Szanowni Państwo,

zgodnie z Wytycznymi w zakresie realizacji przedsięwzięć z wykorzystaniem środków z Europejskiego Funduszu Społecznego i Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego na lata 2014-2020 oraz ze szczegółowym opisem osi priorytetowej RPO WP 2014-2020 informujemy o realizowanym projekcie pn. „Sukces jest kobietą”. Projekt realizowany jest przez Nexoris sp. z o.o. w ramach działania 7.1 Poprawa sytuacji osób bezrobotnych na rynku pracy – projekty konkursowe w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego na lata 2014-2020 w zakresie osi priorytetowej VIII Regionalny rynek pracy, biuro mieści się w Rzeszowie przy ul. Piłsudskiego 34 (C.H. Europa II – 4 piętro pokój nr 2).

Celem głównym projektu jest zwiększenie poziomu aktywności społeczno-zawodowej wśród 70 kobiet powyżej 29 roku życia zamieszkałych zgodnie z Kodeksem Cywilnym na terenie województwa podkarpackiego w okresie od 02.2019 do końca 04.2020 r. poprzez realizację kompleksowego programu aktywizacji zawodowej tj. opracowanie Indywidualnego Planu Działania, poradnictwo zawodowe, szkolenia zawodowe kształtujące kwalifikacje i kompetencje, szkolenie prowadzące do podniesienie kompetencji cyfrowych, staże zawodowe, kompleksowe pośrednictwo pracy.

**Grupę docelową** stanowią osoby, spełniające łącznie poniższe warunki:

* kobiety powyżej 29. roku życia,
* są bezrobotne lub bierne zawodowo,
* zamieszkują województwo podkarpackie.

Każdy Uczestnik weźmie udział kolejno w trzech głównych formach wsparcia opisanych poniżej. Identyfikacja potrzeb uczestnika projektu obejmować będzie opracowanie Indywidualnego Planu Działania, w którego ramach przewidziane zostały:

* pogłębiona diagnoza sytuacji zawodowej Uczestnika Projektu,
* pogłębiona diagnoza sytuacji osobistej Uczestnika Projektu.

**Wsparcie o charakterze obligatoryjnym, w ramach którego przewidziane zostały:**

* spotkania z doradcą zawodowym,
* spotkania z psychologiem.

**Warsztaty, w ramach których przewidziane zostały:**

* **Moduł I – Aktywne metody poszukiwania pracy -** reakcje w trudnych sytuacjach, kompetencje i predyspozycje zawodowe, bariery na drodze do zatrudnienia, analiza rynku pracy, formy zatrudnienia, wizytówka zawierająca: dokumenty aplikacyjne, sztuka mówienia i prezentacji, zachowania asertywne w poszukiwaniu pracy, oferty na rynku pracy, przygotowanie do rozmowy z pracodawcą, rozmowa kwalifikacyjna, edukacja dla rynku pracy, plan poszukiwania pracy, podjęcie zatrudnienia.
* **Moduł II – Zarządzanie sytuacjami stresowymi w życiu zawodowym -** budowanie oparcia w sobie, mapa trudnych sytuacji, kształtowanie odporności na stres, strategie zarządzania stresem, techniki radzenia sobie ze stresem, techniki kontroli emocjonalnej zwiększające odporność na stres, spirala emocji – „siła spokoju”, metody relaksacji i wizualizacji, zwiększenie wykorzystania swojego potencjału.
* **Moduł III – Warsztaty motywacyjne dla kobiet -** Akceptacja, asertywność siła wewnętrzna, praca nad zmianami, praca nad celami oraz ich realizacją, stymulowanie rozwoju osobistego oraz intelektualnego.

**Wsparcie w zakresie aktywizacji zawodowej, w którego ramach przewidziane zostały:**

* Szkolenia kompetencyjne (śr. 70 h)
* Szkolenia kwalifikacyjne (śr. 70 h)
* Staże zawodowe (5 miesięcy)

**Dodatkowo zapewniamy:**

* zwrot kosztów dojazdu dla osób spoza Rzeszowa,
* zwrot kosztów opieki nad dziećmi lub osobami zależnymi w trakcie stażu,
* catering.

Prosimy o rozpowszechnienie informacji o projekcie wśród potencjalnych uczestników projektu oraz o zamieszczenie na Państwa stronie internetowej naszej ulotki promocyjnej.

W przypadku zainteresowania udziałem w projekcie, chętnie zorganizujemy w Państwa siedzibie spotkanie informacyjne w celu przekazania dokładnych szczegółów.

W przypadku pytań prosimy o kontakt telefoniczny: 695 400 554, e-mailowy: [sukcesjestkobieta2019@gmail.com](mailto:sukcesjestkobieta2019@gmail.com) lub pod adresem:

Biuro projektu „Sukces jest kobietą!”  
ul. Piłsudskiego 34  
35-001 Rzeszów  
(C.H. Europa II, 4 piętro, pok. nr 2)

Z wyrazami szacunku

Asystent kierownika projektu

Justyna Piela