

„Najít si práci, kterou chci, ne tu,  
která na mě zbyde“

**Hledáte práci a je Vám nad 50 let a více?**

**Obyvatelům Středočeského kraje ZDARMA nabízíme:**

- vzdělávací kurzy (profesní orientace a pracovní uplatnění, práce s počítačem a digitální kompetence)
- rekvalifikační kurzy (dle vašich zájmů a zkušeností)
- osobní poradenství (individuální práce s odborníky, kteří vás podpoří na cestě za pracovním uplatněním)
- podporu při hledání práce a oslovování zaměstnavatelů
- příspěvky na dopravu na vzdělávací a poradenské aktivity

Pokud jste aktuálně bez práce nebo nenacházíte odpovídající pracovní uplatnění, můžete se bezplatně zúčastnit našich kurzů i poradenství.

**Těšíme se na vás.**

Více informací: tel. +420 777 765 641, [gabriela.ledererova@europrofis.cz](mailto:gabriela.ledererova@europrofis.cz)



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



## ŠESTIDENNÍ KURZ

### Seberozvoj, změny v životě, řešení konfliktů a praktické otázky hledání práce a nástupu do zaměstnání

#### Termín konání (8:00 – 16:00)

13., 14., 16. 2. 2018

19., 20., 22. 2. 2018

#### Místo konání

Vinohradská 29/93, Praha 2

(2 min. chůze ze stanice metra Jiřího z Poděbrad – trasa A, zelená)

#### Lektorka Ing. Alena Brožková, PhD.



Alena je lektorka a koučka. Pomáhá lidem nastartovat proces změn v životě, realizovat sny a vize, zvládat stres, účelně plánovat, organizovat a využívat čas. Těší ji učit a inspirovat lidi, probouzet jejich dosud dřímající a možná netušený talent a dodávat odvalu k skutečným změnám.

#### V kurzu s Alenou se budete věnovat například těmto tématům:

- Jaké jsou Vaše sny, přání a potřeby v práci i osobním životě.
- Nalezení cesty, která je pro vás optimální a funguje.
- Jak se umět dobře „prodat“ při pracovním pohovoru.
- Co můžete očekávat od zaměstnavatele, od pracovního místa a na co se připravit.
- Jak lze užitečně využít období, kdy hledáte práci, pro vlastní rozvoj.
- Uvědomíte si, v čem jste určitě dobří. Co jste se v životě naučili, jaké máte zkušenosti.
- Dostanete praktické a osvědčené rady „jak a kde hledat práci“, jak vystupovat při pracovním pohovoru a čemu se vyhnout.
- Budete se věnovat sami sobě.
- Dostanete odpovědi na vaše otázky.
- Zjistíte, jak můžete řešit konflikty efektivně?
- Poznáte nové lidi, budete moci sdílet své zkušenosti, získáte cenné informace, tipy a nové kontakty.
- Získáte konkrétní a praktické informace – co funguje a nefunguje na cestě za osobním a pracovním štěstím.

#### Ohlasy absolventů a absolventek kurzu

"příjemně mě překvapila lektorka svým lidským přístupem" \* „vyzkoušela jsem si pracovní pohovor“ \* „naučil jsem se sebevědomě přistupovat k hledání práce a nevzdávat se“ \* „poznal jsem své charakterové vlastnosti“ \* „poznala jsem zajímavé lidi“ \* „naučila jsem se hledat práci s internetem“ \* „chtěla bych si zapamatovat rady, jak se zachovat při nečekaných otázkách na pohovoru“ \* „líbila se mi snaha všech pomoci si navzájem“ \* „potěšil mě zájem ze strany lektorky a její pohotová reakce na moje otázky“ \* „jsem nadšený profesionalitou a vstřícností lektorky“ \* „budu zkoušet najít práci, která mě bude vyhovovat“ \* „překvapilo mě, kolik je pracovních nabídek na internetu“ \* „vím, jak lépe napsat životopis“ \* „mám plán, jak postupovat při hledání práce“ \* „kurz mi změnil život“ \* „zapamatovat bych si chtěla, že se nemusím bát pochválit, že něco umím“ \* „našla jsem nové přátele“ \* „rozšířila jsem si slovní zásobu, která mi umožní hovořit o sobě, svých dobrých vlastnostech a schopnostech“ \* „odnáším si velice pozvednuté sebevědomí a povědomí o tom, že dokážu mnohem více, než jsem si myslela“ \* „zjistila jsem se jaký typ pracovníka jsem a jaké mám možnosti“ \* „zvládnutí konfliktů byla kapitola, kterou jsem opravdu potřebovala“ \* „naučila jsem se prezentační dovednosti, které mi umožní nabídnout své nejlepší vlastnosti a zlepšit mi i moje sociální kontakty s okolím“ \* „najdu si to správné zaměstnání, které chci já a ne to které na mě zbyde“



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



# ŠESTIDENNÍ KURZ

## Práce s počítačem a digitální kompetence

---

### Termín konání (8:00 – 16:00)

8.-9. 3. 2018

15.-16. 3. 2018

22.-23. 3. 2018

### Místo konání

Vinohradská 29/93, Praha 2

(2 min. chůze ze stanice metra Jiřího z Poděbrad – trasa A, zelená)

### Lektorka Ing. Pavla Železová



Pavla je lektorka počítačových kurzů. Má jedinečnou schopnost srozumitelně vysvětlit i tu nejsložitější látku. Baví ji předávat vlastní zkušenosti a ráda se učí stále nové věci. Tempo kurzu dokáže přizpůsobit potřebám účastníků a upřímně ji těší pokroky jejích studentů. Nejvíce ji baví pracovat s programem MS Excel.

### V kurzu s Pavlou se budete věnovat například těmto tématům:

- Obsluha počítače (zapojení, připojení, klávesnice, myš, tiskárna)
- Práce se soubory (ukládání, otevírání, pojmenování)
- Práce v MS Word (vytvoření dokumentu, úprava textu)
- Práce s obrázky (vkládání a úprava, přetahování fotek z mobilního telefonu)
- Používání MS Excel (tvorba a využití tabulek)
- Využití internetu a posílání mailu, připojování příloh (obrázek, dokument)

*Náročnost a hloubka probíraných témat je přizpůsobena úrovni znalostí a zkušeností skupiny.*

