

SLOVO REDAKTORKY

Človek je tvor omylný a niekedy možno aj poriadne hlúpy. Ľudská hlúposť je vám zvláštna vec. Občas vám pomôže, keď niekde zlyháte, ale zvyčajne človeku poškodí. Istého času sa mi podarilo dostať k „učiteľovaniu“. Pohovor so zástupcom dopadol nadmieru uspokojivo pre obe strany. Samozrejme, v snahe získať prepotrebnú učiteľku mi slúbil, že ak si urobím pedagogické minimum, prácu mám istú na neurčito. Žiaľ, prvý rok som musela podpísať zmluvu na dobu určitú, teda na jeden školský rok. Súhlasila som. Koncom augusta som nastúpila do práce. Plná elánu a očakávaní, ale aj obáv z toho, ako to zvládnem. Keď mi prideliť 11 predmetov v 13-tich triedach moje obavy ešte vzrástli. „Vyfasovala“ som všetko to, čo iní nechceli. Viac, ako polovica predmetov bola z úplne inej oblasti, na akú mám požadovanú kvalifikáciu. No, prijala pracovať a zároveň korunovaná tým, že žiaci tvrdý režim a ja som sa víre príprav na hodiny, a chodení na prednášky vysedávanie. Akosi som preto kolektívu. Navyše som takže môj kontakt stretnutia na chodbe. Blížil sa koniec zavolať na „slovičko.“ pre mňa na budúci rok medzi nami a že to mám pracovať dôchodcov, veď jednej kolegyni som šla za riaditeľom. Je to vraj dobrý a chápaný človek, ktorý mi pomôže. Vo svojej hlúposti a naivite som si neuvedomila, že obaja sú z kategórie dôchodcov a sú teda jedna ruka. Samozrejme, že súhlasil s postojom zástupcu. Skúsenosti starších sú dôležitejšie, ako mladá perspektívna krv. V snahe urobiť všetko pre udržanie si práce som spomenula, že moja kolegynia z kabinetu chce predať aj tak odísť. Veď mi to celý rok omieľala, že tu už neostane, že ju využili a potom odkopli z postu „pravej ruky“ zástupcovej. Ona to však poprela. Vraj, to spomenula len raz v slabej chvíľke, keď ju nahnevali žiaci. Sklamaná, ponížená, ľahšia o jeden plat, ktorý som investovala do štúdia som opustila kanceláriu. Cítila som sa pod psa a najradšej by som chodila po kanáloch. Bola som tá zlá, ktorá nedrží slovo a v snahe udržať si miesto zrádza kolegyniu. Mala som pocit, že všetci, čo sa na mňa dívajú vedia aká som hlupaňa. Smutná a nešťastná som ukončila školský rok. Napriek tomu, že ma nikto nepozval na koncoročnú poradu nabrala som odvahu a prišla som. Keď som si v závere vypýtala slovo, poďakovala som sa všetkým za pomoc v začiatkoch, za príležitosť pracovať, za to, že som načerpala veľa skúseností a poučila sa na vlastnej naivite. Potom som ladne a hrdo odkráčala. Stihla som si ešte všimnúť pohľady kolegov. Niektoré obdivné, iné nenávisťné a aj nechápavé. Doma som sa poriadne vyplakala. Zadosťučinením pre mňa bolo, keď mi vyšiel článok v novinách o nespravodlivosti páchanej na mladých ľuďoch, ktorí sú obmedzovaní možnosťou dôchodcov pracovať a tiež to, že sa mi moji bývalí žiaci aj po rokoch pozdravia, či prihovoria. Neviem či to, čo sa mi stalo vyplývalo z mojej hlúposti, alebo to celé bolo len jedno veľké nedorozumenie. Každopádne som dokončila školu a som zas o čosi múdrejšia.



Vaša Neta



Európsky sociálny fond



**Edícia časopisu bola podporená z ESF a MPSVaR SR.
Partneri: CPK Levoča a Materské centrum Tereza**

SLOVO RIADITEĽKY

Múdrejší sa môžeme stať skúsenosťami, prežitím rôznych pozitívnych, ale hlavne negatívnych zážitkov. Múdrosť je nám daná od rodičov, učiteľov, či ako sa vraví od Boha. Mnohým z nás bol do vienka daný aj sedliacky rozum.

Niektu potrebuje celý život na to, aby sa dozvedel niečo, čo iný pozná už dávno, prípadne je to fakt overený a vo všeobecnosti známy. Múdrosť tiež spočíva v tom, že sa dokážeme poučiť nielen z vlastných chýb, ktoré sú oveľa bolestnejšie ako omyly iných. Dokonca vieme, že pozastavením sa nad prejavmi „hlúposti“ iných, sa takto stávame múdrejšími o čosi rýchlejšie.

My Vám ponúkame možnosť pochopiť iných, poučiť sa, overiť si vlastné tvrdenia, ale získať aj iný pohľad, či názor na podobné problémy, porovnať svoje zásady, či poradiť iným na pravidelných motivačných stretnutiach, ktoré sa konajú vo Vašom Materskom centre Tereza.

To predchádzajúce stretnutie sa nieslo v znamení podnikateľských úspechov i ťažkostí v rozhovore so Zuzanou Homolovou, to ďalšie bude pokračovaním úspešného stretnutia s psychologičkou Mgr. Jankou Dudinskou, s ktorou dokončíme tému: Partnerské vzťahy a zamestnanie. O budúcich motivačných stretnutiach Vás pravdaže budeme informovať. Očakávame od Vás postrehy (pozitívne i negatívne), námety, témy na interaktívne rozhovory, v ktorých chcete nájsť vlastnú múdrosť.

Ing. Andrea Hradiská
Riaditeľka CPK

▷ RUBRIKA : ANKETA

Čo si myslíte o ľudskej hlúposti?

Beáta, 32, vydatá, 2 deti

Dokáže ma veľmi iritovať. Na druhej strane to viem pochopiť. Ak je niekto obmedzený, nič mu nepomôže.

Miro, 40, ženatý, 2 deti

Často sa zamieňa s ješitnosťou. Samotná hlúposť je menej škodlivá. ;o)

Robo, 23, slobodný

Myslím si, že je prirodzená. Nevidím veľký rozdiel medzi minulosťou a súčasnosťou. Síce sme maximálne informovaní, bombardovaní poznatkami a novinkami z každej strany v najrôznejších formách, ale stále vedie stádo malá skupina ľudí, ktorá si rozhoduje po svojom bez povšimnutia verejnosti. Okrem toho hlúposť je dosť relatívny pojem, nakoniec ako všetko.

Silvia, 25, slobodná

Čo je hlúposť? Kto o sebe tvrdí, že je hlúpy? Veď hlupák to sám o sebe ani nevie.

Roman, 39, slobodný

Nepáči sa mi, ak to o sebe ľudia hovoria. Nikto nie je dokonalý. Aj ja sa koľkokrát zachovám hlúpo, ale pracujem na zlepšení.

Kde nás nájdete: CPK Levoča, Námestie Majstra Pavla 4, www.cpk.sk/levoča
cpklevoča@levoca.sk, neta@netkosice.sk

tel.: kancelária CPK: 053/46 99 065, 0903 641 645, riaditeľka CPK: 053/46 99 066
Po – Pia : 8.00 – 16.00

NA ČO SA VÁS BUDÚ PÝTAŤ NA POHOVORE

Podstata pohovoru spočíva v kladení otázok. Pre zamestnávateľa sú otázky nástrojom, ktorý mu umožní získať o vás čo najviac informácií. Otázky ktoré vám položia budú rôznorodé. Preberú s vami váš životopis, štúdium, prax, príčiny odchodu z posledného zamestnania, plány do budúcnosti, či predstavy o vašej kariére. Nech sú akokoľvek nepríjemné, musíte na ne odpovedať. Pripravte sa na to, že otázky budete klásť aj vy sami.

● **Informácie o zamestnávateľovi** ●

Kým kedysi sa zamestnávateľa sústreďovali hlavne na to, aby zistili čo najviac informácií o uchádzačovi, dnes zisťujú, aký záujem prejavujú uchádzači o nich.

ČO VIETE O NAŠEJ FIRME?

V akej oblasti naša firma podniká? Čím sa zaoberá? Pre koho sú určené naše produkty? Aká je história firmy? Aká je naša stratégia? Aké hodnoty sú pre nás prioritou? Koľko máme pobočiek a aká je naša organizačná štruktúra? Kto sú naši najväčší konkurenti?

Zámerom je zistiť rozsah informácií o firme. Skúste preto navštíviť ich internetovú stránku, alebo sa informujte z médií, či od známych.

Okrem toho bude zamestnávateľa iste zaujímať aj to, aké sú vaše očakávania od tejto práce. Preto vám môže položiť otázky, v ktorých sa pokúsi odhaliť vaše plány a perspektívu pôsobenia v ich firme. Zároveň si vás otestuje, nakoľko zapadnete do požiadaviek firmy.

PREČO STE SI VYBRALI NAŠU SPOLOČNOSŤ?

Prečo chcete pracovať u nás a nie u konkurencie? Prečo je podľa vás naša firma úspešná? Aký je váš cieľ? Čo by ste chceli dosiahnuť? Čo vás na tejto práci zaujíma? Aké znalosti a skúsenosti by ste chceli získať na mieste, o ktoré sa uchádzate?

Cielom je zistiť vaše motívy. Preto je vhodné pri odpovedi pochváliť všetko to, čo je na firme dobré. Vyhnite sa odpovedi typu – ponúkate dobrý plat.

AKÝM PRÍNOSOM BY STE BOLI PRE NAŠU SPOLOČNOSŤ?

Prečo by sme mali prijať práve vás? Čo nám môžete ponúknuť? Ako dlho u nás plánujete zostať?

Tu chce zamestnávateľ zistiť, aký ošoh bude mať z vašej osoby, aby sa jeho firma stala úspešnejšou. Preto sa snažte vytiahnuť na povrch práve tie schopnosti a zručnosti, ktoré vás v jeho očiach urobia jedinečnými.

● **Čo sa chcete opýtať vy** ●

Pracovný pohovor nie je len miestom, na ktorom odpovedáte na otázky. Je zároveň aj miestom, na ktorom sa pýtate vy. Ak nepoložíte otázky, bude to vyznievať tak, akoby ste sa nezaujímali o svoju budúcnosť. Otázky ktoré vám budú víriť hlavou pred pohovorom, si radšej zapíšte. Na niektoré zrejme dostanete odpoveď počas rozhovoru. Na nezodpovedané otázky by ste sa mali opýtať v čase, keď vám na to dajú priestor.

Na čo by ste sa mali opýtať pred ponukou a po ponuke daného pracovného miesta?

Niekoľko tipov vám ponúkame v ďalšom čísle.

▷ RUBRIKA : ETIKA

AKO SA OBLIEČŤ NA POHOVOR

Prvé stretnutie s človekom zanecháva v každom z nás istý dojem, či už kladný alebo záporný. Potom nasleduje potvrdenie, či posilnenie tohto dojmu. Preto je dôležité urobiť všetko preto, aby, aby bol prvý dojem čo najlepší. Už nikdy totiž nedostanete druhú šancu urobiť *prvý dojem*. Postaráte sa o to nielen svojim vystupovaním, ale aj oblečením a celkovým vzhľadom. Je to koniec koncov to prvé, čo si zamestnávateľ či personalista na uchádzačovi o zamestnanie všimne.

Platí, že na pohovor by ste sa mali obliecť v súlade s kultúrou spoločnosti, do ktorej idete. Oblečenie by však nemalo byť príliš vyzývavé, provokujúce a už vôbec nie znečistené. Výnimky sú povolené pri umeleckých, prípadne reklamných agentúrach a firmách. Tam je to práve naopak, oblečenie by malo nápadné a extravagantné.



Žena - mala by si obliecť kostým, prípadne v lete sukňu a blúzku. Blúzka však musí mať aspoň krátky

rukáv. Odhalené ramená nie sú vhodné. Dovoľené nie sú ani minisukne a hlboké výstrihy. Sukňa nemá byť kratšia ako 5 cm nad kolená, ideálna je dĺžka mierne pod kolená.

Starostlivo vybrané oblečenie musí dopĺňať aj vhodný účes. Nič komplikované, žiadne príčesky. Stačia prirodzene upravené vlasy, dlhé vlasy je lepšie zviazať do uzla. Aj ruky musia byť starostlivo upravené. Špina za nechtami či ošúpaný lak svedčia o tom, že sa o hygienu nestaráte dostatočne. Zlatým pravidlom je, že žena by na sebe nemala mať viac ako päť doplnkov. Nezapomnite pritom, že aj kabelka sa považuje za doplnok. Neodporúča sa použiť silný parfum, stačí jemný dezodorant či toaletná voda.



Muž - mal by si obliecť kvalitný oblek, košeľu s dlhým rukávom a kravatu. Košeľa len s vestou nie je vhodná.

V prípade kombinovaných oblekov pozor na to, aby nohavice boli tmavšie ako sako. Oblečenie tvoria aj topánky, na ktoré väčšinou zabúdame. Musia byť tmavšie ako nohavice a hlavne čisté a kvalitné, hodiace sa k obleku. Aj v prípade mužov si treba dať záležať na účese a oholení. Aj ruky musia byť čisté, nechty upravené. Zo šperkov sú dovoľené len hodinky. Potrebné dokumenty by mal mať uchádzač v taške či aktovke.

Muž by mal tiež voňať čistotou. Jemná kolínska alebo voda po holení je určite lepšia ako páchnuci pot. Ani čisté oblečenie vám ho nepomôže prekryť.



Naozaj si dajte záležať na svojom zovňajšku. Vkusné oblečenie má jednu veľkú výhodu – nie je totiž také ľahké odbiť človeka, ktorý je dobre oblečený.

▷ RUBRIKA : PARAGRAFY

DAŇOVÝ BONUS

- predstavuje sumu **4 800,- Sk** ročne na každé vyživované dieťa žijúce s daňovníkom v spoločnej domácnosti (§ 33 zákona č. [595/2003 Z. z.](#) o dani z príjmov)

Daňovník, ktorý v zdaňovacom období **mal** zdaniteľné príjmy:

- zo **závislej činnosti** aspoň vo výške **6-násobku minimálnej mzdy** alebo

- z **podnikania**, inej samostatnej zárobkovej činnosti a z prenájmu aspoň vo výške **6-násobku minimálnej mzdy a vykázal základ dane** (čiastkový základ dane) z príjmov, **môže** si uplatniť daňový bonus v **sume 4 800 Sk ročne na každé vyživované dieťa** žijúce v domácnosti s daňovníkom (prechodný pobyt dieťaťa mimo domácnosti nemá vplyv na uplatnenie tohto daňového bonusu).

Praktická rada: Od 1. 9. 2005 je účinná novela zákona o dani z príjmov, ktorá zvyšuje daňový bonus zo 4 800 Sk na 5 400 Sk ročne. Za zdaňovacie obdobie roka 2005 si teda môže daňovník uplatniť bonus na vyživované dieťa v sume **5 000 Sk**, pričom za kalendárne mesiace január až august v sume 400 Sk mesačne a za kalendárne mesiace september až december v sume 450 Sk mesačne. Rodičia, ktorí sú zamestnancami, zmenu pocítia už na októbrovej výplati. **O sumu daňového bonusu sa znižuje daň.**

Za vyživované dieťa daňovníka **sa považuje** nezaopatrené dieťa podľa zákona č. [600/2003 Z. z.](#) o [prídavku na dieťa](#).

Ak dieťa vyživujú v domácnosti viacerí daňovníci, môže si daňový bonus uplatniť len jeden z nich. Ak vyživujú dieťa **len niekoľko kalendárnych mesiacov** v zdaňovacom období, môže si pomernú časť daňového bonusu uplatniť počas zdaňovacieho obdobia jeden z daňovníkov a po zostávajúcu časť druhý z daňovníkov. Ak podmienky na uplatnenie daňového bonusu **spĺňa viac daňovníkov** a ak **sa nedohodnú** inak, daňový bonus sa uplatňuje alebo sa prizná v poradí matka, otec, iná oprávnená osoba.

Daňový **bonus** možno **uplatniť najviac do výšky dane** vypočítanej za príslušné zdaňovacie obdobie podľa tohto zákona. Ak **suma dane je nižšia ako suma** uplatňovaného daňového **bonusu**, daňovník, ktorý podáva daňové priznanie, požiada miestne príslušného správcu dane o vyplatenie sumy vo výške rozdielu medzi sumou daňového bonusu a sumou dane. Ak daňovník v zdaňovacom období dosiahol zdaniteľné príjmy zo závislej činnosti aspoň vo výške polovice minimálnej mzdy len v niektorých kalendárnych mesiacoch a zamestnávateľ priznal v týchto kalendárnych mesiacoch daňový bonus, **nestráca nárok** na už priznaný daňový bonus. Daňový bonus **si môže uplatniť aj** daňovník, ktorý v zdaňovacom období **nedosiahol** zdaniteľné príjmy zo závislej činnosti aspoň **vo výške 6-násobku** minimálnej mzdy, **ak** v tomto zdaňovacom období **dosiahol** zdaniteľné príjmy **z podnikania**, inej samostatnej zárobkovej činnosti a z prenájmu aspoň **vo výške 6-násobku** minimálnej mzdy **a vykázal základ dane** (čiastkový základ dane) z príjmov z podnikania, inej samostatnej zárobkovej činnosti a z prenájmu.

Daňový bonus si môže uplatniť len **daňovník s neobmedzenou daňovou povinnosťou** ([základné pojmy](#)) s **trvalým pobytom** na území Slovenskej republiky. Ak daňovník uplatnil alebo zamestnávateľ, ktorý je platiteľom dane, **priznal** daňový bonus **vyšší**, ako ustanovuje tento zákon, alebo požiadal správcu dane o poukázanie daňového bonusu vo vyššej sume, ako ustanovuje tento zákon, je povinný zaplatiť **sankčný úrok**, aký by bol povinný zaplatiť z dlžnej sumy dane. Ak zamestnávateľ priznal daňový bonus vyšší, ako ustanovuje tento zákon, bude sa od neho vymáhať rovnako ako ním nezaplatená daň. Na kontrolu uplatnenia daňového bonusu sa vzťahuje zákon č. [511/1992 Zb.](#) o správe daní a poplatkov.

(Zdroj: www.obcan.sk)

TO SA LAHKO POVIE – ZAČNI PODNIKAŤ!

Určite aspoň raz v živote ste si povedali niekoľko známych fráz k podnikateľom typu:

Čo ON (myslíme tým podnikateľa) môže o tom vedieť. **Má kopec peňazí.** Jemu netreba vstávať do práce. **Nikto nad ním nestojí.** Robí si čo chce, kedy sa mu chce. **Môže si dovoliť dovolenku.** On má za čo nechať študovať deti. **Pozrite, na akom aute sa vozí.** Ešte len začal podnikať a už nakupuje.....

Poznám veľa podnikateľov – úspešných i menej úspešných, čestných i menej čestných. A dokonca mám vlastné skúsenosti s tým ako to vo svete „biznisu“ chodí. Odvtedy si vážim prácu poštárov, tlačiarov, vážim si klientov i všetkých, ktorí v tomto procese boli priamymi i nepriamymi účastníkmi. Málokto sa zamyslí nad tým, čo všetko musí podnikateľ obetovať, aby si toto všetko mohol dovoliť. Koľko obetí musí priniesť rodina. Koľkokrát nemajú na nájomné splátky, dokonca si požičiavajú na základné ľudské potreby, kým príde ten okamih a oni povedia, že to stálo za to! Napriek tomu, že pracovný čas podnikateľa sa nedá ani zďaleka porovnať s pracovným časom zamestnanca.

Áno – môžete si povedať, načo si kúpil to auto, keď hovoríme o tom, že niečo z čoho žiť. Ak si odmyslíme podnikateľov, ktorí naozaj vstupujú do podnikania s úmyslom rýchlo zbohatnúť, potom musíme povedať, že v dnešnom svete sa bez auta podnikateľ nikam nepohne. Skúste si predstaviť pekára, stavbára, obchodníka so zeleninou,....., poisťovateľa..... bez auta. Často si ho kúpi na úver a musí splácať nemalé úroky, alebo na lízing, prípadne zoženie auto z bazáru.

Každý podnikateľ, ktorého poznám, však napriek rokom „driny“, úsilia, neúspešných krokov i rozhodnutí, ak raz začal podnikať, nemal príliš veľký záujem vrátiť sa do bežného zamestnania. Stratil by slobodu, ktorá je nám ľuďom bezpochyby daná v podobe túžby byť nezávislý.

Možno zvažujete pridať sa do tejto skupiny, ktorej jedni závidia, iní nadávajú, ďalší však vedia, že podnikatelia robia to, čo im zamestnávateľ v žiadnom prípade nemôže ponúknuť, a že im to stojí za to. Práve pre tých, ktorí rozmýšľajú vydať sa na cestu osobného úspechu môžeme na jej začiatku poradiť, aby si urobili len tak pre seba podnikateľský zámer. Zamysleli sa nad obsahom, či náplňou podnikania, poobzerali sa po konkurencii. Mnoho nápadov, ktoré máte v hlavách z Vás môžu urobiť bohatého človeka. Ak nie finančne, potom určite bohatého svojimi novými skúsenosťami.

Tu Vám môžeme odporučiť na inšpiráciu **Živnostenský zákon**, kde dôležitým krokom je zistiť, či môžete podnikať v oblasti, ktorú ste si zvolili. Ide totiž o to, aby ste predmet svojho podnikania dokázali zaradiť medzi **voľné, viazané a remeselné živnosti** v kategórii **ohlasovacích živností**. S týmto Vám určite radi poradia na Živnostenskom odbore. My Vám len pošepkáme, že **musíte mať 18 rokov, byť bezúhonní** a v prípade viazaných, či remeselných živností musíte mať **patričné vzdelanie**, ktoré je potrebné podložiť vysvedčením, či iným osvedčením. Odbornú spôsobilosť musíte preukázať tiež pri tzv. **koncesovaných živnostiach**.

Bližšie informácie Vám radi poskytneme v našej kancelárii, prípadne na webovej stránke, kde nájdete zoznamy spomínaných druhov živností.

Veľa úspechov pri správnom rozhodnutí Vám želá

Ing. Andrea Hradiská
Kordinátorka projektu

AK NIEČO STOJÍ ZA TO, NIE JE TOHO NIKDY DOSŤ

Položme si otázku: „Je vzdelávanie cestou k práci? Podľa mňa - áno. Nároky na zamestnanca sa zvyšujú zo dňa na deň. Ovládanie práce s počítačom, aspoň pasívna znalosť jazykov, základné komunikačné zručnosti a maturita sú požiadavky uvedené skoro v každom inzeráte.

Veľa ľudí hľadá uplatnenie na trhu práce a ja často počúvam: „Chcel by som robiť to, alebo ono.“ Pozrime sa reálne na svoje schopnosti a znalosti. Starostlivo sa zamyslime nad tým, v čom sa máme zlepšiť, aké vedomosti, zručnosti nám chýbajú.

Čím viac toho ovládame, tým sú naše šance vyššie. Prínosom je z tohto pohľadu nevypadnúť z „kurzu“ a byť, ako sa vo svete mladých hovorí, „in“. Preto je nesmierne dôležité nezaostať vo vlastnom odbore a vedomosti neustále prehľbovať, či už pod odborným vedením, alebo samoštúdiom.

Minule prišla za mnou jedna mladá mamička a opýtala sa ma: „Mám sa prihlásiť na počítačový kurz? Pomôže mi?“ Moja odpoveď znela: „Určite áno“. Ak máte takúto možnosť, je len hlúposť nevyužiť ju. To, čo vieme nám nikdy nikto nevezme. Spomenula som si, ako sa nám v škole nechcelo učiť a teraz si musí človek za ďalšie vzdelávanie zaplatiť. Vážime si azda viac vedomosti, za ktoré zaplatíme?



Dnes máme k dispozícii rôzne možnosti získania dodatočného vzdelania. Treba len zvážiť, čo nás baví, čo potrebujeme.

Úrady práce ponúkajú pre nezamestnaných rôzne requalifikačné kurzy zdarma. Pre tých ostatných sú tu programy vzdelávacích inštitúcií. Aj naše CPK sa venuje vzdelávaniu manažérov, podnikateľov malých a stredných podnikov, pre začínajúcich podnikateľov, ako aj pre zamestnancov (v oblasti marketingu a manažmentu, vedenia administratívy, komunikácie, podnikateľského prostredia, prípravy projektov na čerpanie finančných prostriedkov, atď.). V informačnej kancelárii sa môžete osobne nahlásiť na konkrétne motivačné tréningy a školenia s rôznou tematikou. Konkrétne termíny ich konania vám budú oznámené v závislosti od počtu nahlásených záujemcov v dostatočnom časovom predstihu.

Ďalším prameňom najrôznejších informácií je **internet**. Ten nepozná hranice. Prehliadaním rôznych stránok, získavaním nových informácií, ktoré pochádzajú z rôznych kútov sveta a komunikáciou pomocou elektronickej pošty sa dostávame do kontaktu s mnohými ľuďmi a možno aj budúcimi zamestnávateľmi.

Ak máte otázky, zastavte sa v informačnej kancelárii pre ženy-matky, ktorá je tu pre vás milé mamičky. Zaznamenali sme už 95 klientských návštev.

Ing. Mariana Malecová

Informátorka pre ženy-matky

Foto: Informačná kancelária

- **Ten, kto hovorí, že nič nevie, vie aj to, čo vedieť nemusel.**
- *Najlepšie je nerobiť nič a pripravovať sa na to, že bude ešte horšie.*
- **Každý má toľko, koľko si zaslúži.**
- *Žiaden nápad nie je natoľko hlúpy, aby niekto nevymyslel niečo ešte hlúpejšie*

Murphyho zákony

HLADANIE ZAMESTNANIA AKO „NOVÁ KVALIFIKÁCIA“

Hľadanie zamestnania môžeme považovať za svoju „novú kvalifikáciu“, pretože vykonávame úplne odlišnú činnosť ako v samotnom zamestnaní: určujeme si povinnosti, rozhodujeme, riadime, hodnotíme a organizujeme svoju činnosť, hľadáme a napravujeme omyly, čelíme konkurencii, v ťažkostiach hľadáme riešenia, sami sa motivujeme, sami sa vyrovnávame s neúspechom, častokrát veľmi dlho.

Prvé kroky:

Najprv si položíme jednoduchú otázku : Aké zamestnanie si chceme nájsť ?

- **Zamestnanie na vyššej kvalifikačnej úrovni ako doteraz**
- **Zamestnanie na rovnakej kvalifikačnej úrovni ako doteraz**
- **Zamestnanie na nižšej kvalifikačnej úrovni ako doteraz**
- **Akékoľvek zamestnanie**

Odpoveď na uvedené otázky závisí aj od toho, ako dlho zamestnanie hľadáte a v priebehu hľadania zamestnania sa mení. Čím dlhšie budeme hľadať zamestnanie, tým rýchlejšie budeme chcieť uspieť a tým viac budeme zľavovať zo svojich nárokov. A výsledok? Na prvom mieste bude zamestnanie ako také a na druhom jeho kvalita. Nástupom do takéhoto zamestnania *riskujeme*: neuspokojivú činnosť, nižšie finančné ohodnotenie, zníženie dosiahnutej kvalifikácie, zníženie životnej úrovne, sťaženie návratu do oblasti pôvodnej kvalifikácie.

Zamestnanie, ktoré neprináša ani to najzákladnejšie uspokojenie sa stáva skôr trápením. Tento načrtnutý „katastrofický scenár“, si uchádzači o zamestnanie často nepripúšťajú a práve to je príčinou jeho častého výskytu. Hľadanie zamestnania preto nemôžeme v žiadnom prípade podceňovať a od samého začiatku k nemu musíme pristupovať s **maximálnou aktivitou a nasadením**.

Potencionálnym zamestnávateľom nikdy nedávame najavo, že sme ochotné prijať akúkoľvek prácu, a to ani v tom prípade, keby to tak v skutočnosti bolo. Uchádzači o zamestnanie sú totiž často toho názoru, že ak prejavia záujem o akúkoľvek prácu, deklarujú tým svoj skutočný záujem pracovať, čo zamestnávateľ uvíta. To je však zásadný omyl! Záujem o akúkoľvek prácu je len **dôsledkom a nie dobrovoľným rozhodnutím**. Toto zamestnávateľa veľmi dobre vedia.

Ak zamestnávateľa nepresvedčíme, že budeme uspokojivo zastávať jednu pracovnú pozíciu, nepresvedčíme ho už vôbec o tom, že uspokojivo budeme zastávať akúkoľvek pozíciu, teda každú.

Zamestnávateľ vždy uprednostní takých uchádzačov, ktorí majú **záujem a dôvod** zastávať práve takú pracovnú pozíciu akú chce obsadiť.

Ak chceme byť pri hľadaní zamestnania úspešní, musíme poznať, plne rešpektovať a vedieť využiť „**Základné pravidlo trhu práce**“.

Vychádzajme z toho, že hľadanie zamestnania je založené na jednaní **dvoch rovnocenných strán**. Je zrejmé, že šancu na úspech máme vtedy, ak budeme plne **rešpektovať právo zamestnávateľa rozhodovať a plne využívať právo rozhodnúť sa**. Ak teda rozhoduje zamestnávateľ, naším cieľom je jeho rozhodovanie ovplyvniť resp. presvedčiť ho o správnosti jeho rozhodnutia (zamestnať nás). **Viac hovoríme, menej sa pýtame**. Ak však rozhodujeme my, využívame svoje právo a to vo svoj prospech. **Viac sa pýtame, menej hovoríme. Svoju pozornosť postupne zameriame na všetky okolnosti, ktoré môžu rozhodovanie zamestnávateľa pozitívne ovplyvniť, a to výhradne v náš prospech.**

Získavanie informácií:

Je dôležitou súčasťou prípravy na hľadanie zamestnania. Jedná sa o informácie o pracovnom mieste, o spoločnosti,, čím sa zaoberá, čo vyrába, ktoré sú základným východiskom pre **pracovný pohovor**.

Mgr. Katarína Vozárová

Pedagogicko-psychologická poradňa s Centrom výchovnej a psychologickéj prevencie Levoča



Foto: Mgr. Jana Dudinská

„Dobré veci vznikajú pomalým rastom. Náhle zmeny, to bývajú skôr katastrofy.“

To je malý citát z knihy, ktorú som si zobrala na pomoc, na odporúčanie Mgr. Janky Dudinskej. Pani psychologička má v riešení problémov v partnerských vzťahoch dlhodobé skúsenosti a urobila si čas pre naše 1. motivačné stretnutie v MC – TEREZA. Téma: *Partnerské vzťahy a zamestnanie* oslovila a zaujala natoľko, že jej pokračovanie bude v rámci 3. motivačného stretnutia 12. októbra 2005.

V čase, keď sa rodí toto číslo časopisu pripravujeme 2. motivačné stretnutie s podnikateľkou p. Homolovou na tému: *Žena – úspešná podnikateľka*.

Čo je nové v MC – TEREZA?

Sme tu pre vás od pondelka do piatku. Ak si potrebujete niečo vybaviť alebo nakúpiť a nemáte kde nechať svoje malé ratolesti, je vám k dispozícii „Hodinová škôlka.“

Od októbra pokračujeme v spolupráci so Strednou pedagogickou školou v Levoči, ktorej študenti sa budú v rámci svojej praxe venovať Vaším deťom. Pod odborným vedením napomôžu rozvíjať ich tvorivosť, talent

prostredníctvom divadelných predstavení, kolektívnych hier a podobne. Veríme, že s pomocou týchto mladých ľudí, z ktorých raz budú učitelia, sa nám podarí u vašich ratolestí rozvinúť zručnosť drobných prŕstekov cez kreslenie a maľovanie. Takto bude pre vaše deti prechod do škôlky plynulý a radostnejší. K tomu prispievajú aj **dni otvorených dverí** materského centra pre deti z materských škôlok v okrese Levoča.



Taktiež rozbiehame spoluprácu so Strednou zdravotníckou školou v Levoči, v rámci ktorej budú študenti tejto školy poskytovať pre mamičky a ich deti tieto služby:

- masáže tváre, krku, chrbtice,
- cvičenia pre deti s plochými nohami,
- cvičenia na správne držanie tela,
- cvičenia s fit-loptami.

Týmto oslovujeme aj budúce mamičky, ktorým v programe ponúkame odborné prednášky a ukážky zamerané na zdravotnú starostlivosť o novorodencov i deti v predškolskom veku. Pripravujeme tiež cvičenia pod odborným okom, ktoré uľahčia pôrod predovšetkým prvoroďičkám.

Podrobnejší PROGRAM a bližšie informácie ohľadom vášho Materského centra TEREZA – nájdete osobne na nástenke v MC sídlisko Západ, Levoča, Francisciho 11, vedľa II. ZŠ, telefonicky 053/451 25 30, alebo v informačnej kancelárii, Námestie Majstra Pavla 58, tel.: 053/46 99 695, prípadne na www.cpk.sk/levoca/tereza

TEŠÍME SA NA VAŠU NÁVŠTEVU



Ako sa Julka stratila

Skoro každý večer, keď už má ísť Julka domov, jej mamička mešká. Julke to ide strašne na nervy. Skrátka, nechce byť zakaždým posledná. Jedného dňa jej zišlo na um: Pôjde domov sama! Cestu predsa pozná. Nepozorovane vykížla z dverí a rozbehla sa. Spočiatku bolo všetko celkom jednoduché. Ulicou zíde dolu až k semaforu, potom prejde cez priechod na druhú stranu a ďalej ku kvetinárstvu. Tam zabočila doľava a potom....

Julka zrazu nevedela ako ďalej. Všetky domy vyzerali rovnako. Má odbočiť tu? Alebo azda radšej až do ďalšej ulice? Julka sa obzerá a hľadá pomoc. Čo keby sa niekoho opýtala na cestu? Blížil sa nejaký muž, ale Julka si netrúfla osloviť ho. Naopak, nahnal jej ešte väčší strach. Najradšej by sa bola rozplakala. Slzy jej však nepomôžu, a tak zařala zuby. Vtedy dostala nápad: Vráti sa ku kvetinárstvu a spýta sa predavačky. Vyšlo to! Kvetinárka Julku poznala a ochotne jej ukázala cestu. Len čo Julka vybehla z obchodu, spoza rohu sa vynorila jej mamička.

„Julka, dievčatko moje, kde si len bola?“ pritíska si mamička dcérku v náručí. Teraz sa Julka predsa len rozplakala – od úľavy. Vzlykajúc mamičke všetko povedala. Tá bola veľmi rada, že Julku našla a tak ju ani nevyhrešila. Julka však musela sľúbiť, že už nikdy viac neujde. Mamička sa zasa bude usilovať, aby jej dcérenka neostávala v škôlke posledná.

Milé deti, dúfam, že vy ste také čosi ako Julka nikdy neskúšali! Utekať zo škôlky sa určite neoplatí. No pre istotu, keby ste sa náhodou niekedy stratili, nezabudnite si zopakovať ako sa voláte a kde bývate, aby vás nejaká dobrá teta či ujo mohli odprevadiť domov.



Pre mlsné jazýčky

HORÚCA DOMÁCA ČOKOLÁDA

Potrebujeme: 8 šálok mlieka, 8 čajových lyžičiek kakaa, 12 čajových lyžičiek cukru, 50g horkej čokolády

Pripravíme si 8 šálok. V každej šálke rozmiešame 1 čajovú lyžičku kakaa a 1,5 lyžičky cukru. Pridáme po jednej lyžičke studeného mlieka, vymiešame na hladkú hmotu. Do misky postrúhame na jemnom strúhadle tabuľku čokolády. Zvyšné mlieko zohrejeme, opatrne nalejeme do každého hrnčeka a zamiešame. Kakao v každom hrnčeku posypeme lyžičkou strúhanej čokolády a hneď podávame.

Vaša teta Neta