

SLOVO REDAKTORKY

Leto je v plnom prúde. Je čas oddychu a dovoleníek. Slováci vymetajú všetky možné cestovky a hľadajú lacné a exotické zájazdy do zahraničia. Ako je možné, že aj napriek večným ponosom na nedostatok peňazí, dokážeme „naškrabať“ na zahraničnú dovolenku? Ženie nás k tomu snaha za každú cenu sa vytiahnuť pred susedom, kolegom, či známym? Chválenkárstvo je v našom národe príliš hlboko zakorenené. Pochváliť sa novým autom, práčkou, domácim kinom, či zájazdom aj na úkor toho, že žijeme na splátky, v neustálom strachu o zajtrajšok. Strach z neschopnosti splácať pôžičky kvôli strate zamestnania nás máta deň, čo deň a spôsobuje nemalé psychické problémy, ktoré sa prenášajú do zhoršených vzťahov v rodine, či na pracovisku. Neustály kolotoč pôžičiek a ich splácania. Poznáte to tiež? A napriek tomu sa chystáte na dovolenku do zahraničia na splátky, či za posledné? A popri tom už premýšľate, či ju budete schopní splatiť načas? Čo keby ste sa na chvíľu zastavili a pouvažovali, či vám to naozaj stojí za to. Dovolenka má byť predsa o oddychu a načerpaní nových síl do ďalšej práce. Ale ak tam už idete s myšlienkou na to, z čoho budete žiť po návrate, potom sa takáto dovolenka miňa účinku. Ja som nebola na dovolenke v zahraničí už asi 10 rokov a napriek tomu ju každý rok prežívam v pohode a pokoji. Pár dní na chalupe pod lesom má na mňa upokojujúcejší a očistnejší vplyv ako počítanie každej korunky pri mori, kde môžem iba slepo závidieť nemcom na susednej osuške. Prechádzky lesom, zbieranie húb, či lesných plodov je predsa činnosť pri ktorej chtiac - nechtiac musíte zabudnúť na všetky problémy. K tomu každý večer plápolajúci ohník, voňavá slaninka, či klobáska....mňam. Určite je to príjemnejšie ako povinné opekanie vlastného tela na preplnenej pláži. Alebo sa mýlim? Samozrejme každý má právo vybrať si dovolenku podľa vlastného gusta a ja nechcem nikomu porúčať, kde a ako ju stráviť. Bol to skôr taký malý tip na spríjemnenie horúcich letných dní. Pretože nie je ani tak dôležité, kde ste, ale ako nastavíte svoju myseľ.



**"Ľudia nekupujú to, čo potrebujú,
ale to, čo chcú!"**

Anthony Robbins

Vaša Neta



Európsky sociálny fond



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

▷ RUBRIKA: ZAMESTNANIE

Keďže téma zamestnávania prostredníctvom pracovnej agentúry je hlavne v letnom období nanajvýš aktuálna, rozhodli sme sa venovať jej priestor aj v tomto čísle. Agentúry sa zameriavajú predovšetkým na sprostredkovanie práce do zahraničia, ale určite vám pomôžu nájsť prácu aj na Slovensku.

Leto praje hlavne brigádam a sezónnym prácam v zahraničí. Zopakujme si, že ak sa chystáte vykonávať prácu v zahraničí prostredníctvom slovenskej agentúry dočasného zamestnávania, musíte si overiť, či má na túto činnosť platné povolenie vydané Ústredím práce, sociálnych vecí a rodiny.

Práca cez agentúru znamená, že nebudete zamestnancom zahraničného, tzv. užívateľského zamestnávateľa, ale zostanete zamestnancom agentúry počas celej práce v zahraničí (rovnaké pravidlá platia aj pri sprostredkovaní práce na Slovensku).

O tom ako má vyzerať zmluva s agentúrou sme písali v minulom čísle. Povedzme si teraz o tom, aké sú povinnosti agentúry voči zamestnancovi, ako aj povinnosti užívateľského zamestnávateľa voči dočasnému zamestnancovi.

Povinnosti agentúry voči zamestnancovi

Agentúra dočasného zamestnávania je povinná:

- plniť si všetky funkcie zamestnávateľa podľa pracovnej zmluvy,
- platiť zdravotné a sociálne poistenie, poskytovať dovolenku, cestovné náhrady, a pod.,
- platiť zamestnancovi mzdu a náhrady mzdy,
- zabezpečovať mu ochranu podľa zákona o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci,
- uhradiť mu škodu, ktorá vznikla pri plnení pracovných úloh alebo v priamej súvislosti s ním u užívateľského zamestnávateľa,
- zabezpečovať mu ochranu osobných údajov ako dočasného zamestnanca,
- umožniť mu uplatniť právo na slobodu združovania sa a právo na kolektívne vyjednávanie,
- umožniť mu prístup k odbornému vzdelávaniu alebo k získaniu odborných zručností, a to aj pred dočasným pridelením k užívateľskému zamestnávateľovi s cieľom zvýšiť jeho zamestnateľnosť.

Povinnosti užívateľského zamestnávateľa voči dočasnému zamestnancovi

Užívateľský zamestnávateľ, ku ktorému je zamestnanec dočasne pridelený:

- ukladá zamestnancovi pracovné úlohy,
- organizuje, riadi a kontroluje jeho prácu,
- dáva mu na tento účel pokyny,
- utvára priaznivé pracovné podmienky a zaisťuje bezpečnosť a ochranu zdravia pri práci rovnako ako ostatným svojim zamestnancom,
- vedúci zamestnanci užívateľského zamestnávateľa nemôžu voči dočasne pridelenému zamestnancovi robiť právne úkony v mene agentúry,

- vytvára mu pracovné podmienky, vrátane mzdových podmienok a podmienky zamestnávania rovnako priaznivé ako pre ostatných zamestnancov užívateľského zamestnávateľa - t. j. zabezpečiť, aby dočasne pridelený zamestnanec nebol diskriminovaný v porovnaní so stálymi zamestnancami užívateľského zamestnávateľa.

Pracovné podmienkami a podmienky zamestnávania sú:

- pracovný čas,
- mzdové podmienky,
- bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci,
- náhrada škody v prípade pracovných úrazov alebo chorôb z povolania,
- náhrada pri platobnej neschopnosti a ochrana nárokov dočasných zamestnancov,
- ochrana materstva a ochrana rodičov,
- právo na kolektívne vyjednávanie.

(Zdroj: Hospodárske noviny)

PRÁCA V EURÓPSKEJ ÚNII

Voľný pohyb osôb a pracovných síl

- *Voľný pohyb pracovných síl* pre euroobčana znamená možnosť zmeny miesta pobytu s cieľom výkonu pracovnej činnosti alebo podnikania, teda právo usadiť sa a pracovať, ako aj podnikáť na území ktoréhokoľvek členského štátu.
- Ako podmienky boli stanovené zdravotné poistenie a dostatok finančných prostriedkov na živobytie.
- *Voľný pohyb osôb* po vstupe do EÚ znamená, že sa môžete voľne pohybovať po všetkých štátoch EÚ bez akéhokoľvek obmedzenia.

Práva, ktoré si môžete uplatňovať v členských štátoch EÚ

- Ako občan SR sa môžete slobodne presťahovať a nájsť si prácu v štátoch EÚ za splnenia nevyhnutných kvalifikačných predpokladov.
- Máte nárok na rovnaké podmienky ako domáci štátni príslušníci.
- Môžete sa uchádzať o ktorékoľvek voľné miesto inzerované v krajine EÚ (okrem miest v štátnej správe, ak tieto zahŕňajú ochranu verejného poriadku alebo záujmy štátu).
- Po ukončení pracovného pomeru máte právo zostať na území členského štátu.



Voľný pohyb osôb zahŕňa i ďalšie práva, ktoré môžete uplatňovať:

- Sloboda etablovať sa vrátane **práva na založenie firmy** (prostredníctvom inej firmy alebo ako SZČO).
- Princíp **vzájomného uznávania odborných kvalifikácií**.

Schémy sociálneho zabezpečenia sú koordinované, čo konkrétne umožňuje prenos istých sociálnych dávok (napr. starobného dôchodku) a nahromadenie práv na dôchodok na základe príspevkov uhrádzaných v rôznych krajinách EÚ.

(Zdroj : Profesia)

PODNIKANIE V EÚ

Občania SR majú právo podnikáť v krajinách EÚ od 1. mája 2004, rovnako ako občania materských krajín. Začať podnikáť možno pri splnení rovnakých kritérií, ktoré stanovuje príslušný národný zákon týkajúci sa živnostenského podnikania. Základnou podmienkou je doloženie odbornosti a kompetencie na výkon danej profesie.

Živnostenský list vystavený podľa zákona o živnostenskom podnikaní však v krajinách EÚ **neplatí**. Vo všeobecnosti však slovenskí živnostníci môžu v iných štátoch únie podnikáť za rovnakých podmienok, aké sa vzťahujú na príslušníkov danej krajiny. Dokladovať svoju odbornosť a kompetentnosť na výkon určitej profesie treba taktiež na základe požiadaviek konkrétnej krajiny. Aj keď je jednotný trh, charakteristický voľným pohybom osôb, tovaru, služieb a kapitálu, základom európskej integrácie, stále zostávajú určité obmedzenia. V rôznych krajinách únie sa živnostníci zo Slovenska môžu stretnúť s rôznymi situáciami. Môže sa stať, že profesia, ktorá je v jednom členskom štáte regulovaná, v inom členskom štáte regulovaná nie je, a teda nie je potrebné preukazovať ani svoju kvalifikáciu na jej výkon. Ak je v štáte, kde chce živnostník z ktorejkoľvek členskej krajiny EÚ podnikáť, regulovaná, musí živnostník požiadať tamojšiu inštitúciu o uznanie svojej kvalifikácie.

Ak chce slovenský živnostník podnikáť na území EÚ sústavne ako samostatne zárobkovo činná osoba, musí dodržiavať, podobne ako občania príslušnej krajiny, popri profesijných a živnostenských právnych predpisoch aj osobitné pobytové predpisy EÚ, ak **doba pobytu prekročí jeden mesiac**. Pri pobyte dlhšom ako **tri mesiace** treba požiadať o povolenie na pobyt.

▷ **RUBRIKA: PARAGRAFY**

Pomoc rodinných príslušníkov už nie je nelegálnou prácou

Drobní podnikatelia a živnostníci už nebudú musieť uzatvárať pracovné zmluvy so svojimi rodinnými príslušníkmi, ktorí im vypomáhajú pri ich podnikaní. Umožňuje to novela zákona o nelegálnej práci a nelegálnom zamestnávaní, ktorá nadobudla účinnosť 1. júla 2006.

Na základe problémov z aplikačnej praxe bol zákon začiatkom februára 2006 novelizovaný s tým, že výnimky sa vzťahujú len na podnikajúcu **fyzickú osobu** a len na **príbuzných v priamom rade** : *súrodenec, manžel alebo dieťa do 26 roku veku*. Každý z nich bude môcť na základe novely pomáhať príbuznému podnikateľovi **bez uzatvorenia pracovného pomeru**.

Keďže uvedený zákon neupravoval žiadne výnimky, za nelegálnu prácu sa považovala aj práca, ak napríklad manžel, ktorý mal uzatvorenú pracovnú zmluvu s iným zamestnávateľom, vypomáhal svojej manželke – podnikateľke, a tá ho ako podnikateľka zamestnávala nelegálne, keďže s ním nemala uzatvorenú pracovnú zmluvu. Ak sa takýto prípad zistil pri výkone inšpektorov práce, inšpektoráty ho kvalifikovali ako porušenie zákona a následne ukladali pokuty. K porušeniu zákona došlo už tým, že nebol uzatvorený pracovnoprávny vzťah. Aby sa predišlo mnohým nespravodlivým postihom, bolo potrebné vymedziť, čo nie je nelegálnym zamestnávaním a nelegálnou prácou.

Novelizáciou zákona sa predovšetkým odstráni postih tých fyzických osôb, ktoré nevyužívajú závislú prácu a podporuje sa malé podnikanie, resp. malé rodinné firmy, pre ktoré by bolo nevýhodné zamestnávanie na základe pracovnej zmluvy.

(Zdroj : epi)

V ponuke služieb CPK Levoča, ktorá sa rozvinula počas trvania tohto projektu, je sprostredkovanie práce na Slovensku a do zahraničia v spolupráci s Jobs & Training s.r.o. a CUHA and PARTNERS. Naša služba je v prvom rade venovaná ženám, ktoré chcú finančne pomôcť svojej rodine. V databáze je zaevidovaných 23 klientov (12 žien a 11 mužov, vek: od 20 do 52 rokov). Máme vyše 150 pracovných ponúk v krajinách: Veľká Británia, Írsko, Fínsko, Grécko, Cyprus, Holandsko, Belgicko. Najvyhľadávanejšie sú pracovné ponuky vo *Veľkej Británii a Írsku* (pre jazykovo zdatnejších), *Cyprus a Holandsko* – pre začiatočníkov. Čím lepšie sa viete dohovoriť, tým sa zvyšuje Vaša šanca nájsť si lepšie platenú prácu. Ak je pre Vás neznalosť jazyka prekážkou, vieme Vám pomôcť. Zorganizujeme *jazykový kurz*, ktorý bude zameraný na slovnú zásobu, najpoužívanejšie frázy, simulované situácie. Od Vašej jazykovej zručnosti úzko súvisí aj výber profesie, ktorý je rozmanitý a pestrý. Klientov doteraz najviac zaujali práce v sklenníkoch, baliarniach, skladoch, pomocníci v kuchyni, práca v hoteloch a supermarketoch.

Najčastejšie otázky, s ktorými sa na nás obracajú klientky sú:

Aké jazykové predpoklady sú na daný druh práce potrebné?

Hradí zamestnávateľ ubytovanie, stravu, cestovné?

Ako dlho trvá vybavenie práce, pracovného povolenia (Holandsko)?

Aký je poplatok za sprostredkovanie?

Kedy sa platí?

Je potrebný výpis z registra trestov?

Je potrebné potvrdenie od lekára o možnosti vykonávať fyzickú prácu?

Aká je náplň práce?

Aktuálne voľné pracovné pozície:

VELKÁ BRITÁNIA – šička, práca v sklade, opatrovatelka, stavebné pozície, pracovník v čokoládovni

ÍRSKO: supermarket, hotely, recepčný, pekár, barman, pomocník

CYPRUS a GRÉCKO: recepčný, čašník, kuchár, chyžná, stavebné práce, animátor v detskom klube, masér, záhradník

HOLANDSKO: pracovník vo výrobe, sklade, baliarni, maliar, zvärač, operátor

. . . a veľa ďalších zaujímavých ponúk . . .

Keď ste si už nejaké peniažky našetrili a chcete si založiť vlastný podnik, veľmi radi vám poradíme (**ZDARMA**) ako postupovať pri založení živnosti, účtovných otázkach, daňovej povinnosti, zdravotnom a sociálnom poistení ..., ale aj možnosti získať dotáciu, úver, vypracovať podnikateľský zámer, prieskum trhu a reklamu.

Ing. Mariana Malecová

informátorka CPK

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

Migrácia za prácou

Vstupom Slovenska do EÚ sa naše možnosti na trhu práce rozšírili o jedno zo štyroch základných práv: slobodu pohybu pri využívaní pracovných príležitostí. Podľa štatistik EÚ žilo v Európe v r. 2005 mimo svojej rodnej krajiny až 33 miliónov ľudí. Patria k nim i desaťtisíce Slovákov, ktorí pracujú za hranicami svojej vlasti. Migrácia za prácou, ktorá bola rozšírená na začiatku minulého storočia, postupne oživa, no mení sa jej charakter. V minulosti odchádzali za prácou najmä muži – otcovia a živitelia rodín. Ženy prežili zvyčajne celý svoj aktívny život v jednej obci alebo v jednom regióne. Až v posledných rokoch sa situácia na trhu práce mení. Čoraz častejšie obchádzajú za prácou do zahraničia aj ženy. Takýto typ migrácie je nový fenomén, ktorý prináša zo sebou i nové problémy. Ukázal neopodstatnenosť obáv starých členských krajín EÚ z návalu lacnej pracovnej sily, ale vytvoril množstvo ekonomických, demografických a sociálno-psychologických problémov v krajinách, odkiaľ dochádza k úniku pracovných síl. Keďže až 20% migrantov má úplné rodiny, je prirodzené, že takáto migrácia má dosah na veľký počet obyvateľov a dotýka sa ľudí najrôznejšieho veku: od novorodencov až po prastarých rodičov.

V tomto článku by som Vám milé čitateľky, ženy – matky, chcela na životných osudoch klientov mojej ambulancie priblížiť najčastejšie problémy súvisiace s odchodom člena rodiny za prácou. Základné osobné údaje sú pozmenené tak, aby neumožňovali identifikáciu klientov a príbeh je zovšeobecnený tak, aby vystihoval najčastejšie problémy, s ktorými sa v práci s touto problematikou stretávam. Akákoľvek podobnosť s reálnymi životnými situáciami a osobami je len dôkazom toho, že problémy súvisiace s témou migrácia sú si podobné.

Príbeh z ambulancie:

30 ročná stredoškolačka Eva je vydatá, má 2 deti. Mladší syn chodí do MŠ, dcéra do ZŠ. Eva donedávna nepracovala. Po materskej dovolenke sa starala o domácnosť, svokrovcov a veľký dom. Sporadicky vypomáhala v miestnom obchode. Rodinu finančne zabezpečoval manžel. Firma, kde 7 rokov pracoval, skrachovala. Manžel prišiel o prácu. Keďže mladá rodina investovala značnú časť finančných prostriedkov do bývania – mali dlhy a museli splácať niekoľko pôžičiek. Práca, ktorú si manžel našiel nestačila finančne pokryť všetky potreby rodiny. Bolo nevyhnutné hľadať riešenie. Manžel zvažoval prácu mimo bydliska, ale Eva s tým nesúhlasila. Obávala sa, že bez manželovej pomoci nezvládne starostlivosť o celú domácnosť. Rodine pomohla náhoda. Evina najlepšia priateľka si zabezpečila brigádu pri sezónnych prácach v zahraničí a ponúkla Eve jedno uvoľnené miesto. 6 týždňová brigáda cez letné prázdniny bola finančne veľmi dobre ohodnotená a na dlhú dobu by vyriešila problém splácania pôžičiek. Eva sa ocitla v situácii, ktorú v psychológii označujeme ako konflikt dvoch potrieb, nesúcich v sebe kladnú i zápornú motivačnú silu. Predstava, že sa vyriešia finančné ťažkosti bola lákavá, no zároveň bol s ňou spojený prirodzený strach z „nového“. Ako zvládne nové prostredie, cudzí svet, ako sa dokáže dohovoriť, ako si zvykne na novú prácu, ako zapadne do kolektívu? Obávala sa aj toho, ako dokáže žiť bez svojich detí, bez manžela. Zároveň mala obavy, či manžel zvládne starostlivosť o rodinu. Objavil sa aj strach o deti. Nebude pre ne jej odchod znamenať psychickú záťaž? Doteraz ešte neprežili podobnú skúsenosť z dlhodobého odlúčenia. Dokážu to zvládnuť?

Na druhej strane zápasila Eva aj s lákavou predstavou držať sa istého a bezpečného domáceho prostredia a ponechať zodpovednosť za riešenie finančných ťažkostí na manžela. Ale aj v tomto prípade sa objavili sprievodné negatívne emócie. Znamenalo by to, že odíde manžel a Eva by sa musela starať o celú rodinu sama. Zvládla by to? Dokázala by stihnúť množstvo nových úloh? Zabezpečila by rodinu tak dobre, ako to dokázal manžel? A ako zvládne odlúčenie a následnú samotu? Eva sa nedokázala

rozhodnúť a trápila sa. Objavili sa u nej pocity neistoty, podráždenosť, výbušnosť. Jej myseľ bola celé dni zahľtená uvažovaním nad núkajúcimi sa možnosťami. Takto zmenené emočné prežívanie by sa onedlho prejavilo i v jej tele. Ak dlhodobo prežívame a neriešime závažné psychické problémy, často sa tzv. "prelejú" do tela v podobe somatických prejavov. Mohli by sa objaviť poruchy spánku, poruchy príjmu potravy /nechutenstvo alebo prejedanie/, bolesti hlavy. U rizikových pacientov pri dedičných predispozíciách môže vzniknúť aj postihnutie niektorého z celých orgánových systémov: napr. srdcovocievneho/vysoký krvný tlak, nepravidelná činnosť srdca/, tráviaceho systému napr. hnačky, zápchy, vredové ochorenie žalúdka alebo čriev.

V tejto situácii Eva vyhľadala psychologickú pomoc. Potrebovala si ujasniť svoje postoje a poznať názory odborníka na túto problematiku, aby sa mohla slobodne a zodpovedne rozhodnúť. Dozvedela sa predovšetkým to, že je úplne prirodzené mať všetky tieto pocity. Je normálne mať strach z nového prostredia, obávať sa o svoju rodinu a mať strach z nevládania pribúdajúcich povinností. Uvedomila si však aj to, že nech prijme akékoľvek rozhodnutie – nemusí to robiť sama. Tak závažná udalosť sa nepochybne týka celej rodiny. Dokázala zvolať malú rodinnú radu, zainteresovať do rozhodovania i svoje deti a starých rodičov. Pochopila, že má možnosť voľby. Má právo rozhodnúť sa ostať, ale má právo rozhodnúť sa ísť. Jej rozhodnutie neznamená, že je zlá matka, alebo zlá manželka. Je to vec vzájomnej dohody celej rodiny. *Uvedomila si, že jedna i druhá možnosť skrýva v sebe množstvo nových príležitostí pre jej osobný rast, ale i rast celej rodiny.*

Eva vstúpila do mojej ambulancie po 6 týždňoch. Okamžite som cítila, že sa v jej živote odohrali významné zmeny. Vrátila sa po náročnej brigáde, *bola však sebavedomejšia a istejšia*. Nebola to len významne zlepšená finančná situácia, ktorá jej dávala *väčší pocit slobody a sebavedomia*. Eva si predovšetkým uvedomila svoju hodnotu, naučila sa oceniť svoje schopnosti. Pochopila, že dokáže zvládať i náročné životné situácie, mala pocit, že našla spôsob sebarealizácie. Je zaujímavé, že odlúčenie prospelo i zbytku rodiny. Rodina na začiatku neverila dlhodobým štatistikám, ktoré ukazujú, že migrácia za prácou skôr upevňuje kvalitné rodinné vzťahy. No odlúčenie to potvrdilo. Deti sa viac osamostatnili, boli nútené previezť na seba zodpovednosť. Naučili sa plniť si povinnosti, ktoré zodpovedali ich veku. Manžel dokázal reálnejšie zhodnotiť množstvo „neviditeľnej práce“, ktorá sa skrýva za celodennou starostlivosťou o rodinu. Ochoťnejšie pristupoval k domácim prácam. Zmenil sa aj postoj manželových rodičov. Dokázali viac oceniť kvalitu starostlivosti, ktorú im „nevesta“ poskytovala. Keď som sa s Evou lúčila, bola som presvedčená, že si vďaka tejto novej skúsenosti dokázala vybudovať kvalitný sebaoporný systém, ktorý jej pomôže ľahšie zvládnuť starosti bežného života.

PhDr. Potengová Lýdia
klinický psychológ
psychoterapeut

*Vo všetkom, čo robíš,
je riziko,
ale bez rizika by si nič nedosiahol.*
Walter Scheell

Niežeby som to na Slovensku nemohla vydržať, no mala som určité predstavy o mojom živote. Mala som svoje sny, chcela som sa od niečoho odraziť. Chcela som finančne pomôcť mojím rodičom. Chcela som ... Ale čo mi chýbalo, boli peniaze. Po stretnutí s mojou priateľkou, ktorá pravidelne chodievala za prácou do zahraničia, som sa rozhodla: „Pôjdem si zarobiť von!“ Dohodli sme sa, že zamestnávateľa zabezpečí ona. Skutočnosť však bola trochu iná. Do rúk sa mi dostalo telefónne číslo, na ktoré som si mala zavolať a dohodnúť sa.

Vycestovala som s myšlienkami, že všetko určite dopadne dobre. Ale čím ďalej som bola od domova, mala som pocit, že som stratená v tom veľkom svete. Mala som pochybnosti, či sa vôbec dostanem na miesto môjho prvého väčšieho zárobku.

Na začiatku

Ubytovaná som bola v hoteli, v ktorom som aj pracovala. Izba bola zariadená na veľmi vysokej úrovni – to znamená nespala som na „slame“ ako ma viacerí strašili na základe svojich osobných skúseností. Mala som všetku potrebnú techniku, ktorú aj keď z nepochopiteľných príčin mi majitelia silou mocou chceli vysvetliť ako funguje. Čo ma potešilo, ale aj prekvapilo, boli raňajky. Všetci za jedným stolom, kuchárka, upratovačka a dokonca majitelia. Až neskôr som pochopila, že naoko príjemná atmosféra bola len kontrola spotrebovaných potravín. Práca bola fyzicky náročná. Vyžadovali, aby bola prevedená nanajvýš presne a precízne. Niekedy som si myslela, že to je až prehnaná čistota – umývať čisté. Preto rada pre druhých: čím viac ukážete, čo všetko viete, tým vyššie budú na vás nároky.

Po piatich týždňoch...

Na prácu som si už zvykla, aj na nároky majiteľov. Čo mi však chýbalo, bola moja rodina, blízki priatelia. Po večeroch, aj keď som bola unavená, cítila som sa sama. Začala som si viac všímať prírodu, okolie. Bola som očarená čistotou trávnikov, chodníkov... U nás to nevidieť. Je pravdou, že tam vstup na pozemok je zakázaný, pretože skoro všetko je súkromne vlastníctvo. Myslela som, že sa viac zdokonalím v jazyku. Ale keď pracujete v pozícii pomocníka – nekomunikujete až na takej vysokej úrovni.

Na záver

Z krásnych spomienok na túto životnú skúsenosť mi ostali: pekné veci, ktoré som si kúpila, v mysli pohľad na krásnu krajinu, prírodu, hory a super hotely s nádhernou architektúrou, nadštandardné vybavenie súkromných domov, priatelia – ktorí majú záujem sa dozvedieť niečo aj o nás a nepokladali nás za ľudí, ktorí nevedia, čo je PC, žehlička. Doteraz sa sama čudujem, čo ma povzbudilo vycestovať sama, nevieš presne kam. Ale pridalo mi to odvahu do života. Vieru, že to čo chcem, viem aj svojimi vlastnými silami dokázať.

Je veľmi dôležité zväžiť si, čo vlastne od nášho pobytu v zahraničí očakávame, či sa vieme vyrovnáť s odlúčením od rodiny a priateľov. Jedna vec sa však nezmenila a určite by ma aj v terajšom rozhodnutí ovplyvnila – také pekné peniažky ako si zarobíte v zahraničí, je len ťažko zarobiť u nás.

Miriam, 23 rokov

Bežný deň v materskom centre.

V posledných číslach časopisu sme sa venovali len väčším akciám nášho materského centra a motivačným stretnutiam. Chceli by sme vám povedať, že každý mesiac v našom centre sú aj menšie akcie venované vašim deťom alebo aj vám mamičky.



Čo je z čoho, čím chceš byť, spoznávaj tvary a farby, to boli témy, kde vaše ratolesti ukázali ako im to myslí, aké majú šikovné prstečky a či majú aj tanečné vlohy, nám predviedli pri programe Ako ti hrajú, tak tancuj. To bol jún.

V júli nás von vytiahlo teplé slniečko a spoločne sme si opekali slaninku, či maľovali na chodníky.



Milé mamičky, je tu leto a určite chcete v plavkách vyzerat' „tip top“. Naše materské centrum pre vás pripravilo novú aktivitu na každý štvrtok o 16.00 hod – **aerobik**. Trochu sa zapotíte s Luckou, ale ten výsledok stojí za to. Ak máte viac energie, ktorú potrebujete zo seba dostať von (manžel bude mať radosť, že obeťou nebude opäť on), naše fitness náradie to „istí“.

Tím MC Tereza

Motivačné stretnutie v Materskom centre Tereza.



Ste rozhodnuté, že práca, ktorú robíte, nie je pre Vás. Že váš šéf vám nedá šancu vyniknúť a ukázať, čo vo vás je. Čo s tým? Niekedy je dobré „postaviť sa na vlastné nohy“. Založiť si svoj vlastný podnik. Miesto, kde môžete naplniť vaše sny, spôsob ako zabezpečiť rodinu. Skutočne ste odhodlané skúsiť to! Ale... Chcú vašu službu aj obyvatelia vášho mesta? Máte na to dostatok financií? Sú vo vašom meste voľné a vhodné priestory? S akou výškou prenájmu? Je mnoho otázok, ktoré vám pomôžu sa správne rozhodnúť. Tým, že odpovedáte na podobné otázky, ste si ani neuvedomili, že

tvoríte *podnikateľský zámer*.

Čo podnikateľský zámer je, prečo ho potrebujeme, čo ma obsahovať, sme sa dozvedeli na motivačnom stretnutí s *Ing. Denisou Janovčíkovou* na tému : **„Ako vypracovať úspešný podnikateľský zámer“**.

Ak ste rozhodnuté začať podnikat', ale nemáte skúsenosti, potrebné vedomosti a napriek tomu chcete mať dôsledne vypracovaný podnikateľský zámer, môžete sa obrátiť na tím CPK (Nám. Majstra Pavla 4, Levoča – budova MsÚ, tel. – 053/4699065), ktorý vám ochotne poradí, a to nielen s podnikateľským zámerom. V prípade, že máte doma malé ratolesti a vaši príbuzní vám ich nemôžu postrážiť v čase, keď riešite vašu budúcnosť, naše opatrovatelky z MC Tereza vám pomôžu buď priamo v centre alebo sú ochotné prísť aj k vám domov.



Zuzana Beregházyová
asistentka redaktorky

O neposlušnom škriatkovi

Kde bolo tam bolo, za horami aj dolinami, pod horou ležal malý domček. Bol taký maličký, že ho nikto nikdy nevidel. Nikto nikdy nevedel, že tam nejaký domček je. A v tom domčeku býval malý maličký škriatok Škrekul'ko. Škrekul'ko bol malý ako najmenší hrášok. Mal malé ruky aj nohy, veľký noštek a na hlave nosil špicatú červenú čiapočku. V domčeku býval aj Škrekul'kov ocko a mamka. Obaja sa o svojho malého škriatka starali, a mali ho veľmi radi. Mamička mu často čítala rozprávky, a varila mu všelijaké dobroty. Otecko ho hojdal na hojdačke, a chodil s ním na dlhé prechádzky. Často Škrekul'kovi rozprával o zlej víle, ktorá bývala na neďalekom strome. Víla sa volala Juzína, a stále sa hojdala vo vetre. Juzína bola stará víla, ktorá nemala rada nijakých škriatkov. Otecko Škrekul'kovi rozprával: Škrekul'ko, nikdy nesmieš ísť k Juzíninmu stromu. Keď ho rozhodáš, Juzína sa prebudí, a bude veľmi veľmi zlá. ! „Sľubujem otecko“ slávnostne prisľúbil Škrekul'ko. Lenže keď išiel Škrekul'ko večer spinkať, stále rozmýšľal o Juzíne. Chcel poslúchať otecka, naozaj chcel, ale chcel vidieť Juzínu zblízka. Ešte nikdy nevidel starú zlú vílu. A bol veľmi zvedavý, ako Juzína vyzerá. A prečo otecko hovoril, že je taká zlá. Potichučky vstal z postele, obliekol si čiapočku, a vybral sa do tmavej noci k Juzíninmu stromu. Vonku bola veľká tma. Škrekul'ko sa trochu bál, ale pritiahol si čiapočku lepšie na uši, a išiel ďalej. Zachvíľu uvidel strom, na ktorom sa hojdala Juzína. Juuuj, a čo teraz? Prišiel k stromu, a zakričal: Juzína vstávaj!! Ale Juzína už bola stará a tak Škrekul'ka nepočula. Prišiel ešte bližšie k stromu a zakričal hlasnejšie: Juzína, počuješ ma? Vstávaj. Chcem ťa vidieť. Juzína otvorila jedno oko, pozrela sa na Škrekul'ka. Kto ma to tu otravuje? Opýtala sa. To som ja Škrekul'ko. Pod' dole. Juzína otvorila aj druhé oko, a opýtala sa: prečo ma otravuješ? prečo mám ísť dole? Som už stará." No, len Pod'. Ja sa ťa nebojím, povedal Škrekul'ko a odvážne sa pozrel na Juzínu. Juzína pomaličky s ťažkým ochkaním a uchkaním zišla zo stromu. A prečo by si sa mal báť? opýtala sa Škrekul'ka. Ja som nikdy nikomu neublížila. Čooo? neveril Škrekul'ko, môj otecko neklamel povedal a zazrel na Juzínu. A čo ti hovoril tvoj otecko? opýtala sa Juzína a počúvala si boľavý chrbát. Bolí ma chrbát, zaplakala. Škrekul'kovi sa uľútilo starej Juzíny. Vieš čo , povedal pod' k nám, mamička ti dá teplej polievky a otecko ti pomasíruje chrbát. Stará Juzína vd'ačne išla so Škrekul'kom. Škrekul'kova mamička ju privítala ako sa patrí, uvarila jej polievky. A Škekul'kov otecko? Dozvedel sa , že Juzína nebola zlá. Bola len stále sama, a keďže bola preto aj mrzutá, tak sa jej škriatkovia báli. A neposlušný Škrekul'ko? Sľúbil, že už nikdy nebude chodiť v noci sám von. A tak stará Juzína ostala bývať pri škriatkoch v komíne, cez deň spala, v noci spala, a nikomu neublížovala.



Vaša teta Neta