

NOVINKY ZE VZDĚLÁVACÍCH PROJEKTŮ IREAS

BILANCE ROKU 2025: Toto jsou naše úspěšně uzavřené projekty!

Náš tým IREAS, zaměřený na sociální oblast a vzdělávání, letos dokončil několik dlouhodobých projektů. Detaily se dočtete v druhé části newsletteru. Nyní vám přinášíme **krátké shrnutí a hlavní výsledky**:

Projekt „Zvládnou to“

Od června 2023 do května 2025 jsme intenzivně pracovali s mladými lidmi z **ústavní a ochranné výchovy** v rámci projektu „Zvládnou to“. Cílem bylo usnadnit jim přechod do samostatného života.

Podpořili jsme přibližně 40 účastníků, z nichž polovina se projektu účastnila dlouhodobě a intenzivně.

Zaměřili jsme se na posílení sebevědomí, praktických dovedností a motivace – od individuálního mentoringu přes workshopy a kurzy až po přímé propojení s trhem práce.

Jsme hrdí na to, že někteří **účastníci pokračují na vysokých a vyšších odborných školách**, řada z nich si významně zlepšila své komunikační schopnosti a umí se za sebe postavit. **Zpětná vazba** samotných účastníků je ke shlédnutí [zde](#).

Projekt „Jdeme s dobou“

Do projektu se zapojilo 55 žen, z toho 28 ve druhé vlně.

Úspěšně celým 9 měsíčním procesem prošlo 53 účastnic.

Individuálním koučinkem prošly všechny ženy, 48 z nich pak využilo i setkávání s psychologem. Více viz dále.

Projekt „Ukaž se“ – podpora mikropodnikatelek 50+

Proškolili jsme 28 podnikatelek ve věku 50+.

Celkem 25 žen absolvovalo cca 40 hodin vzdělávání a získalo novou kvalifikaci.

Výsledky? Vyšší sebevědomí, znalost vlastní hodnoty a odvaha zvýšit ceny, dopřát si dovolenou, založit síť, realizovat umělecký festival, rozjet podnikání naplno (včetně opuštění zaměstnání) či vytvořit nový web. Více viz dále.

PS: Děkuje všem, kdo byli součástí těchto projektů. Vaše úspěchy jsou pro nás největší motivací!

Největším přínosem byla individuální podpora a rozvoj praktických dovedností.

Více informací o projektu [zde](#).

Účastnice kvitují individuální práci a možnost sdílení zkušeností.

Více informací o projektu [zde](#).

Účastnice oceňují, že se někdo věnuje jenom jim a chválí si také propojení se stejnou věkovou skupinou.

Více informací o projektu [zde](#).

NOVÉ PROJEKTY NA ROK 2026: Bud'te jejich součástí!!

Letos jsme podali žádosti o nové projekty v rámci Operačního programu Jan Amos Komenský.

První projekt s názvem „Otevřené obzory“ obsahuje rozmanité aktivity, které zvyšují znalosti osob starších 15 let v tématech, jako je mediální gramotnost občanů a prevence nežádoucích důsledků manipulace a dovednosti a schopnosti občanů fungovat v současném světě. Cílem projektu je ovlivnit minimálně 500 osob v rámci interaktivních prezenčních víkendů, jednodenních nebo 3–4hodinových setkání či online setkání, a současně zapojit do osvěty i osoby z řad široké veřejnosti na sociálních sítích. **Již nyní pro vás máme skvělou zprávu, projekt vyšel a startuje v březnu 2026. O další nabídce a průběhu vás budeme informovat na našich stránkách nebo v rámci našeho newsletteru.**

Otevřené obzory pro veřejnost. Zdokonalujeme svou mediální gramotnost.

Druhý projekt nese název „Mosty porozumění aneb Společně o životě a rodinných vztazích“. Jeho cílem je skrze příběhy reálných rodin ukázat jejich rozmanitost a upozornit tak na to, že rodina už dávno není jenom máma, táta a děti, všichni stejné národnosti a náboženství. Máme tu například rodiny poskládané z rozvedených rodin, rodiny „duhové“ či multikulturní, samoživitele a další. Možná sami v takové rodině žijete, nebo děti z takových rodin učíte. Skrze naše a jejich příběhy budeme hledat to, co nás spojuje. Cílem je najít společnou řeč a snížit předsudky vůči různorodým rodinám. Uspořádáme workshopy, kde vznikne prostor pro dialog a vzájemné porozumění, a to nejen napříč generacemi. Cílovou skupinou projektu jsou také pedagogičtí pracovníci a jejich žáci.

Jak vypadají reálné rodiny v dnešní době a jak hledat cesty k vzájemnému porozumění.

Zároveň připravujeme **nový projekt pro cílovou skupinu dětí z dětských domovů**, s nimiž máme již zkušenosti z předchozích projektů. V projektu „Najdi se“ půjde tentokrát nejen o individuální podporu a realizaci společných setkávání, vzdělávání ale také o zahraniční stáže v zemích EU. Děti se dostanou na 2 měsíce mimo ČR, kde budou nejen na své pracovní stáži, ale současně poznají nové kultury a budou se rozvíjet v jazykových a dalších znalostech, které budou potřebovat ve svém dalším životě.

Individuální podpora a zahraniční stáže pro mladistvé v ústavní výchově.

DALŠÍ ROČNÍKY NAŠICH ÚSPĚŠNÝCH PROJEKTŮ

V neposlední řadě bychom rádi **pokračovali v realizaci dvou oblíbených projektů**, a to **projektu pro ženy 50+ „Jdeme s dobou“** pro zaměstnané ženy a **projektu „Ukaž se“** pro podnikatelky.

✉ Zaujaly vás naše plány? [Dejte nám vědět – rádi vás zapojíme!](#)

Jitka Šeflová, Klára Želechovská, Michaela Jeřábková

NOVÝ PROJEKT: Sebeobrana pro seniory v dnešní době

Od prosince 2025 se náš tým zapojuje do programu Erasmus+ prostřednictvím projektu „EXPRESS TO PROTECT“, který realizujeme společně i s partnery z Chorvatska a Polska. Je zaměřen na podporu nejen seniorů, ale i dalších zranitelných skupin.

Cílem projektu je posílit schopnosti pedagogů a dalších vzdělavatelů pracujících se seniory a zranitelnými skupinami. Skrze něj usilujeme o **zvýšení jejich dovedností v oblasti inkluzivního vzdělávání, digitální gramotnosti a budování sociální odolnosti**, a to s využitím **metodiky Empowerment Self Defense**.

Účast v projektu podpoří seniory v rozvoji **komunikačních dovedností, stanovování hranic, bezpečného chování a orientace v digitálním prostředí** prostřednictvím tréninků a pilotních workshopů.

Součástí projektu je **tvorba edukační sady nástrojů (Edu-Toolkit), digitálních materiálů a e-learningu** využitelného v prezenční i online výuce. Projekt dále zahrnuje mezinárodní spolupráci, sdílení know-how a testování výukových materiálů v reálném prostředí.

Více o projektu se dočtete [zde](#).

Jitka Šeflová, Hana Matoušková

BONUS PRO VÁS ZDARMA: Návod na dospělost? Existuje!

Pod hlavičkou našeho úspěšného projektu Zvládnou to", který byl určen pro děti z ústavní péče, vznikla **stručná příručka s názvem „Návod na dospělost“**.

Příručku však využijí i ti, kteří neprocházejí ústavní péčí. Najdete v ní shrnutí témat, jako je psychohygiena, efektivní komunikace, finanční gramotnost, ale také jak se vyznat na úřadech a na co si dát pozor, než půjdete poprvé do práce.

Užitečný dokument najdete ke stažení [zde](#).

Jitka Šeflová

UZAVŘENÍ PROJEKTU: S dobrou jde úspěšně celkem už 53 žen!

Dámy prošly 9měsíční inspirativní cestou osobního rozvoje a vzdělávání. Individuální terapie, koučování, konzultace s odborníky a tematické semináře se staly pevnou součástí jejich života.

Zaměřili jsme se nejen na duševní zdraví, komunikaci a osobní růst, ale také na praktické oblasti, jako je právo, finance, mediální gramotnost a umělá inteligence. Tento komplexní přístup vytvořil prostor pro inspiraci, vzdělání a významné změny v životech našich účastnic.

Závěrečné setkání v listopadu přineslo nejen **bilancování, ale také oslavu všeho, čeho ženy během roku dosáhly**.

V tomto projektu nacházíme obrovský smysl a věříme, že budeme moci v této aktivitě pokračovat i v dalších letech. **Děkujeme všem ženám i celému týmu za skvělou spolupráci a vzájemné obohacení!**

Jitka Šeflová

A JSME VE FINÁLE: Jak podnikatelky hodnotí účast v projektu „Ukaž se“?

„Začala jsem si víc věřit. Zrealizovala jsem umělecký festival. Konečně jsem zdražila a za peníze navíc jela na dovolenou. Odvážila jsem se vstoupit na sociální síť. Konečně jsem se nechala vyfotit a mám fotky, na kterých se sama sobě líbím. Dostala jsem recenzi, ze které jsem měla slzy v očích. Byla jsem nominovaná na podnikatelku Prahy 10.“

To jsou příběhy žen podnikatelek, které absolvovaly naši akademii v rámci projektu „Ukaž se“. Dvě skupiny žen měly možnost **vzdělávání, koučinku, právní osvěty a vzájemné podpory po dobu 8 měsíců**.

V rámci akademie proběhlo každý rok **12 seminářů na mix relevantních témat** (finance v podnikání, digitální marketing, využití umělé inteligence, síťování a networking). Každá žena měla také k dispozici **10 hodin individuálního koučinku**.

Jsmo moc vděčné, že naše akademie mohla být katalyzátorem změn. Určitě budeme chtít projekt zopakovat! **Pokud vás zaujal, napište nám a získáte možnost přednostního přihlášení, až jej znovu spustíme.**

Michaela Jeřábková

e-academia

network akademických pracovníků

E-mail: office@e-academia.eu

www.e-academia.eu

eac
ade
mia

IREAS

Kanceláře: Štěpánská 16, 110 00 Praha 5

E-mail: office@ireas.cz

www.ireas.cz

IREAS