Первый рабочий день: накануне, с собой и на месте

Распечатайте или откройте на телефоне накануне первой смены. Список подходит для склада, магазина, кухни, кафе, мероприятий и доставки — пункты, которые не про ваш формат, просто пропустите.

Версия 1.0 Содержание проверено 19.09.2026

Веб-версия: kurer-msk.ru/biblioteka/chek-list-pervogo-rabochego-dnya/

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ

1. Накануне заполните поля сверху и пройдите первый блок.
2. Пункты не про ваш формат пропускайте.
3. «Уходить сразу» — одна отметка, и смену не продолжайте.

Запишите накануне

Адрес и вход

К кому обратиться: имя, телефон

Начало и конец смены

Как и когда платят за первый день

1 Накануне

- ☐ Уточнили точный адрес, вход и к кому обратиться (имя и телефон).
- ☐ Знаете время начала и сколько длится смена; выезжаете с запасом 20–30 минут.
- ☐ Уточнили, нужна ли форма и обувь, или всё выдают на месте.
- ☐ Знаете, как и когда платят за первый день (в день, в неделю, в месяц).
- ☐ Проверили объявление и работодателя по чек-листу безопасной вакансии.
- ☐ Зарядили телефон, взяли пауэрбанк — на складах и в доставке связь нужна весь день.
- ☐ Легли спать вовремя: первая смена тяжелее обычной.

2 Взять с собой

- ☐ Паспорт (оригинал), СНИЛС и ИНН — хотя бы фото на телефоне.
- ☐ Медкнижка, если работа с продуктами и она уже есть.
- ☐ Удобная закрытая обувь, вода, перекус — перерыв может быть поздно.
- ☐ Наличные на дорогу домой на случай, если карта или транспорт подведут.
- ☐ Блокнот или заметки в телефоне — записывать имена, правила и вопросы.

3 В первые часы

- ☐ Спросили, к кому обращаться с вопросами, и запомнили имя.
- ☐ Узнали, где туалет, вода, место для вещей, выход в случае эвакуации.
- ☐ Прошли инструктаж по технике безопасности — если его нет, спросите сами.
- ☐ Поняли, что именно считается результатом смены: норма, план, закрытые заказы.
- ☐ Уточнили перерывы: когда и сколько.
- ☐ Прочитали всё, что дают подписать; ничего не подписали «потом прочитаю».

4 Уходить сразу, если

- ☐ Просят внести деньги: за форму, обучение, «страховой взнос», доступ к заказам.
- ☐ Условия отличаются от объявления: другая работа, другие часы, другая оплата.
- ☐ Не называют, кто именно работодатель (компания, ИП, сервис).
- ☐ Просят оставить паспорт «в залог».
- ☐ Первый день объявляют бесплатным «пробным».

5 После смены

- ☐ Записали, сколько часов отработали и что сделали, — пригодится, если возникнет спор об оплате.
- ☐ Уточнили, когда следующая смена и как записываться.
- ☐ Сохранили контакты старшего.
- ☐ Через день-два честно ответили себе: выходить ещё или искать другое. Если другое — начните с подбора подработки.

Дальше. Для доставки есть отдельный список на каждый выход — памятка перед сменой; документы для старта собраны в чек-листе документов.

Лист kurer-msk.ru — бесплатный, без регистрации. Все материалы: kurer-msk.ru/biblioteka/