

## **Obsah dvoudenního vzdělávacího programu**

### **Projekt Samy mámy**

#### **1. den (sobota)**

9:00 – 9:30 – registrace účastnic

9:30 – 10:00 – představení programu, seznámení účastnic

10:00 – 11:00 – přednášky odborníků:

- a) úvod do personálních otázek spojených s hledáním zaměstnání nebo s návratem na trh práce – informace o způsobu a možnostech hledání pracovních příležitostí (kde hledat a jak hledat práci)
- b) informace o okolnostech ovlivňujících možnosti sólo matek na trhu práce – legislativa, dávky, možnosti flexibilních pracovních režimů (klouzavá prac. doba, práce z domova, zkrácené úvazky, aj.), služby péče o děti a další informace

11:00 – 11:30 – přestávka

11:30 – 12:30 – přednášky odborníků:

- a) informace o psychologických aspektech návratu na trh práce v situaci sólo matek
- b) informace o finančních aspektech návratu na trh práce v situaci sólo matek

12:30 – 13:00 – diskuze k přednášeným tématům

13:00 – 14:00 – oběd

14:00 – 17:00 – osobní konzultace

- zaměřené na informace potřebné k vytvoření individuálního plánu návratu na trh práce – psycholog, finanční poradce, personalista
- zaměřené na podporu sebevědomí v souvislosti s přijímacím pohovorem – konzultace a úprava vzhledu

#### **2. den (neděle)**

9:00 – 11:00 - interaktivní seminář k dovednostem potřebným pro hledání a vstup do zaměstnání  
- tvorba životopisu, motivačního dopisu, pohovor, aj.

11:00 – 11:30 – přestávka

11:30 – 13:00 – tvorba osobního plánu návratu na trh práce na základě získaných znalostí a informací, v malých skupinách pod vedením odborníků

13:00 – 14:00 – oběd

14:00 – 16:00 – pokračování v tvorbě osobního plánu, zpětná vazba, rozloučení a předání certifikátů o absolvování programu za účasti ředitele L' Orealu.