



SLOVO REDAKTORKY

Neviem ako vy, ale ja na seba v jeseni pozorujem jav, ktorý je zrejme častý u mnohých ľudí. Všetky problémy a starosti akosi nadobudnú omnoho väčšie dimenzie než tomu bolo v lete. Kratšie dni, sychravé počasie.....brrrr. Čas ideálny na smútok a depresie. Neviem ako sa s takými stavmi pokúšate vysporiadať vy, no ja vtedy siahnem po knihách. Jednou z najúžasnejších kníh o sebarozvoji, akú som kedy držala v rukách je kniha **Miluj svoj život**. Autorka Louise L. Hayová v nej skvelým spôsobom poukazuje na to, aký dôležitý je pozitívny prístup k životu.

Jednou zo základných myšlienok jej filozofie je aj táto:

„Každá myšlienka vytvára našu budúcnosť.“

Vždy, keď som vo víre bežných pracovných i rodinných povinností zabudla na túto vetu, vyskytli sa v mojom živote nejaké problémy. Jedným z posledných bol z istého dôvodu aj nedostatok financií na vyplatenie bežných účtov. Je to iste situácia, ktorá trápi nejednu mladú rodinu s deťmi. Keď som už úplne zúfalá sedela vo svojom obľúbenom kresle, zrak mi padol na poličku s knihami. **Miluj svoj život**. Titul, ktorý mi zarezoval pred očami. Dychtivo som po nej siahla. Ako som len mohla zabudnúť! Už po stýkrát som zalistovala v knihe, ktorá ma vždy postavila na nohy v čase, keď som to najviac potrebovala. Akosi automaticky som ju otvorila na 15. kapitole o bohatstve. „Zaslúžim si to najlepšie a práve teraz to prijímam.“ „Neodmietajte bohatstvo.“ „Nerobte si starosti so svojou finančnou situáciou a prestaňte mať odpor k účtom.“ Vety, ktoré som tak veľmi potrebovala. Lenže tentoraz na mňa akosi nezaúčinkovali. Pomyslela som si: „Tebe sa to hovorí, keď si „prachatá“ a nemusíš sa trápiť ako prežiť! Phe, neodmietajte bohatstvo! , veď hej, ale aké?“ Znechutene som knihu odložila a ďalej som sa utápala v smútku ako prekonať problémy. Večer, keď som už konečne uložila deti aj manžela, som si opäť sadla do kresla. Premýšľala som o slovách, ktoré mi rezonovali v ušiach. **Neodmietajte bohatstvo**. Začala som tú vetu vnímať z iného pohľadu. Nejde predsa len o bohatstvo materiálne, ale aj duchovné. Ak už nemám peniaze, nech som aspoň šťastná, že mám peknú a zdravú rodinu. Nakoniec som predsa len podľahla radám Luise, sadla som si z rozpaženými rukami a vravím: „Som otvorená a ochotná prijať všetko dobro a hojnosť vesmíru. Na svete je toho dosť pre nás všetkých. Stačí sa len otvoriť vesmíru.“ Aj keď mi to spočiatku pripadalo trochu smiešne, po pár dňoch aplikovania tejto metódy sa mi naskytla príležitosť zarobiť si nejaké peniažky navyše. V duchu som tisíckrát ďakovala, že sa mi do rúk dostala táto úžasná kniha. Sila myšlienok je naozaj neobmedzená. Verte mi-funguje to. Nech už chcete dosiahnuť v živote čokoľvek – šťastie, zdravie, lásku, bohatstvo, úspech či prácu vedzte, že najdôležitejšie je pozitívne mysliet.

Vaša Neta



Európsky sociálny fond



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

SLOVO RIADITEĽKY

Z Vašich listov dnes vyberáme úryvok z rozsiahleho listu mladej ženy, ktorá sa dostala do nezávideniahodnej situácie. Možno sa v jej slovách nájdete aj vy. Naším zámerom je však poukázať na to, že sme tu stále pre Vás. Text z dôvodu zachovania anonymity sme mierne upravili, skrátili, zmenili meno.

..... som slobodná, bez záväzkov, vyučená šička. Mám za sebou niekoľko zamestnaní so zlými skúsenosťami. Prešla som si byrokraciou na úrade práce, či sociálnom úrade..... Cítim sa neisto, osamotená, zbytočná, bezcenná, nepotrebná, plná hnevu a stresu. Nevieťm zosúladiť svoj pracovný a rodinný život. V súčasnosti pracujem za minimálnu mzdu v zamestnaní, ktoré ma vôbec neteší. Pracujem nepretržite v prievane, hluku, prachu, špine. Na jednej strane som šťastná, že zamestnanie mám, na druhej ma táto práca vôbec nebaví. Nevieťm, čo robiť, aby som sa opäť neocitla na úrade práce a aby sa o mňa ešte v tomto veku museli starať o mňa moji rodičia..... **Klára, 31 rokov**

Odpoveď:

Mám 33 rokov – teda o niečo viac ako vy. Na rozdiel od Vás som si dovolila zaradiť sa medzi úspešnejšie ženy. Váš list ma však donútil o čosi intenzívnejšie sa zamyslieť nad tým, prečo niekto tak mladý, a ako píšete bez záväzkov, sa nedokáže postaviť na vlastné nohy. Nie som psychológ, nie som psychiater, nie som lekár, nie som kňaz a ani filozof. Ak mi to dovoľíte, skúsím Vám ako úspešný človek dať nie radu, iba akýsi námet na zamyslenie ako z tejto situácie von.

Z Vašich výpovedí je cítiť, že ste zrejme nemali dobrých životných učiteľov. A hovorí sa, že učiteľ prichádza vtedy, ak je žiak pripravený.

Dôležité je pre Vás zamyslieť sa nad tým, kto je za Vašu situáciu zodpovedný. Obviňujete rodičov?, učiteľov?, štát?, zamestnávateľov?, možno priateľov?, lekárov?, či cirkev?. Každý má prsty v tom, že nemáte rodinu, deti, dobré zamestnanie? **Ak je na ktorúkoľvek otázku Vaša odpoveď áno – je čas na zmenu Vášho myslenia.** Nevieťm, či ste náboženský založená. Z náboženstva však povieťm len jednu vetu, ktorú si neustále pripomínam. **Na začiatku bolo slovo a skutkom stalo.** A čo Vám môžem poradiť na začiatok? Skúste si ráno, keď vstanete povedať: *Dnes sa budem usmievať od rána až do večera. Nikto ma dnes nevytočí. Zlé myšlienky zaženiem krásnou predstavou o mojom budúcom živote.* (Vieťm, že je to ťažké. Skúsila som si to sama na sebe ©)Vieťm v ekonomike platí pravidlo: Ak je ekonomika na dne, potom sa zaručene odrazí a smeruje k svojmu vrcholu. A to isté platí v živote. Vy ste na dne (ako píšete) a teraz v tejto chvíli nastal čas, že smerujete k lepšiemu životu. Skúste si všímať už drobné zmeny vo Vašom živote. Bolo Vám ľahšie na srdci, keď ste nám písali? Čakali ste našu odpoveď? Potešila Vás, či povzbudila? Cítite iskierku nových udalostí vo Vašom živote? Práve ste našli svojich učiteľov na diaľku. Nemusíte nám dôverovať. Stačí, ak začnete dôverovať sebe. Koho poznáte najlepšie? Je jasné, že samú seba. Nikto Vám nemôže zmeniť Váš život. Môžeme len poradiť, ukázať cesty, ale nie je možné, aby sme urobili za Vás rozhodnutia.

Na záver teda moja otázka k Vám:

Prečo robíte niečo, čo robiť nechcete a za tak malý plat? Ako chcete na tomto mieste nájsť niečo, čo Vás naplní? Nenavádzam Vás na to, aby ste prácu opustili. Navádzam Vás zatiaľ na to, aby ste si povedali, čo Vám radí Vaše srdce! Je predsa toľko možností a toľko šancí ako sa uplatniť! Skúste nám o sebe povedať viac, aby sme prípadne dokázali hľadať pre Vás pracovné príležitosti cez internet. Pomôžeme Vám urobiť testy Vašich schopností a zručností s vymedzením, pre ktoré povolanie sa hodíte. Možno by ste mohli uvažovať o doplnení si vzdelania cez rekvalifikačné kurzy, alebo cez školenia, či samoštúdiom. **Vtedy sa začnú otvárať nové dvere, do ktorých budete môcť ako zamestnanec, či ako živnostník vstúpiť.**

Ing. Andrea Hradiská

**NA ČO BY STE SA MALI OPÝTAŤ PRED PONUKOU A PO PONUKE
PRACOVNÉHO MIESTA**

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

Čo bude predmetom mojej pracovnej náplne?

Aké povinnosti a zodpovednosť toto miesto vyžaduje?

Je to nová pozícia?

Aký typ pracovníka hľadáte?

Komu budem podriadený?

Čo odo mňa očakávate?

Môžem si o tomto pracovnom mieste pohovoriť so súčasnými i bývalými zamestnancami?

Akým hlavným problémom budem čeliť pri výkone tejto práce?

Aké sú hlavné plány spoločnosti do budúcnosti?

Aké možnosti ďalšieho vzdelávania ponúkate?

Aké sú možnosti povýšenia?

Aké sú možnosti dlhodobej kariéry v rámci pracovného zaradenia?

Aký je pracovný čas a možnosti pohyblivého pracovného času?

Čo bude nasledovať po tomto pohovore?

Dokedy by ste mi mohli dať vedieť výsledok pohovoru?



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

Aký je platový rozsah pre toto pracovné miesto?

Vzhľadom k mojej kvalifikácii a skúsenostiam, myslíte si, že by som mohla dostať väčší plat?

Aké zamestnanecké výhody ponúkate svojim zamestnancom?

Aký ma firma program starostlivosti o zamestnancov?

Ďakujem vám za ponuku. Dokedy potrebujete poznať moje rozhodnutie?



Pred vašim odchodom z pohovoru vytvorte pozitívny dojem o svojej osobe. Poďakujte sa za príležitosť a čas, ktorý vám venovali. Ešte raz uveďte, že by ste sa naozaj radi stali súčasťou danej spoločnosti. S podaním ruky počkajte, než vám bude ponúknutá. Potom zdvorilo odíďte.

Ihneď po skončení pohovoru si urobte potrebné poznámky, ktoré sa vám budú hodiť pre ďakovný list. Napíšte ho najlepšie ešte v deň konania pohovoru. V krátkom liste poďakujte personalistovi za čas, ktorý vám venoval a veľmi stručne vyjadrite ešte raz váš vážny záujem o dané miesto.

ČO TREBA VEDIEŤ O ZMLUVE PRED JEJ PODPISOM

- zákon stanovuje písomnú formu pracovnej zmluvy, ale výslovne neustanovuje jej neplatnosť, ak je uzavretá v inej forme
- zamestnávateľ je v nej povinný so zamestnancom dohodnúť: druh práce, na ktorú sa zamestnanec prijíma; miesto výkonu práce; deň nástupu do práce a mzdové podmienky, ak nie sú dohodnuté v kolektívnej zmluve
- môžu v nej byť uvedené aj výplatné termíny, pracovný čas, výmera dovolenky, dĺžka pracovnej doby či ďalšie hmotné výhody
- ak je miesto výkonu práce v cudzine, zamestnávateľ v nej uvedie aj dobu výkonu práce v cudzine; menu, v ktorej bude vyplácaná mzda; ďalšie plnenia spojené s výkonom práce v peniazoch alebo naturáliách; prípadné podmienky návratu zamestnanca z cudziny
- zamestnávateľ je povinný vydať písomné oznámenie o prijatí do zamestnania ešte pred odchodom zamestnanca do cudziny
- skúšobná doba je najviac tri mesiace a musí sa dohodnúť písomne, inak je neplatná
- pracovný pomer vzniká v deň, ktorý bol v zmluve dohodnutý ako deň nástupu do zamestnania, nemusí to byť deň, kedy sa podpisovala zmluva

Skúšobná doba

- trvá najviac tri mesiace (čiže môže byť aj kratšia, ak sa na nej obe strany dohodnú)
- nesmie sa predlžovať; predlžuje sa len o čas prekážok v práci na strane zamestnanca
- musí sa dohodnúť písomne, inak je neplatná
- tvorí súčasť pracovného pomeru
- zamestnanec v skúšobnej dobe môže čerpať dovolenku za odpracované dni (v dĺžke jednej dvanástiny dovolenky za kalendárny rok za každých 22 odpracovaných dní)
- ak bol pracovný pomer skončený pred 22. dňom, zamestnanec nemá nárok na žiadnu dovolenku
- ak vychádza posledný deň skúšobnej doby na víkend alebo sviatok, končí sa týmto dňom, nepresúva sa na najbližší pracovný deň

(Zdroj: Zákonník práce)

Milé pracujúce ženy – matky (chlapi – otcovia)!



Chcem Vás upozorniť, že od 1. októbra sa zvýšila minimálna mzda z pôvodných 6 500,- Sk na 6 900,- Sk. Najnižšia hodinová mzda tak predstavuje 39,70 Sk namiesto 37,40 Sk. Zoberme to tak, že ak pracujete za minimálnu mzdu, v novembri budete mať o niečo vyššiu čistú mzdu. Nie je to bohvie čo, ale aspoň o čosi viac. Nás obyčajných ľudí to určite trochu poteší. ☺

Jana Iľášová
účtovníčka

▷ RUBRIKA : ETIKA

ZÁSADY TELEFONOVANIA

Telefonovanie je dnes najrozšírenejší spôsob komunikácie. Je neodmysliteľnou súčasťou nášho života. Siahame po ňom pri získavaní informácií, hľadaní dôležitých údajov, riešení problémov. Často dostáva prednosť pred osobným kontaktom či mailom. Vďaka telefónu vybavíme veľa vecí, môžeme byť s ľuďmi v kontakte kedykoľvek a kedykoľvek.

Dodržiavanie pravidiel telefonovania pri súkromných rozhovoroch nie je také dôležité, ako pri vybavovaní služobných telefonátov. Tu totiž aj tá najmenšia chyba môže spôsobiť komplikácie a problémy. Preto sa na telefonát vždy dopredu pripravte. Na škodu nie je urobiť si poznámky o tom, načo sa chcete opýtať, aby ste sa vyhli situácii, keď si neviete spomenúť prečo vlastne voláte.

- ❖ Nevolajte skoro ráno, neskoro večer, ani v čase obeda
- ❖ Nedvíhajte slúchadlo hneď pri prvom zazvonení, aby sa telefonujúci i volaný mohol na hovor pripraviť
- ❖ Neohlasujete sa slovami haló, prosím, áno.....povedzte celé meno a ak ide o služobný rozhovor, povedzte aj názov firmy v ktorej pracujete
- ❖ Budte stručný, hovorte pomaly, nahlas a zrozumiteľne
- ❖ Dĺžku hovoru určuje ten, kto volá.....ak sa vám zdá telefonát prídlhý, skúste partnera zastaviť napr. vetou „Myslím že je to všetko, o čom som s vami chcel hovoriť“, prípadne „ Takže sme sa dohodli“
- ❖ Na záver stručne zhrňte obsah rozhovoru
- ❖ Počas rozhovoru si slúchadlo nepridržajte bradou, lebo váš hlas bude nejasný a človek na druhom konci linky vám nemusí porozumieť
- ❖ Aj keď je pre vás telefonát záťažou, alebo vás dokonca otravuje, lebo nie je určený vám a musíte ho prebrať, nedajte na seba znať, že vám to prekáža
- ❖ Ak je dotýčny nezastihnuteľný, nechajte mu stručný a jasný odkaz, v ktorom nesmie chýbať pozdrav, meno volajúceho, prípadne spoločnosť, v ktorej mene voláte, telefónne číslo a dôvod telefonátu

▷ RUBRIKA : ANKETA

Využívate v živote pozitívne myslenie alebo myslíte skôr negatívne?

Lenka, 28, vydatá, 2 deti

Ja som od prírody pesimistka, takže myslím skôr negatívne. Možno práve preto mi veci vychádzajú len na 50%.

Martin, 27, slobodný

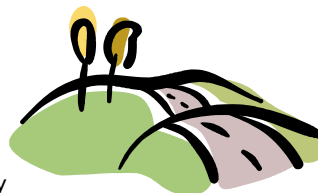
No z časti. Ťažko sa myslí pozitívne v dnešnej dobe. Veľa stresu v práci, v živote a ešte keď si to chce človek okoreniť humorom, tak mu to vyčítajú kamarátky. (smiech)

Alena, 25, vydatá, 1 dieťa

No snažím sa o to, aj keď je to niekedy veľmi ťažké. Teraz keď mám malé bábo, tak sa usilujem byť dobre naladená, aby som negatívne pocity neprenášala na dieťa.

Richard, 29, slobodný

Či využívam pozitívne myslenie? Ani neviem, aké to je.



Položím vám otázku: Čo je potrebné, ak si chcete nájsť prácu? Dôležité je naše myslenie a postoj k životu. Nie vždy je správne to, čo sa nám na prvý pohľad zdá.

Pouvažujme nad týmto zážitkom z pracovného pohovoru. Zamestnávateľ sa popri mnohých otázkach opýtal jednu „rozhodujúcu“: „**Koľko je dva + dva?**“ Prvá kandidátka odpovedala: „Štyri.“ Vylúčili ju. Druhý kandidát na rovnakú otázku odpovedal podobne. Verdikt zamestnávateľa znel : „Von – neprijatý!“. Keď vošla tretia záujemkyňa, tak na rovnakú otázku, že koľko je dva + dva pohotovo odvetila: „ A koľko je potrebné, aby to bolo?“ Zamestnávateľ nadšene súhlasil s výkrikom: „Prijatá!“.

Viem, nie každý z nás je vizionárom, ale poučme sa. Pozitívne myslenie odbúrava stres, ktorý nám pri kontakte so zamestnávateľom nepomôže. Poradím vám, že stres možno odbúrať aj perom v ruke (samozrejme nečukať!) alebo pevným stlačením prstov na nohách – vyskúšajte.

Teraz vám poviem aké máte možnosti nájsť si prácu:

1. prejavte aktívny záujem o pracovnú pozíciu – zaujímajte sa o prácu v nejakej firme aj keď viete, že momentálne nemajú voľné miesto
2. inzeráty (regionálne, nadregionálne denníky a časopisy) – *pozn. bližšie informácie v budúcom čísle*
3. osobné odporúčanie od priateľov, známych – „Konexie škodia len tomu, kto ich nemá.“
4. sprostredkovateľské agentúry (hlavne, ak máte záujem o prácu v zahraničí)
5. úrad práce (prehľad o voľných pracovných miestach, rekvalifikačné kurzy)
6. podať si vlastný inzerát (dobře vymyslený môže mať úspech)
7. využiť pracovné veľtrhy – sami si vyberiete čo vás baví
8. dobre si prezrieť výklady v obchodoch
9. absolvovať vzdelávací kurz, absolventskú prax (možno padnete niekomu do oka)

Radím vám, aby ste s hľadaním miesta začali včas, čiže krátko pred ukončením materskej dovolenky. **Buďte aktívne, milé maminy!** Využite všetky dostupné možnosti. Rada vám pomôžem a poradím.

Ing. Mariana Malecová
informátorka pre ženy- matky

Kde nás nájdete: CPK Levoča, Námestie Majstra Pavla 4, www.cpk.sk/levoča
cpklevoca@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



Centrum prvého kontaktu Levoča v spolupráci s **Materským centrom Tereza** zorganizovali 2. *motivačné stretnutie*, zamestnaných aj nezamestnaných žien, žien na MD za účasti expertov a potenciálnych zamestnávateľov, dňa 20.09.2005 na tému: „Žena – úspešná podnikateľka“ s pani Zuzanou Homolovou, ktorá sa zaoberá pestovaním liečivých rastlín. Pre zúčastnených bolo toto stretnutie a zoznámenie prínosné, pretože sme sa veľmi veľa dozvedali o začiatkoch podnikania, počiatočných problémoch, komunikácii s úradmi a celkovom riadení a zabezpečení chodu takejto firmy, zaoberajúcej sa zaujímavým artiklom – „zdravím nášho tela.“. Ponúkame vám jej malú vizitku.

Vizitka

1. Predstavte nám vašu firmu.

Spoločnosť Afra sa zaoberá pestovaním a spracovaním liečivých rastlín v ekologickom poľnohospodárstve. Ekologické poľnohospodárstvo predstavuje spôsob pestovania rastlín, priaznivý voči životnému prostrediu, ktorý využíva ekologicky šetrné postupy.

2. V akých pozíciách pracujú u vás ženy?

Momentálne pracujeme v AFRE dve ženy. Zaoberáme sa výsevom, pestovaním a zberom liečiviek. Následne spracovaním, predajom a rozvozom po obchodnej sieti. Venujeme sa všetkému, čo je potrebné pri pestovaní. V lete je to viac fyzická práca a v zime psychická (vyhľadávanie nových odberateľov, propagačná činnosť). Mám aj vlastnú predajňu v Žiline, kde nadmernú časť produkcie vo forme čajov, kvapiek predáme. Zatiaľ si vystačíme aj dve, ale plánujem prijať do zamestnania nového zamestnanca.

3. Aké služby zamestnancom poskytujete?

Umožňujem upravenie zákonného pracovného času mojej zamestnankyni s rodičovskými povinnosťami a pracovné voľno bez náhrady mzdy.

4. Aké výhody prináša takáto práca žene- matke- podnikateľke?

Výhodou je, že si je človek sám sebe pánom. Venujem sa práve tomu, čo ma v danej chvíli baví.

5. Čo bola na začiatku najťažšie?

Pre mňa bolo najkomplikovanejšie prekonať boj s úradmi a byrokracia...veľa, veľa papierovania. Potom to už bolo fajn.

6. Čo bolo hlavným motívom na podnikanie v tejto oblasti?

Rodinná tradícia. Pestovaním liečivých rastlín sa zaoberali už tri generácie v našej rodine.

7. Cítite sa byť úspešnou podnikateľkou?

Cítim sa byť podnikateľkou, ktorej práca je fyzicky aj časovo náročná.

Ďakujeme za rozhovor.

Otázka:

Som zamestnaný a chcem sa opýtať, či je možné získať nejakú finančnú pomoc, ak chcem začať podnikáť ako stolár.

Odpoveď:

Milý čitateľ! Ak ste mali na mysli priamu finančnú pomoc z Európskej únie, asi Vás sklame. Podnikateľská činnosť malých a stredných podnikateľov nie je v súčasnosti podporovaná z finančných zdrojov Európskej únie. Chcem tým povedať, že v súčasnosti nie je vyhlásený žiaden grant na získanie finančnej pomoci z EÚ pre podnikateľskú činnosť malých a stredných podnikateľov.

Jednou z možností, ktorú by ste mohli využiť je úver od komerčnej banky. Ale ani tu to nie je ružové. Tri zo štyroch bánk, ktoré majú svoje exozitúry v Levoči alebo v blízkej Spišskej Novej Vsi, ponúkajú síce úvery pre podnikateľov, ale nie pre práve začínajúcich. Jednou z podmienok poskytnutia úveru je totiž minimálne jedno ukončené účtovné obdobie. Výnimkou je banka, nazvime ju banka U, ktorá ponúka tzv. rýchle úvery. V prípade týchto úverov nie je presne určené minimálne trvanie podnikateľskej činnosti, ale toto kritérium je rozhodujúce pre určenie výšky úveru.

Tou druhou možnosťou je požiadať o mikropôžičku z Mikropôžičkového programu. Ide o program, ktorý bol vytvorený zo zdrojov programu Európskej únie - PHARE a štátneho rozpočtu Slovenskej republiky, v snahe riešiť problém prístupu podnikateľov k úverom potrebným na začatie, respektíve stabilizovanie ich podnikateľskej aktivity a na preklenutie dočasných problémov pri financovaní podnikateľskej činnosti. Realizátorom programu pre okres Levoča je BIC Spišská Nová Ves, s. r. o.

V rámci tohto programu môžete požiadať o dva druhy mikropôžičiek.

§ Investičnú mikropôžičku do výšky jedného milióna Sk, ktorá je určená na obstaranie základných prostriedkov na podnikanie (stroje, zariadenia, prístroje, rekonštrukcia a kúpa nehnuteľností, dopravných prostriedkov a pod.). Jej splatnosť je do štyroch rokov pri ročnej úrokovej sadzbe 7,55%

§ Tovarovú mikropôžičku do výšky 500 tisíc korún, ktorá je určená na obstaranie zásob tovaru pri obchodných činnostiach. Je splatná do jedného roka a ročná úroková sadzba je 9,55%.

Ak už dnes navštívite BIC Spišská Nová Ves, oboznámia Vás so všetkými základnými údajmi, ako je splatnosť, forma splácania, úroková sadzba, čerpanie mikropôžičky, postup podania žiadosti, záruka za úver a podobne. Zároveň Vám predložia formulár žiadosti buď vo vytlačenej alebo elektronickej podobe. Súčasťou žiadosti sú aj rôzne prílohy. Jednou z nich je podnikateľský plán v zjednodušenej podobe vo forme dotazníka. BIC v záujme uľahčiť klientom prácu počas spracovania podnikateľského plánu poskytuje voľné poradenské hodiny. Pri prijatí žiadosti klient v pokladni BIC uhradí administratívny poplatok vo výške Sk 1 000,-. Následne po dohode s klientom zástupcovia BIC osobne navštívia prevádzku firmy žiadateľa. Najneskôr do piatich dní od prijatia žiadosti, je klient oboznámený s rozhodnutím o poskytnutí alebo neposkytnutí mikropôžičky. Jej poskytnutie prebieha jednorázovo alebo v niekoľkých splátkach, podľa rozhodnutia klienta. Splácanie mikropôžičky prebieha mesačne, pričom klient má možnosť uplatniť si maximálne 6-mesačný odklad splácania mikropôžičky.

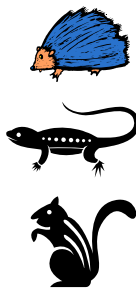
Toto sú len základné a stručné informácie o Vašich možnostiach. Ak Vás niektorá z nich viac zaujala, obráťte sa na príslušné miesta. Veľa zdaru!

Ing. Denisa Janovčíková
projektová manažérka

JEŽKO

*Išiel ježko po hájičku,
zrazu zbadal jašteričku.
Povedal jej pošušky,
aby s ním šla na hrušky.*

*Nejdem, vraví jašterička,
nemám rada hrušky.
Mne ti chutia od malička,
iba tučné mušky.*



*Išiel ježko po hájičku,
zrazu zbadal veveričku.
Povedal jej pošušky,
aby s ním šla na hrušky.*

*Nejdem, vraví veverička,
nemám rada hrušky.
Ja si zájdem do lesička,
tam sú pre mňa šušky.*

NAJLEPŠÍ KAMARÁT



Handrový psík Hafuško sedel v detskej izbe v kútiku a bol strašne smutný. Jeho kamarátka Lenka dostala do daru nového plyšového psíka. Celkom iste sa teraz bude hrať iba s ním.

Plyšový psík sa volal Maxi a vedel aj brečať, aj behať. V tom sa mu Hafuško nemohol rovnať.

„Ach, keby zas bolo všetko ako predtým!“ vzdychá. „Ja mám Lenku tak rád, a ona akoby na mňa celkom zabudla.“

Večer prišla Lenka do svojej izby.

„Tak, teraz ešte chytro vyčistiť zúbky a šup do postele,“ povedala mamička.

Obe zmizli v kúpeľni a vrátili sa až po chvíli. Lenka sa šuchla do postieľky. O malú chvíľku však vyskočila. „Skoro som zabudla na to najdôležitejšie! Na môjho milého Hafuška. Veď ten musí spať so mnou. Len s ním sa môžem tak pekne pomazať. A keby som mala tisíc iných zvieratiek, jeho mám najradšej.“ Hafuško bol zase šťastný a zaspal s úsmevom na čumáčiku.

Pre mlsné jazyčky

BANÁN S TVAROHOVÝM KRÉMOM

2 banány, 100g netučného tvarohu, 10g cukru, citrónová šťava, 30g jahôd

Banán ošúpeme, rozrežeme pozdĺžne na dve časti a ozdobíme vyšľahaným tvarohovým krémom. Navrch krému uložíme jahody alebo iné ovocie, prípadne lentilky.

Krém: tvaroh, cukor a citrónovú šťavu vyšľaháme na jemný krém.

JESEŇ V MATERSKOM CENTRE TEREZA

Tak ako pribúdajú žlté listy na stromoch, tak pribúdajú na zoznam nášho Materského centra úspešné akcie.

Pomaly, ale isto aj mamičky v našom meste zisťujú, načo a pre koho je tu vlastne také materské centrum. Prvé z Vás využili možnosť nechať na chvíľu svoje dieťa v centre a ísť napríklad na rodičovské združenie, upratať doma, či len si tak oddýchnuť bez detí.

Jeseň cítiť aj v našom centre. Študentky strednej pedagogickej školy v Levoči nám vytvorili krásne figúrky z gaštanov, žaludov a opadaných listov. Podľa nich si aj naši malí návštevníci mohli a ešte stále môžu vyrábať vlastných panáčikov a zvieratká. Pozývame všetkých, ktorí u nás ešte neboli. Žaludov a gaštanov máme dosť.

Na čo sa ešte dajú použiť gaštany sme sa dozvedeli od podnikateľky p. Homolovej, ktorá nám na 2. *motivačnom stretnutí* rozprávala nielen o tom, ako sa pustiť do podnikania, ale aj o liečivých účinkoch, napr. gaštanov a iných rastlín, ktorým sa v rámci svojho podnikania venuje.

Zaujímavé bolo aj 3. *motivačné stretnutie* so psychologičkou Mgr. J. Dudinskou na tému: „Partnerské vzťahy a zamestnanie“.

Každý utorok sa venujú študenti v rámci praxe nielen deťom v materskom centre, ale aj mamičkám a oteckom, pre ktorých poskytujú študenti Strednej zdravotníckej školy v Levoči relaxačné a kozmetické masáže. Týmto pozývame rodičov i starých rodičov, aby prišli aj so svojimi detičkami. Kým deti sa budú zabávať v herni so študentmi pedagogickej školy, rodičia si môžu oddýchnuť na masážnom stole.

Máme pre Vás pripravené aj ďalšie zaujímavé akcie a ponuky, stačí iba prísť medzi nás. Čím je nás viac, tým je lepšia zábava.

Eva Semanová
asistentka redaktorky

Kde nás nájdete: sídl. Západ Levoča, Francisciho 11, vedľa II. ZŠ

tel.: 053/451 25 30, www.cpk.sk/levoča/tereza

Po: 15.00 - 18.00 Ut - Št : 9.00 - 12.00 a 15.00 - 18.00 Pia: 9.00 - 12.00

Pripomenka koordinátora projektu

Napriek tematike zameranej na pozitívne myslenie náš projektový tím trápi mierne negatívny postoj zo strany vedenia niektorých materských škôlok, ktoré nás začali vnímať ako konkurenciu. Je to pre nás nepochopiteľné, pretože materská škola má úplne iné ciele, ako je to v prípade materského centra. Konkurovať nemôžeme už len z toho dôvodu, že u nás dieťa nemôže byť pod celodenným dohľadom vzhľadom na to, že nie sme prispôbení podávať týmto deťom stravu. Našou snahou je pomáhať cieľovej skupine nájsť si voľný čas pre seba, stretnúť sa s odborníkmi a zapojiť sa do rôznych diskusií s inými rodičmi, získať sebavedomie, nájsť si zamestnanie, či samostatne začať podnikáť. Naša pomocná ruka spočíva v starostlivosti o dieťa na krátku dobu. Vidíme tu ešte jedno veľké pozitívum! Pomáhame pripraviť dieťa vo veku od 1 - 3 rokov pre prvý vstup do materskej školy, aby sa dieťa mohlo bez výraznejších problémov adaptovať na prostredie, kde bude po celý deň v kolektíve rovesníkov. U nás si to môžu rodičia s deťmi vyskúšať. Pevne verím, že tieto obavy sa postupne vytratia a nebudú vznikať problémy týkajúce sa odmietania vytvorenia priestoru pre šírenie informácií z našej strany prostredníctvom časopisu Žena-matka a tiež možnosti prevziať a odovzdať dotazníky, či iný informačný materiál, ktoré nám môžu pomôcť lepšie spoznať potreby cieľovej skupiny. Tiež veríme, že sa nám podarí nájsť mnoho podnetov, prostredníctvom ktorých zrealizujeme s materskými školami spoločné akcie pre tých, pre ktorých tu všetci sme.

Ing. Andrea Hradiská
koordinátor projektu