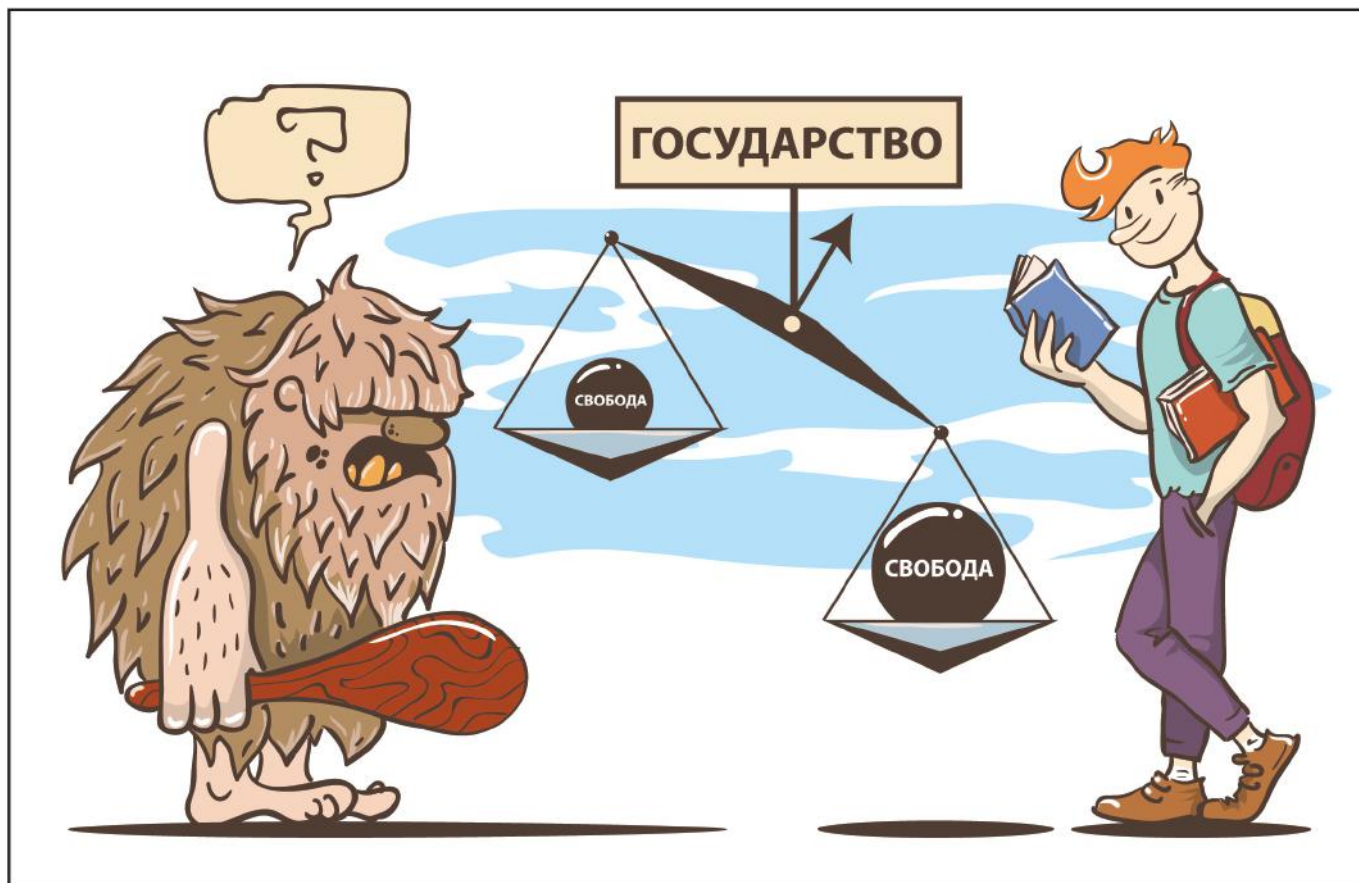
2. Свобода одного человека заканчивается там, где начинается свобода другого человека.



\* Например, реализация права на проведение демонстрации может затруднять движение общественного транспорта, скорой помощи, пожарных, передвижение других людей, нарушать их покой. В этой связи законом определен порядок согласования с государственными органами возможности проведения демонстрации с указанием: места, времени, маршрута, ожидаемого количества участников и др.

3. Границы свободы могут быть определены только законом.





Уровень свободы зависит от уровня культуры.

## 3. Не бывает прав без обязанностей

Нет прав без обязанностей и обязанностей без прав.

### Обязанности всех людей в независимости от гражданства

#### Каждый должен:

- ✓ Соблюдать Конституцию РФ и законы.
- ✓ Уважать права и свободы других лиц.
- ✓ Заботиться о сохранении исторического и культурного наследия, беречь памятники истории и культуры.
- ✓ Платить законно установленные налоги и сборы.
- ✓ Сохранять природу и окружающую среду, бережно относиться к природным богатствам.
- ✓ Заботиться о детях и нетрудоспособных родителях.
- ✓ Родители, усыновители, опекуны (попечители), приемные родители обязаны выучить своего ребенка в школе.

### Обязанности граждан РФ

#### Граждане должны:

- ✓ Защищать Отечество.



**Гражданин РФ может самостоятельно осуществлять свои права и обязанности с 18 лет.**



*\*Например, законом об образовании определены не только права обучающихся, но и их обязанности.*

### Учащийся имеет право:

- учиться и получать оценки своим знаниям;
- на уважение человеческого достоинства, защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности, охрану жизни и здоровья;
- на свободу совести, информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;

### При этом учащийся обязан:

- добросовестно учиться, посещать занятия и готовиться к ним, выполнять задания;
- соблюдать устав школы;
- заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;

- на каникулы в установленном порядке;
  - переход в другую школу по установленным законом правилам;
  - участвовать в жизни школы в соответствии с ее уставом;
  - бесплатно пользоваться библиотекой, лечебным кабинетом, спортзалом;
  - участвовать в конкурсах, олимпиадах, выставках, спортивных соревнованиях и других мероприятиях;
  - бесплатно публиковать свои работы в школьных изданиях
- и др.
- уважать честь и достоинство других обучающихся и работников школы, не создавать препятствий для получения образования другими обучающимися;
  - бережно относиться к имуществу школы и др.



В обществе свободы людей не беспредельны. Важно чтобы при реализации своих прав один человек не нарушал права другого человека. Государство выступает арбитром, которому «делегировается» часть прав граждан, для того, чтобы гарантировались, обеспечивались и защищались права всех граждан в равной мере. Таким образом, государство приобретает законное право применять силу для принуждения и ограничения людей для соблюдения прав всех людей.



## 4. Какие бывают права

- ЛИЧНЫЕ
- ПОЛИТИЧЕСКИЕ
- СОЦИАЛЬНЫЕ
- ЭКОНОМИЧЕСКИЕ
- КУЛЬТУРНЫЕ

### ЛИЧНЫЕ ПРАВА

#### Право на жизнь

- Тебя никто не вправе произвольно лишить жизни.
- Ты не вправе произвольно лишить жизни другого человека.
- За убийство человека следует наказание, установленное законом.
- Ты имеешь право на самооборону.

#### Достоинство личности

- Ты должен уважать других.
- Тебя тоже должны уважать.
- Тебя нельзя подвергать пыткам, насилию, другому жестокому или унижающему твоё достоинство обращению или наказанию.
- Без твоего добровольного согласия над тобой нельзя проводить медицинские, научные или иные опыты.
- За клевету и оскорбления следует наказание, установленное законом.
- Ты имеешь право требовать компенсацию морального вреда в суде.
- Ты имеешь право на судебную защиту своей чести и достоинства.

#### Как нарушались права: примеры из истории



*В древнем мире господин мог безнаказанно убить своего раба, поскольку раб воспринимался как вещь, которой господин мог распоряжаться по своему усмотрению.*



*В конце 19 - начале и середине 20 веков были распространены медицинские опыты и испытания новых видов оружия на людях. Во время Второй мировой войны в нацистских концентрационных лагерях проводились зверские опыты над людьми. В Японии в 30-40-х годах 20 века был создан «Отряд 731», который ставил мучительные и жестокие опыты на похищенных людях и военнопленных.*

### Право на свободу и личную неприкосновенность

- Ты свободен в своих действиях.
- Ты не должен нарушать свободу других.
- Тебя никто не вправе силой или угрозами принуждать к какому-то действию, подвергать истязанию, незаконному обыску или наносить вред здоровью.
- Твоя свобода ограничивается законом.
- Тебя не могут принудительно поместить в психиатрическую больницу.



*В Советском союзе в 60-70 годы широко был распространен метод «борьбы» с диссидентами в виде помещения их в психиатрические больницы. Самым распространенным диагнозом, который ставили людям, отстаивающим другие политические взгляды, была вялотекущая шизофрения.*

### Право на частную жизнь

- Никто не вправе требовать от тебя разглашения твоих тайн и тайн твоей семьи.
- Ты вправе защищать свою честь и доброе имя в суде и требовать компенсацию морального вреда.
- Ты имеешь право на тайну переписки, телефонных переговоров, почтовых и иных сообщений.
- Никто не может без твоего согласия собирать, хранить, использовать и распространять информацию о твоей личной жизни.



*Например, сегодня любое лицо (организация), которые планируют использовать твои персональные данные, должны предложить тебе оформить согласие на обработку твоих персональных данных. Без твоего письменного согласия они это делать не могут.*

### Неприкосновенность жилища

- Никто не может проникать в твой дом или квартиру без твоего согласия.
- Нарушение неприкосновенности жилища является преступлением.



*В Советской России в 1918-1920 годах было такое явление как «уплотнение». Оно заключалось в изъятии у собственников жилых площадей, или как это назвалось раньше «излишек жилплощади», и предоставлении их рабочим. Так стали появляться коммунальные квартиры.*

### Право определять и указывать национальную принадлежность

- Ты можешь сам определять свою национальность и указывать ее.
- Тебя никто не может принудить к определению и указанию своей национальности.
- По национальному признаку ты не можешь пользоваться никакими привилегиями, равно как подвергаться дискриминации по национальному признаку.



*В 30-50-е годы 20 века на территории нацистской Германии, стран-союзников и на оккупированных территориях производился геноцид евреев и цыган. Геноцид означал физическое уничтожение какой-либо группы людей по национальному, этническому, расовому или религиозному принципу. Евреи и цыгане сначала были лишены отдельных прав. Так был установлен запрет на вступление в браки с немцами, на участие в выборах. Позже их стали отселять в отдельные кварталы, а затем и вовсе вывозить в концентрационные лагеря, где использовали в качестве бесплатной рабочей силы, ставили на них опыты и просто уничтожали.*

### Свобода передвижений и места жительства

- Ты можешь свободно передвигаться, беспрепятственно переезжать по своему усмотрению и жить, где тебе хочется (с 18 лет).
- Ты можешь выезжать за пределы Российской Федерации и беспрепятственно возвращаться (с 18 лет).



*После того как Христофор Колумб в 1492 году открыл Америку, европейцы начали активную колонизацию новых земель, которая сопровождалась вытеснением и истреблением коренного населения, индейцев. Постепенно их оттесняли на запад страны и помещали в закрытые резервации, где не было никаких условий для жизни. В результате большое количество индейцев погибло, а некоторые индейские племена вообще перестали существовать.*

### Свобода совести и вероисповедания

- Ты имеешь право, как верить в Бога, так и быть атеистом, то есть не верить в Бога.
- Ты имеешь право самостоятельно определять религию, которую ты хочешь исповедовать.



В истории много примеров, когда насаждались силой как религиозные убеждения, так и атеизм.

На Руси с 13 - по 17 века во время колонизации восточных и юго-восточных земель (Казань, Поволжье, Сибирь) в православие обращали «мечом и огнем». А в начале 20 века с приходом к власти большевиков был выбран курс на атеизм. Проводилась не только пропаганда атеизма, но и происходили массовые аресты и преследование духовенства, вскрытие мощей святых, изъятие церковных ценностей и другой церковной собственности.

### Свобода мысли и слова

- Каждый вправе иметь свое мнение.
- Тебя не могут принуждать к высказыванию своих мыслей или отказу от своих убеждений.
- Ты не вправе принуждать других высказывать свои мысли или отказываться от своих убеждений.



В 1633 году инквизиция в результате давления и допросов заставила Галилео Галилея отречься от своих мыслей, от

учения Коперника и признать, что Солнце вращается вокруг Земли, а не наоборот. 22 июня 1633 года Галилео был принужден к публичному покаянию на коленях в церкви Maria Sopra Minerva. Но, несмотря на запрет церкви печатать труды Галилео и говорить ему на эти темы, до нас дошли его работы и идеи, а также его легендарная фраза о Земле «А все-таки она вертится!».

### ВАЖНО:

Личные права близки по своей сути и содержанию к естественным правам человека. На протяжении всей истории люди завоевывали их кровью и ценой собственной жизни. Поэтому сегодня важно помнить о страшных уроках истории, когда попирались права и свободы человека и гражданина. Чтобы такого не повторялось в будущем, каждый должен не только знать о правах и свободах, но и соблюдать, уважать, защищать их.

## ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ: СОВРЕМЕННЫЕ СПОРЫ О ЛИЧНЫХ ПРАВАХ



## ПОЛИТИЧЕСКИЕ ПРАВА

### Свобода печати и информации

- Ты имеешь право искать и получать информацию.
- Ты имеешь право запрашивать информацию в государственных учреждениях.
- Ты имеешь право передавать, производить и распространять информацию любым законным способом.
- СМИ должны быть свободны.
- Цензура запрещена законом.

### Право на объединение

- Ты вправе объединяться с другими людьми.
- Ты вправе создавать общественные организации, политических партии, профсоюзы, предпринимательские союзы и др.
- Ты можешь свободно вступать в уже созданные организации и беспрепятственно выходить из их состава.
- Тебя не могут принудить вступить в какую-либо организацию.

### Право на мирные собрания и публичные манифестации

- Ты можешь собираться мирно, без оружия.
- Ты можешь проводить собрания, митинги и демонстрации, шествия и пикетирование.

### Как нарушались права: примеры из истории



*В Советском союзе в конце 40-х и начале 50-х годов цензуре подвергались целые научные направления, например, генетика, цитология, этология, теория относительности, социология, психоанализ, экология, биология, кибернетика. Это происходило, потому что положения этих наук противоречили учению коммунистической партии и ее лозунгам. Другим ярким примером цензуры был запрет отдельных авторов и их произведений. Так, например, были запрещены работы авторов, изданных за рубежом: Александр Солженицын, Борис Пастернак, Вячеслав Иванов и др.*



*В 18-19 вв. в Европе началось активное развитие рабочего движения. Однако рабочим было запрещено объединяться в профсоюзы. Законы строго запрещали какие-либо сходки и объединения рабочих для отстаивания своих трудовых интересов. Рабочим приходилось собираться тайно. В конце 18 и первой половине 19 веков недовольства рабочих своим положением приводило к многочисленным стачкам и беспорядкам, сопровождавшимся грабежами и разрушением. Только к концу 19 - началу 20 веков в Европе стали распространены рабочие профсоюзы, ставшие центрами борьбы за трудовые права рабочих.*



*22 января 1905 года в Петербурге произошел разгон и расстрел мирного шествия рабочих. Участники шествия шли с иконами и портретами царя к Зимнему дворцу, чтобы вручить Николаю II коллективную петицию о нуждах рабочих. Но уже на Дворцовой площади их встретил прицельный огонь. В тот день было убито более тысячи человек и ранено несколько тысяч человек. В историю это событие вошло как «Кровавое воскресенье».*

### Право участвовать в управлении делами государства:

- **Право избирать и быть избранными**
  - **Равный доступ к государственной службе**
  - **Право участвовать в отправлении правосудия**
  - **Право обращений**
- 
- Ты можешь принимать участие в референдуме (прямой опрос-голосование граждан по какому-либо вопросу).
  - Ты можешь выбирать депутатов, глав муниципальных образований, мэров, губернаторов, президента.
  - Ты можешь быть избранным депутатом, главой муниципального образования, мэром, губернатором, президентом.
  - Ты можешь стать государственным служащим.
  - Ты можешь стать судьей или присяжным заседателем.
  - Ты можешь обращаться в органы власти и управления как лично, так и письменно. Ты можешь обращаться с заявлением, жалобой или предложением. Ты имеешь право получить необходимые тебе сведения, если они не являются государственной тайной.



С середины 19 века и до 70-х гг. 20 века в США существовала сегрегация афроамериканцев - отделение чернокожего населения от белого. Для «цветных» были отдельные школы, в автобусах были места для белых и черных, разделение было в общественных местах, церквях, больницах и т.д. Активно проходило и отстранение негритянских избирателей от процесса голосования. Это делалось как с помощью насилия, так и различных административных инструментов. Одним из таких инструментов был избирательный налог, который должны были платить в равной мере все граждане. Поскольку практически все чернокожие люди были бедны, то они лишались возможности голосовать. При регистрации избирателей применялось также "требование грамотности". Весьма субъективные устные и письменные экзамены почти всегда с особой строгостью проводились среди афроамериканских заявителей. Заявителя могли попросить написать отрывок из Конституции под диктовку окружного регистратора, который диктовал белым заявителям отчетливо, а черным - неразборчиво. Некоторые штаты даже не разрешали заявителю сдавать экзамены, если за него не поручится другой уже зарегистрированный избиратель.

### ВАЖНО:

На протяжении всей истории обладание политическими правами означало привилегированное положение. Только небольшие группы лиц, как правило, богатые и власть имущие, имели возможность в той или иной мере реализовывать свои политические права. По мере общественного развития политические права завоевывали торговцы, купцы, потом рабочие, женщины. В современном мире политические права в равной степени доступны всем гражданам конкретного государства без деления на пол, расу, религию, сословия, положения в обществе и т.д. Однако содержание и наполнение политических прав в каждом государстве разное. Это объясняется особенностями политического устройства, политической культурой того или иного общества.

## ЭКОНОМИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ И КУЛЬТУРНЫЕ ПРАВА

### Право на экономическую деятельность

- Ты можешь создать свое предприятие или заняться индивидуальной предпринимательской деятельностью.
- Ты можешь свободно приобретать и распоряжаться собственностью.
- Ты сам распоряжаешься полученной прибылью.
- Ты не вправе заниматься запрещенной предпринимательской деятельностью (торговать оружием, наркотиками и т.д.)

### Право частной собственности

- Ты вправе иметь имущество в собственности, владеть, пользоваться и распоряжаться им как единолично, так и совместно с другими людьми.
- Частная собственность охраняется законом.
- Ты можешь свою собственность передавать по наследству.

### Трудовые права и свободы

- Тебя никто не может заставить принудительно трудиться. Трудовая деятельность оформляется трудовым договором.
- Ты можешь свободно поступить на работу и уволиться с нее, перейти на более выгодное для тебя место.
- Ты можешь начать работать с 14 лет в свободное от учебы время и с согласия одного из родителей.
- Ты имеешь право, чтобы твои условия труда отвечали требованиям безопасности и гигиены, чтобы зарплата была не ниже минимального размера оплаты труда.
- Если ты потерял работу, то государство предоставляет тебе пособие по безработице, дает возможность бесплатного обучения новой профессии или участия в оплачиваемых общественных работах, компенсирует затраты в связи с добровольным переездом в другую местность.
- Ты имеешь право на забастовку в целях решения трудовых споров.
- Ты имеешь право на отдых.

### Право на образование

- Ты имеешь право бесплатно посещать государственные детские садики, учиться в школе или училище.
- Ты можешь учиться бесплатно в ВУЗе, техникуме, если ты прошел конкурсный отбор.
- Также ты имеешь право учиться в платных учебных заведениях.

### Право на защиту материнства, детства и семьи

- Государство посредством целой системы различных социальных мер поддерживает и защищает материнство, детство и институт семьи:
  - предоставляется отпуск по беременности и родам, по уходу за ребенком, единовременные пособия при рождении детей, иные меры социальной поддержки (например, материнский капитал);
  - законом определены особые условия труда для лиц, имеющих несовершеннолетних детей и др.

**Важно** отметить, что большей частью этих прав может воспользоваться и отец (например, отпуск по уходу за ребенком, больничный, материнский капитал и др.)



### Право на социальное обеспечение

→ Государство предоставляет меры социальной поддержки социально не защищенным категориям людей: инвалиды, пенсионеры, участники военных действий, дети-сироты и дети оставшиеся без попечения родителей, многодетные семьи, малоимущие граждане и др.

### Право на жилище

→ Тебя нельзя произвольно лишить твоего жилища.  
→ Ты вправе распоряжаться своим жилищем (если оно в твоей собственности) по своему усмотрению: сдавать в аренду, продавать, завещать.  
→ Социально незащищенные категории людей (например, дети-сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей) обеспечиваются жильем государством.

### Право на охрану здоровья и медицинскую помощь

→ Ты вправе лечиться, проходить осмотры в государственных больницах, поликлиниках бесплатно в рамках определенных государственных стандартов.  
→ Ты вправе получать как стандартные, так и дополнительные медицинские услуги за плату в частных медицинских учреждениях.

### Свобода творчества

→ Если ты занимаешься творчеством, то органы власти и управления не имеют права вмешиваться в твою творческую деятельность и диктовать тебе, что и как надо писать или публиковать.

### Право на участие в культурной жизни

→ Государство заботится о сохранности культурного и исторического наследия.  
→ Ты тоже обязан заботиться о сохранении исторического и культурного наследия.  
→ Ты имеешь право на доступ к объектам культурного наследия.

#### ВАЖНО:

Социальные, экономические и культурные права должны обеспечивать человеку благоприятную среду для его развития. В настоящее время наполнение этих прав и их реализация в разных государствах разные. В первую очередь из-за того, что государства обладают разными экономическими возможностями. Именно поэтому социально-экономические и культурные права жителей Бангладеша (одной из беднейших стран мира) существенно отличаются от прав жителей Люксембурга (одной из самых богатых стран мира).

## 5. Когда ограничивают права и свободы

*Права и свободы человека и гражданина могут быть ограничены.*



**В ст. 55 Конституции Российской Федерации установлены основания ограничений прав и свобод: «Права и свободы человека и гражданина могут быть ограничены федеральным законом только в той мере, в какой это необходимо в целях защиты: 1) основ конституционного строя, 2) нравственности, 3) здоровья, прав и законных интересов других лиц, 4) обеспечения обороны страны и безопасности государства».**

Таким образом, цель ограничений – **защита общественного интереса или прав и свобод других лиц**. Ограничение прав и свобод для других целей не допускается.



### **2 ВАЖНЫХ УСЛОВИЯ ОГРАНИЧЕНИЯ ПРАВ И СВОБОД:**

- 1.** Права могут быть ограничены только федеральным законом
- 2.** «Только в той мере, в какой это необходимо»





*Примеры ограничения прав и свобод:*

- Права и свободы ограничиваются в условиях чрезвычайного или военного положения.
- Не могут избирать и быть избранными граждане, признанные судом недееспособными, а также содержащиеся

*в местах лишения свободы по приговору суда.*

Право на свободу передвижения, выбор места пребывания и жительства в пределах Российской Федерации может быть ограничено: в пограничной полосе; в закрытых военных городках; в закрытых административно-территориальных образованиях; на отдельных территориях и в населенных пунктах, где из-за опасности распространения инфекционных заболеваний и отравлений людей вводятся особые условия и т.п.

## 6. Как защищать свои права и свободы

1.	Права и свободы человека и гражданина защищаются государством через систему законов.
2.	Права и свободы человека и гражданина защищаются посредством обращения с жалобой в органы государственной власти и местного самоуправления.
3.	Права и свободы человека и гражданина защищаются в судах.
4.	Уполномоченные по правам человека Российской Федерации и Уполномоченный в регионах страны.
5.	Самозащита: человек может сам защищать свои права и свободы всеми способами, которые не запрещены законом.  Например, выступить с опровержением порочащей его информации; воспользоваться правом на необходимую допустимую законом оборону.
6.	Обращение в СМИ, правозащитные организации и общественные объединения (профсоюзы и др.).
7.	Международная защита.  Например, обратиться с жалобой в Комитет по правам человека ООН или в Европейский Суд по правам человека.



## ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ

### **Уполномоченный по правам человека в Российской Федерации**

**Адрес:** 101000, г. Москва, ул. Мясницкая, дом 47, к. 115.

<http://ombudsmanrf.org/>

---

### **Уполномоченный по правам человека в Ярославской области**

**Адрес:** 150000, г. Ярославль, Советская площадь, д. 3, каб. 127

**Телефон приемной (4852) 78-60-32. Факс (4852) 40-17-35**

[baburkin@region.adm.yar.ru](mailto:baburkin@region.adm.yar.ru), [barlova@region.adm.yar.ru](mailto:barlova@region.adm.yar.ru)

---

### **Уполномоченный по правам ребенка в Российской Федерации**

**Адрес:** 125993, г. Москва, ГСП-3, Миусская пл., д.7 стр. 1

<http://www.rfdeti.ru/>

---

### **Уполномоченный по правам ребенка в Ярославской области**

**Адрес:** 150000, г. Ярославль, улица Революционная, дом 28

**Телефон (4852) 40-07-90, 40-10-54. Факс (4852) 72-62-98**

[stepanovat@region.adm.yar.ru](mailto:stepanovat@region.adm.yar.ru)

---

### **Детский телефон доверия:**

экстренная консультативно-психологическая помощь  
по телефону доверия (звонки для абонентов всей области бесплатные)

8-800-2000-122

## 7. В каких документах записаны основные права и свободы

- ☑ Всеобщая декларация прав человека
- ☑ Конвенция о правах ребенка
- ☑ Международный пакт о гражданских и политических правах
- ☑ Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах
- ☑ Конвенция о защите прав человека и основных свобод
- ☑ Конституция Российской Федерации

## 8. Вместо заключения

1

Права и свободы человека – это высшая ценность и достижение человечества.

2

Права и свободы, которыми мы сегодня пользуемся, на протяжении долгого времени завоевывались ценою жизней людей.

3

Права и свободы – это важная часть мировой культуры, которая объединяет всех людей в мире.

4

Права и свободы тесно связаны с ответственностью. Ничьи права и свободы не могут быть главнее и важнее.

5

Права и свободы одних людей не должны нарушать прав и свобод других людей.

6

Свобода подразумевает наличие высокой степени культуры и развития человека. Свободой нужно уметь пользоваться и ценить ее.

7

Права и свободы – всегда динамичны. Они развиваются и приобретают новые смыслы, исходя из условий времени.

### ГЛАВНОЕ

ЗНАТЬ права и свободы

УВАЖАТЬ права и свободы

СОБЛЮДАТЬ права и свободы

ЗАЩИЩАТЬ права и свободы



Брошюра подготовлена и издана Ярославским региональным отделением Общероссийской общественной организацией «Ассоциация юристов России» за счет средств гранта Общероссийского общественного движения «Гражданское достоинство», конкурс на распределение которого произведен в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 17.01.2014 № 11-рп.

Изготовитель: ИП Прудников Д.А. Ярославль, 2015 г. Тираж 3000 экз.  
Распространяется БЕСПЛАТНО.