

Formy wsparcia kobiet - matek w powrocie na rynek pracy.

Zapraszamy rodziców, przedstawicieli instytucji oraz firm do wspólnego tworzenia bazy zasobów Klubu równych szans dla pracujących rodziców. Baza obejmie wszelkie usługi skierowane do rodziców i dzieci, ułatwiające rodzicom godzenie życia zawodowego z rodzinnym. Zamieszczona wyszukiwarka ułatwi wybór zasobów według określonych kryteriów.

Informacje o instytucjach będą w takich kategoriach jak:

- Zajęcia dla dzieci podczas wakacji – Lato w mieście
tel. 34 3244750 - Świetlica Socjoterapeutyczna ul. Nowowiejskiego 15 w Częstochowie
Sierpień 2014 r. godz. 12.00-16.00 poniedziałek - piątek
- Środowiskowe Ognisko Wychowawcze Nr 2 ul. Kwiatkowskiego 3 m 1 w Częstochowie
lipiec 2014 r. godz. 12.00 -16.00 poniedziałek – piątek
- Środowiskowe Ognisko Wychowawcze Nr 1 ul. Sikorskiego 56 w Częstochowie
sierpień 2014 r. godz. 10.00- 14.00 poniedziałek – piątek
- Poradnictwo dla rodziców (m.in. zawodowe, psychologiczne, prawne – Rzecznik Praw Dziecka);
Wrzesień, październik 2014 r. - poniedziałek, wtorek, czwartek godz. 9.00- 11.00
- Miejsca, gdzie można zostawić dzieci pod opieką np. robiąc zakupy; wyjście do kosmetyczki, fryzjera itp.:
 - Świetlica Socjoterapeutyczna ul. Nowowiejskiego 15 w Częstochowie
Lipiec, sierpień, wrzesień, październik 2014 r.
Poniedziałek, wtorek, środa godz. 9.00 – 11.00

Warsztaty aktywizacji zawodowej w regionie dla kobiet Zajęcia dla rodziców (m.in. szkolenia, spotkania):

1. "Kobieta w świecie finansów" - Warsztaty edukacyjne

3 spotkania - wrzesień 2014 r. zgłoszenia do 30 sierpnia przyjmuje Biuro TPD/OO ul. Nowowiejskiego 15 tel. 34 3244750

2. Internetowa Platforma - "Dobre rozwiązania" Mini kurs komputerowy

4 spotkania wrzesień 2014 r. zgłoszenia do 30 sierpnia przyjmuje Biuro TPD/OO ul. Nowowiejskiego 15 tel. 34 3244750

3. Autoprezentacja - zajęcia warsztatowe /15 uczestników/

październik 2014 r. zgłoszenia do 30 sierpnia przyjmuje Biuro TPD/OO ul. Nowowiejskiego 15 tel. 34 3244750

W skutecznym porozumiewaniu się z otoczeniem dla osób powracających do pracy po dłuższej przerwie w wykonywaniu czynności zawodowych lub poszukujących nowego zatrudnienia konieczne staje się poznanie technik i sposobów, dzięki którym poznać można zamiary, oczekiwania i potrzeby innych ludzi wobec nas. Dzięki wiedzy uzyskanej podczas szkolenia, uczestnicy jego będą mogli zindywidualizować sposoby swej komunikacji i postępowania wobec innych. W realizacji tych celów pomocne stanie się poznanie skutecznej komunikacji słownej, aby dobrze się zaprezentować, napisać doskonały list motywacyjny, itd.

4. Treningi psychospołeczne /15 uczestników/

październik 2014 r. zgłoszenia do 30 sierpnia przyjmuje Biuro TPD/OO ul. Nowowiejskiego 15 tel. 34 3244750

Rodzaje treningów:

- Asertywności
- Doskonalenia komunikacji interpersonalnych
- Radzenia sobie ze stresem.

Celem zajęć będzie :

- Zwiększenie wiary uczestników we własne możliwości
- Wzrost aktywności w życiu społecznym
- Otwartość wyrażania poglądów i opinii
- Nabycie umiejętności mówienia „nie”, radzenie sobie ze stresem,
- Doskonalenie umiejętności komunikacji interpersonalnej

Ponadto zajęcia psychospołeczne będą miały na celu:

- Poprawę społecznego i emocjonalnego funkcjonowania kobiet poprzez nawiązanie satysfakcjonujących kontaktów z innymi ludźmi (zmiana sposobu zachowań)
- Zmniejszenie napięć i niepokojów związanych z pracą, rodziną oraz funkcjonowaniem w społeczności lokalnej
- Zapobieganie wadliwej adaptacji kobiet do warunków życia i wymagań otoczenia poprzez

uczenie ich pozytywnego patrzenia na siebie, swoje życie i otoczenie (zmiana sądów o rzeczywistości)

- Nabywanie umiejętności interpersonalnych potrzebnych do nawiązania dobrych relacji z innymi ludźmi,

- Rozpoznawania, nazywania i wyrażania uczuć, radzenia sobie z przykrymi emocjami, niwelowania stresu, twórczego myślenia oraz wzmocnienia poczucia własnej wartości.

Zajęcia będą okazją, by przełamać codzienną rutynę obowiązków i opieki nad dzieckiem.