

ZVLÁDNU TO!

PODMÍNKY PRO ÚČAST V PROJEKTU A DOPLŇUJÍCÍ INFORMACE

PRO KOHO JE PROJEKT URČEN

Pro studenty posledních ročníků středních škol a odborných učilišť opouštějících ústavní péči, konkrétně ty, kteří v září 2023 nastoupí do posledního ročníku školy.

POVINNÉ AKTIVITY PRO KAŽDÉHO ÚČASTNÍKA

Účast na prodlouženém úvodním víkendu **13.-15. 10. 2023**

+ účast na dalších **dvou víkendech** (ze tří níže uvedených) vzdělávacích víkendových seminářích:

- 11. a 12. 11. 2023 (Moje první zaměstnání, Jak se vyznat na úřadech);
- 9. a 10. 12. 2023 (Finanční gramotnost, Ochrana spotřebitele);
- 13. a 14. 1. 2024 (Komunikace a vyjednávání v praxi, Kyberprostor).

V průběhu projektu se každý účastník min. **3x účastní individuální konzultace s koučem** a cca **7x setká s mentorem**. Tato setkání mohou být i online a mohou probíhat v průběhu celé realizace projektu od 1. 6. 2023 do 31. 5. 2025.

DOBROVOLNÉ AKTIVITY

- Individuální setkávání s psychologem (mohou probíhat v průběhu celé realizace projektu, tj. až do konce května 2025).
- Účast na praktických odborných workshopech (praktických workshopů se budou moci zúčastnit jen osoby, které se účastnily základních vzdělávacích seminářů v rozsahu min. 32 hodin a aktivně spolupracovaly s přiděleným koučem a mentorem).
- Pomoc odborníka na trh práce při zprostředkování nového zaměstnání (pouze pro účastníky, kteří se účastnili výše vypsanych aktivit v min. časovém rozsahu 40 hodin a spolupracovali s přiděleným koučem a mentorem).
- Zapojení do skupiny na sociální síti, která bude propojovat účastníky seminářů, lektory a realizační tým projektu a kde budou zveřejňovány výstupy projektu.

Podrobné obsahy jednotlivých seminářů jsou uvedeny za přihláškou.

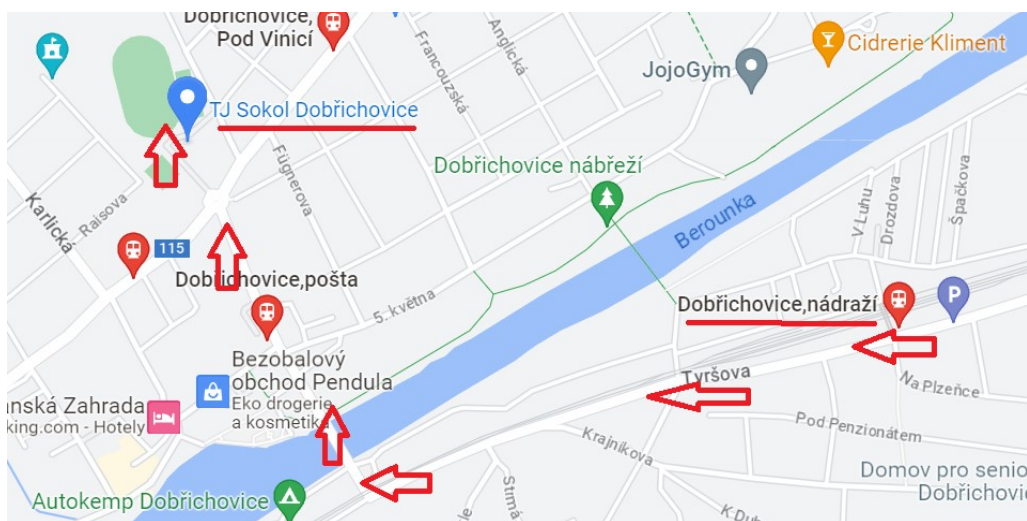


INFORMACE K SEMINÁŘŮM, WORKSHOPŮM A INDIVIDUÁLNÍMU SETKÁVÁNÍ

Vzdělávací víkendové semináře

Proběhnou v Dobřichovicích na západ od Prahy na adrese: Pražská 375, 252 29 Dobřichovice, více viz <https://sokol-dobrichovice.cz/areal>. Do Dobřichovic je z Prahy nebo Berouna kvalitní vlaková doprava, v případě většího zapojení dětí z jedné lokality je možné zařídit tranzitní svoz.

Cesta z nádraží do TJ Sokol



Pro účastníky bude **zdarma** zajištěno i ubytování (včetně lůžkovin), neustálý přísun tekutin a strava.

Soboty: oběd, svačina, večeře

Neděle: snídaně, svačina, oběd, svačina

(Třídenní seminář, který začíná v pátek od 15:00 začíná večeří a končí v neděli odpolední svačinou).

Praktické odborné workshopy budou probíhat v období únor 2023 – červen 2024. Konkrétní termíny a lokalita budou upřesněny až po třídenním semináři s ohledem na potřeby a lokalitu zapojených dětí. Předběžný zájem o jednotlivé workshopy bude zjišťován na úvodním třídenním semináři.

Individuální setkání s koučem, mentorem či psychologem proběhne na základě individuální domluvy mezi oběma stranami. Setkání mohou probíhat i online. Na úvodním semináři budou představeni jednotliví koučové, mentoři a psychologové, pokud někteří z nich nebudou moci být přítomni, budou mít děti k dispozici jejich medailonky a budou si moci vybrat s kým by chtěly spolupracovat.

V případě jakýchkoliv dalších dotazů nás neváhejte kontaktovat:

tel: Klára Želechovská 720 221 220, e-mail: zelechovska@ireas.cz nebo tel: Jitka Šeflová 721 364 959, e-mail: seflova@ireas.cz
Nutno přihlásit se nejpozději do 31. 8. 2023, počet míst je omezený, maximálně 40 dětí pro celou ČR.

PŘIHLÁŠKA K ÚČASTI V PROJEKTU ZVLÁDNU TO

Registrační číslo projektu: CZ.03.01.01/00/22_019/0000712

Jméno:

Příjmení:

Datum narození:

Místo narození:

Název zařízení pro výkon ústavní výchovy, kde žiji:

Název střední školy/učiliště, kde studuji:

Jaký obor studuji:

Předběžně mám zájem o semináře:

Stravovací či jiná omezení:

Kontakt:

Svým podpisem stvrzuji, že jsem se seznámil s obsahem aktivit a pravidly pro účast v projektu.

Na seminářích není nutný doprovod vychovatele.

Datum a místo:

Podpis:



PODROBNÉ OBSAHY SEMINÁŘŮ A WORKSHOPŮ

Konkrétní obsahy jednotlivých seminářů budou maximálně přizpůsobeny potřebám konkrétních účastníků seminářů.

Třídenní úvodní seminář	Podtémata	Časová dotace
Seznamovací a teambuildingové aktivity	Úvodní seznamovací aktivity. Pravidla. Naladění se na skupinu. Práce se skupinou - pozitivní klima skupiny, vztahy.	6 hodiny
Osobnostně sociální rozvoj	Sebezpoznání. Kdo jsem, jaký jsem, co o sobě vím. Moje silné a slabé stránky a další kvality a dary, moje hodnoty. Sebeovládání a emoce. Empatie, naslouchání. Předcházení konfliktů. Práce s konstrukty. Systém a moje role v něm.	12 hodin
Přechodový rituál do dospělosti	Přechodový rituál pro chlapce a dívky zvlášť.	4 hodiny

Víkendové vzdělávací semináře	Podtémata	Časová dotace
Moje první zaměstnání	Pracovněprávní vztahy a formu smluv - DPP, DPČ, OSVČ atd. - výhody a nevýhody jednotlivých forem. Zákoník práce. Příprava na pohovor, životopis. Kde hledat práci.	8 hodin
Jak se vyznat na úřadech	Městský úřad, OSSZ, FÚ, ÚP atd. Daňové přiznání, datová schránka. Přehled možných příspěvků. Zanedbání povinností vůči některým úřadům.	8 hodin
Finanční gramotnost	Základy, RPSN, vliv celosvětové ekonomiky na jedince. Samostatné hospodaření po opuštění DD Druhy účtů a karet. Výplata - čistá/hrubá mzda, odvody. Bydlení - nájem, podnájem, vlastní bydlení, hypotéka, právní úprava bydlení. Jak, kde a za jakých podmínek si půjčit peníze. Jak a kde spořit, investice. Celkový „rodinný“ rozpočet a hospodaření s ním - náklady na energie, potraviny, dopravu apod. - modelové příklady.	12 hodin
Ochrana spotřebitele - na co si dát pozor	Nekalá obchodní praktika, klamavá konání, opomenutí, agresivní obchodní praktiky. Práva kupujícího a prodávajícího. Reklamáce a odstoupení od smlouvy. Ombudsman.	4 hod
Komunikace a vyjednávání v praxi	Komunikační typy a řešení konfliktů. Vyjednávání.	8 h
Kyberprostor	Sociální sítě a jejich využití pro hledání práce - LinkedIn, FB, Instagram atd. Nebezpečí virtuálního prostoru. Prevence rizikových jevů. Základní digitální kompetence.	8 h

Navržená témata gastronomických workshopů	Podtémata	Časová dotace
Práce s mořskými rybami a dary moře	Teoretický úvod - seznámení s nejznámějšími a nejchutnějšími druhy mořských ryb a darů moře se zdůrazněním na jejich vlastnosti a možnosti využití + seznámení s postupy při skladování a manipulování dle zásad HACCP. Praktická ukázka filetování a tepelného zpracování lososa. Seznámení s úpravou čerstvé chobotnice - čištění + tepelná úprava. Seznámení s přípravou mořských slávek + společná příprava 2 pokrmů. Ukázka moderního servisu rybích pokrmů a moderní úprava pokrmů na talíři. Sushi - teoretický úvod: seznámení se všemi surovinami, které jsou potřeba pro výrobu Sushi, technologické a hygienické zásady, servis. Praktická část: společná příprava základních surovin, na závěr lektor předvede výrobu několika druhů a na závěr si účastníci tuto výrobu vyzkouší.	16 hodin
Teorie rautů a příprava rautového stolu	Základní zásady při sjednávání cateringové akce, kalkulace, hygienické podmínky, servis. Praktická příprava rautového stolu pro večerní servis finger foods, prostření, výzdoba, dvě skupiny budou soutěžit o nejlepší výzdobu i správně sestavený rautový stůl.	16 hodin
Základy potahování, zdobení dortů a modelování z cukrářské hmoty	Seznámení se základními technikami modelování z různých modelovacích hmot + procvičení základních tvarů (květiny, zvířata,...). Ukázka moderní techniky potahování a zdobení dortů - ozdoby z čokolády atd. Vybrané techniky zdobení.	16 hodin
Moderní baristika + barmanský kurz	Seznámení jak správně pracovat s kávou, s mlýnkem, kávovarem. Moderní i alternativní příprava kávy. Základní pracovní postupy přípravy cocktailů a seznámení se s produkty, které se běžně používají na baru. Rozdíly mezi kvalitními a méně kvalitními destiláty. Mýty a omyly z barového provozu.	16 hodin

Navržená témata kadeřnických workshopů	Podtémata	Časová dotace
Techniky stříhání vlasů	Zkvalitnění, posílení a zdokonalení různých technik stříhání Nejnovější techniky stříhání vlasů (např. 3D): dámské stříhy na všechny délky vlasů i pánské stříhy na krátké i delší vlasy	16 hodin
Techniky barvení vlasů	Zdokonalení v barvení a melírování. jak správně namíchat odstíny, jak správně nanést barvu na odrosty, postup při krytí šedin a další moderní sofistikované techniky barvení, jako jsou: Balayage či Conturing.	16 hodin
Tvorba svatebních a společenských účesů	Základy úpravy vlasů; - jak snadno vytvořit luxusní svatební a večerní účes a jaké nástroje použít pro úpravu; - tvorba nejžádanějších typů účesů podle aktuálních trendů; - jak upevnit vlasové příchesy, ozdoby a květiny či jak do účesu zakomponovat korunky a svatební závoje.	16 hodin
Prodlovování vlasů keratinem + zaplétání afrocopánků	Metody prodlovování vlasů + jejich klady, zápory a představí pomůcky pro tuto tvorbu. Techniky pramínkování, aplikaci či odstranění keratinových spojů. Vše si účastníci sami vyzkouší. Teorie o identifikaci klientky, jejích vlasů a požadavků. Nauka o materiálu kanekalon, chemlon a vlnky na open rasta. Organizace práce, aby byla časově co nejefektivnější a samotné naplétání třemi způsoby + tři způsoby na zakončení copánků - účastníci si tyto metody vyzkouší. Následná údržba copánků a jak copánky sundat.	16 hodin

Individuální praktické kurzy a workshopy	Podtémata	Časová dotace
Dle individuálních potřeb	Tyto kurzy či workshopy by měly korespondovat se studijním oborem daného studenta. Jejich cílem je zvýšení lukrativnosti čerstvých absolventů škol na pracovním trhu.	Dle charakteru kurzu / workshopu