

Motivační kurz „Osobnostní růst ženy hledající své místo na trhu práce i v sobě samé“

OS Rozkvět zahrady jižních Čech – místní akční skupina s partnery projektu

Vás zve k účasti v motivačním kurzu

Forma:	prezenční	Rozsah kurzu:	24 hodin (4 výukové dny)
Stručná charakteristika kurzu			
<p>Jedná se o prezenční motivační kurz určený pouze pro ženy. Vzdělávání bude organizováno ve skupině zhruba 8 žen. Jedná se o sebezážitkový program, při kterém se střídají teorie a modelové situace, řízená diskuze a sdílení vlastních zkušeností. Po úspěšném absolvování obdrží účastníci osvědčení.</p> <p>Vzdělávací kurz je zdarma, veškeré náklady na lektory a studijní materiály jsou hrazeny z projektu. Vzdělávacích činnosti budou realizovány pro jednotlivce z cílových skupin Rodiče s dětmi (pouze matky), Potencionální/budoucí rodiče (pouze ženy), Rodiče samoživitelé/samoživitelky (pouze ženy), Osoby pečující o závislého člena rodiny (pouze ženy), Osoby pečující o osobu blízkou (pouze ženy), Dlouhodobě nezaměstnané ženy (jedná se o ženy nezaměstnané déle než 6 měsíců), Fyzické osoby starší 50 let (pouze ženy), Uchazečky o zaměstnání.</p>			
Osnova kurzu			
<ul style="list-style-type: none">♦ sebepoznání – odhalování svého potenciálu♦ co je stres a jak se projevuje♦ psychologická cesta předcházení stresu v běžném životě a každodenních situacích♦ identifikace možností dalšího rozvoje v budoucnosti			
Cíle kurzu vedeného odbornými lektory firmy Facilita CZ, s.r.o.			
<p>Účastnice kurzu se seznámí s metodami a formami psychohygieny, relaxace a mentálního úklidu, s možnostmi použití těchto metod ve svém soukromém i profesním životě, tvorbou konkrétních programů vlastního seberozvoje v oblasti životní spokojenosti (stanovení cílů, struktury, volba technik, zásobník aktivit a další), zdravého životního stylu, rozvoje a udržení pracovních návyků, možnostmi vzniku stresových situací, s jejich signály a možnostmi řešení, se způsoby zvládnutí krizových situací, s fázemi vzniku syndromu vyhoření, s možnostmi a prevencí jeho předcházení, odhalováním stereotypů v jednání a komunikaci, s právy žen v pracovně právních poměrech a jejich dodržováním.</p>			

Projekt „ Rozvoj místního partnerství a trhu práce“, CZ.1.04/5.1.01/77.00132 je realizován O.S. „Rozkvět zahrady jižních Čech – místní akční skupina“ a partnery v rámci Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost

Adresa realizátora projektu: Školní 124, 384 02 Lhenice, Česká republika

www.portalprace-jiznicechy.cz



Počet účastníků kurzu je omezený, v případě zájmu vyplňte následující registrační formulář a zašlete na e-mail: oplzz@masrozkvet.cz.

Organizační záležitosti zajišťuje: Ing. Mitášová, MAS Rozkvět zahrady jižních Čech.

Místa konání kurzů a termíny budou ještě upřesněny – celkem proběhne **9 kurzů** na různých místech regionu. Předpokládáný začátek podzim 2013.

Motivační kurz „Osobnostní růst ženy hledající své místo na trhu práce i v sobě samé“

Zájemce o účast na kurzu - registrační formulář (návrátka):

Jméno, příjmení, titul.:

Adresa bydliště:

Kontaktní telefon účastníka:

Kontaktní e-mail účastníka:

(mailem bude zájemci zaslán před zahájením vzdělávacího kurzu dotazník k ověření motivace účastníka)

Dne:

Podpis:

Projekt „ Rozvoj místního partnerství a trhu práce“, CZ.1.04/5.1.01/77.00132
je realizován O.S. „Rozkvět zahrady jižních Čech – místní akční skupina“
a partnery v rámci Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost

Adresa realizátora projektu: Školní 124, 384 02 Lhenice, Česká republika

www.portalprace-jiznicechy.cz

