AGORA TERET AD!
Információs és Kereskedelmi Kiadvány

2012. OKTÓBER
I. évfolyam, 7. szám

A tartalomból:

ÁLLÁSPONT 2
A bizalom az életmódváltás, a munkába állás alapja

VISSZATEKINTŐ 3
Képek az egyesület elmúlt 10 évéből

VISSZATEKINTŐ 4
„Egyre szélesebbre tártuk az ajtókat…"

EGÉSZSÉG 5
Hogyan táplálkozzunk tudatosan?

VISSZATEKINTŐ 5
„Van közünk egymáshoz, avagy gondolatok a civilségről"

ÁLLÁSPONT 6
Munkáltatóknak ismertettük az új Munka Törvénykönyvét

ÁLLÁSKERESÉS MÁSKÉPP

Az életmódváltás vagy munkába állás érzelmi, bizalmi döntés. A legnehezebb feladat vár ilyenkor ránk: önmagunkat kell legyőznünk, ami koránt sem egyszerű… Kicsit talán meglepő, mégis igaz, ha képesek vagyunk szembenézni a nehézségeinkkel, és nyitottak vagyunk embertársaink felé, akkor juthatunk el a problémáink valós megoldásához, s akkor tudjuk sorsunkat megfelelően alakítani.

A **Lépéselőny Egyesület több mint 10 éve** kiemelt célcsoportként az igazi kihívások előtt álló embereket karolja fel, akiket munkához igyekszik segíteni változatos eszközeivel. Az általunk használt módszerek egészen újszerű megközelítésben, komplex jelleggel, az egyén értékeit szem előtt tartva foglalkozik a munkanélküliek különféle, valamint egyedi problémáival.

Segítő tevékenységünk a munkához való viszonyra fókuszál elsődlegesen, a személyiségben próbáljuk elérni a pozitív attitűd kialakulását. A legfőbb prioritás, hogy miként legyünk sikeres munkavállalók, s ebben a személyiségfejlesztés pszichológiai módszerei és a közösségi munka különleges szerepe is hangsúlyt kap.

(folytatás a 2. oldalon)

Huri Beáta
a Lépéselőny Egyesület
elnöke

A Debreceni Foglalkoztatási Központ modern, teljesen akadálymentesített épülete a Csap utcán

AGORA TERET AD!

Megjelenik minden hónap 15. napján

• Best 100 – A legjobb százas megoldás, Árpád u. 5. • Dialog 2006 Kft., Nap u. 2. • Dózsa Diszkont, Dózsa György u. 1. • Gombolyag Méteráruüzlet, Rákóczi u. 17. • Hajdúsámson Város Önkormányzata, Szabadság tér 5. • Hárs Patika, Hunyadi u. 2 • Orvosi Rendelő, Hársfa u. 3-5. • Petőfi Sándor Városi Könyvtár, Közművelődési és Muzeális Intézmény, Szabadság tér 7. • „Szivárványház", Kossuth út. 43. • Topáz Ékszerüzlet és Zálogház, Rákóczi u. 19.

• Csat Egyesület, Arany János u. 2. • Debreceni Művelődési Központ, Kossuth u. 1. • Debreceni Egyetem BTK Szociológia Tanszék, Egyetem tér 1. • DMVJ Városháza, Kálvin tér 11. • DMVJ Cigány Kisebbségi Önkormányzat, Csap u. 9. – Csapó u. 58. • DMJV Családsegítő és Gyermekjóléti Központja, Mester u. 1. – Víztorony u. 13-15. • Debreceni Foglalkoztatási Központ, Csap u. 36. • ÉARFÜ, Széchenyi u. 31. • Fehér Bot Alapítvány, Eötvös u. 20-22. • Freedom Közösségi Ház, Gázvezeték u. 50. • Hajdú-Bihar megyei Kereskedelmi és Iparkamara, Petőfi tér 10. • Hajdú-Bihar megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központja, Piac u. 54. • Mobilitás, Piac u. 26/A • MSZOSZ, Szalkay u. 4. • NAV Hajdú-Bihar megyei Igazgatósága, Faraktár u. 29/C • Országos Tranzit Foglalkoztatási Egyesület, Arany János u. 2. • Térségi Integrált Szakképző Központ (TISZK), Budai Ézsaiás u. 8/A • Türr István Képző és Kutató Intézet (TKKI), Vámospércsi út 84. (korábbi DRKK) • Református Idősek Nappali Szociális Ellátása, Révész tér 2. • Városi Könyvtár Petőfi Emlékkönyvtára, Víztorony u. 13.

HAJDÚSÁMSON (FENT)

Keresse kiadványunkat a terjesztési pontokon!

DEBRECEN (BALRA)

ÁLLÁSPONT

A BIZALOM AZ ÉLETMÓDVÁLTÁS, A MUNKÁBA ÁLLÁS ALAPJA

Adjon fel pár soros apróhirdetést vagy keretes változatot cége szolgáltatásairól!

52/531-274
agora.szerkesztoseg@gmail.com

„Napjainkban már régen nem elég pusztán egy kifogástalan önéletrajz az áhított állás elnyeréséhez."

AGORA TERET AD!

„A „bizalom" tehát a kulcsszó. A saját bizalmi pozíció és a program személyzete iránti bizalom kiépítése fontos..."

Az egyénekkel való foglalkozás keretében **a tudatosság alakítása** is fontos szerepet kap. Ez az átfogó ismeretek egyszerre történő alkalmazását jelenti az álláskeresésben, hiszen napjainkban már régen nem elég pusztán egy kifogástalan önéletrajz az áhított állás elnyeréséhez.

Az egyesület mindezeken felül **komplex szolgáltatási csomaggal** igyekszik segíteni a munka világába való visszatérést. Ez a módszer az **életmódváltást** célozza meg, amelyet különféle tréningek, képzések, szociális és mentális segítségnyújtás, tanácsadások, klubfoglalkozások révén valósul meg. Az álláskeresést, munkahelyen maradást több eszköz is segíti a civil eszköztárban: a folyamatos tájékoztatás, a motiváltságra és a visszacsatolásokra való odafigyelés, az aktivitás, valamint a folyamatos érdeklődés fenntartása, a megújulás,. Illetve a változó körülményekhez való alkalmazkodás.

A szolgáltatásunk egyediségét jelzi az **egyéni stratégia kialakítása és karriertervek készítése** a személyesebb segítségnyújtás érdekében. Fontos ebben a tapasztalt, kimagasló empátiával rendelkező mentorok szerepe, akik figyelemmel kísérik az illető fejlődését, az egyén sorsának alakulását, munkavállalóvá válását, beszélgetéseikkel folyamatos támaszt, segítséget nyújtanak.

Az egyesület különféle, megvalósított és jövőben megvalósuló programjain keresztül biztosítja **a korszerű és naprakész ismeretek átadását**, az egyes készségek kialakítását, mint pl. a számítástechnikai programok, az internethasználat elsajátítása., amelyek manapság nélkülözhetetlen és alapvető kompetenciák. Mindezek mellett **szaktanácsadást** is kapnak a résztvevők, a **klubfoglalkozások** közösségépítő módszerével, s ez a kapcsolatok ápolását, jó közérzet biztosítását, a pozitív attitűd kialakítását segíti főként. Ugyanakkor figyelembe veszi a családi helyzetet, a lakóhelyi körülményeket és az egyéni jellemzőket.

Az egyesületi munka során a projekteket tervező csapat kiemelten figyel **a kistérségek speciális problémáira**, pl. az olyan hiányok pótlására, valamint **szociális hátrányok leküzdésére**, mint a hiányzó munkaerő piaci, karrier és vállalkozói tanácsadások.

A „bizalom" tehát a kulcsszó. A saját bizalmi pozíció és a program személyzete iránti bizalom kiépítése fontos a hatékonyabb segítés érdekében. Ebben az identitáskrízis felismertetése emelkedik ki, ami a **személyiségfejlesztés** része és alapja, vagyis a bizalmi kapcsolat.

Az ember önmagával való szembenézésére ösztönöznek a programok, amely őszinteséget, bizalmat feltételez. Szerepet kap a segítő az ösztönző kérdések feltevése, a pozitív megerősítések, **optimista szemléletmód kialakítása**, a tanácsok, a külső segítség elfogadására ösztönzés, s ez az, ami segíti az életmódváltást. és alapja ugyancsak a bizalom...

Huri Beáta
a Lépéselőny Egyesület
elnöke

HŐ- ÉS FÉNVÉDŐ FÓLIA

fólia nélkül

45%*
hő visszaverés
*típustól függően

Nyáron a meleget, télen a hideget ZÁRJA KI OTTHONÁBÓL!

- A fényt nagymértékben átengedi.
- Egyenletes belső hőmérsékletet tart.
- Telepítése gyors és tiszta.
- A szobanövény fejlődését nem gátolja.
- Csökkenti a légkondicionálási és fűtési költségeket.
- Véd a káros UV- sugárzástól.
- 10 év garancia (típustól függően).

Információ: 06-20-590-6035

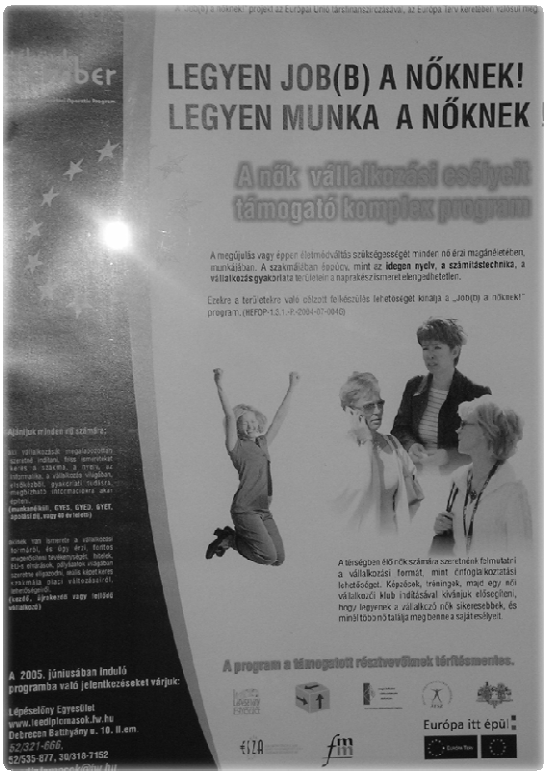
Megrendelés esetén kedvezményes wellness-utalványt kap ajándékba!
A tájékoztatás nem teljes körű, részletekről érdeklődjön elérhetőségünkön: 06 -20- 590-6035 Arany Unikomm Kft

Teendői közepette a Lépéselőny Egyesület elnöke

KÉPEK A LÉPÉSELŐNY EGYESÜLET ELMÚLT 10 ÉVÉBŐL

VISSZATEKINTŐ

Stábtalálkozó gyerekekkel – a családias légkör nálunk alapvető



Első jelentősebb projektünk a nők munkába állását célozta meg (2005)

A kezdeti időszakban a nők „átalakulását” az egyesület saját stylist munkatársa is elősegítette (2005 nyara)

Napjainkban is folyamatosak a szakmai konferenciák (2012. október)

Családi rendezvényeinken a legkisebbek is megtalálják a nekik tetsző foglalatosságokat (HEFOP projekt, 2005 nyara)

VISSZATEKINTŐ

„EGYRE SZÉLESEBBRE TÁRTUK AZ AJTÓKAT…”

Visszatekintés az Lépéselőny Egyesület elmúlt tíz évére

„Hamarosan a 12 fősre bővült kis csapat arra az elhatározásra jut, hogy többre jutnának, ha ezt a baráti kört immár hivatalossá is tennék, bejegyeztetnék.”

Adjon fel pár soros apróhirdetést vagy keretes változatot cége szolgáltatásairól!

52/531-274

agora.szerkesztoseg@gmail.com

„Erősít minket az évtized során megszerzett sok-sok projekttapasztalat, terepmunka, szükségletfelmérés, civiltalálkozó tanulsága….”

2002 őszén járunk. Egy családi ház teraszán néhány friss diplomás jó barát azon morfondírozik, hogyan tudják majd hasznosítani mindazt a tudást, melyet a többéves tanulmányok során megszereztek. Nemcsak az őszi időjárás borús, de a fiatalok jövőképe is: a keleti régióban nagyon kevés az álláslehetőség.

Tenni kellene valamit, méghozzá közösen, hiszen így sokszorozódhatnának az esélyek. Eldöntik, hogy a következő beszélgetésekre olyan szakembereket is elhívnak, akik már tapasztaltak. Hamarosan a 12 fősre bővült kis csapat arra az elhatározásra jut, hogy többre jutnának, ha ezt a baráti kört immár hivatalossá is tennék, bejegyeztetnék, mint civil szerveződést, hogy pályázatokkal, támogatásokkal segíthessék az ország Északalföldi Régiójában munkát kereső diplomásokat.

A fentebb leírtak nem szóltak másról, mint a **Lépéselőny Egyesület a diplomások foglalkoztatásáért** elnevezésű civil szervezet születési időszakáról.

Egyesületünk immár – jelezve vállalt társadalmi missziójának bővülését – a **Lépéselőny** nevet viseli, hiszen ma már számos társadalmi réteg, hátrányos helyzetű munkavállaló munkaerő-piaci problémájának orvoslását vállaljuk. Civil kezdeményezésünk az elmúlt csodálatos és sokszor gyötrelmes 10 év alatt a lehető legszélesebbre tárta ajtóit, amelyen belépve minden rászoruló embertársunk segítséghez juthat.

A **Lépéselőny Közhasznú Egyesület** továbbra is kiemelt feladatának tekinti az európai szintű tanulás és munka szolgálatát, azt a küldetést, hogy felkutassuk és helyzetbe, „lépéselőnybe” hozzuk a különböző hátrányokkal küszködő munkavállalókat, hogy számukra egyéni élethelyzeteiknek megfelelő, komplex szolgáltatásokat, tanácsadásokat, tréningeket, képzéseket nyújtsunk.

Ezen célok elérése érdekében sokféle szakmát képviselő, különböző területen tapasztalatokkal rendelkező szakembergárdával erősítettük meg csapatunkat, akik mind kellő empátiával és szociális érzékenységgel képesek foglalkozni a hozzánk fordulókkal.

2012 őszén járunk. A 10 évvel ezelőttihez hasonlóan most is borús az időjárás és a munka világának horizontja is az, de van egy óriási különbség: mögöttünk áll, erősít minket az évtized során megszerzett sok-sok projekttapasztalat, terepmunka, szükségletfelmérés, civiltalálkozó tanulsága. Erősítenek minket a bátorító, pozitív visszajelzések az egykori programrésztvevőktől, álláskeresőktől, hogy már nem kell lehajtott fejjel járniuk, mert „megtalálták önmagukat”, munkát találtak, újból lett jövőképük.

Köszönjük nekik, hogy segítettek abban, hogy még tisztábban lássuk társadalmi küldetésünket és soha nem feledjük, hogy valós segítséget csak akkor tudunk nyújtani a rászorulóknak, ha empátiával, őket partnernek tekintve dolgozunk.

Sok boldog születésnapot, Lépéselőny Egyesület!

Huri Attiláné
az egyesület
egyik alapítója

A Lépéselőny Egyesület alapító tagjai (balra), illetve a szakmai stáb konzultációja egy projekt előkészítése és lebonyolítása kapcsán (fent).

HOGYAN ÉLJÜNK ÉS TÁPLÁLKOZZUNK TUDATOSAN?

EGÉSZSÉG

Nos, ez a kérdés gyakran felvetődhet mindenkiben. A tudatosan élő emberek napjainkban erre a témára nagyon odafigyelnek. Természetesen minden ember szeretne egészségesen élni, azonban **a népesség elenyésző, 10%-a tesz is azért, hogy megőrizze egészségét**. Az egészséges életmód eléréséhez fontos odafigyelnünk a táplálkozásunkra valamint a testmozgásra egyaránt.

Főként az ősz végén valamint a téli hónapokban nagyon fontos odafigyelnünk arra, hogy megfelelően pótoljuk a szervezet számára esszenciális **vitaminokat,** erre már rengeteg mód van, ugyanis tele vannak a boltok a jobbnál-jobb vitaminokkal.

A **testmozgás** már nehezebb ügy, hiszen rohanó világunkban egyre kevesebb időt szánunk rá. De az egészséges életmódhoz akár annyi is elég, ha este, vagy kora reggel sétálunk, kocogunk egyet a természetben, ami lehet 10-15 perc.

De van egy másik megoldás is, amit én is követek, hogy **kerékpárral** megyünk a munkahelyünkre. Egy idő után, na és persze kitartással hozzászokik az ember ehhez az életstílushoz. A testmozgás, ha megfelelően űzzük, akkor felpezsdít, energikusabbá tesz, és nem leszünk fáradtak.

Minden dologgal kapcsolatban vannak hullámvölgyek, túl kell magunkat tenni a megpróbáltatásokon. Az **egészséges életmód** eléréséhez le kell mondanunk, olyan ételekről is amiket nagyon szeretünk. Gondolok itt a gyorsételekre, olajban és zsírban gazdag ételekre, valamint, a magas cukortartalmú, és tartósítószerekben gazdag táplálékokra. Nem olyan könnyű lemondani ezekről, az ételekről, de **minden fejben dől el,** és ez elengedhetetlen az egészséges élet fenntartásához.

Fogyasszunk sok **zöldséget, gyümölcsöt, teljes kiőrlésű gabonaféléket,** és vigyünk be megfelelő mennyiségű **fehérjét** szervezetünkbe. Ne feledkezzünk meg azonban arról sem, hogy a kiegyensúlyozott étrend mellett szükség van **bő folyadékra** is.

Egy szervezet addig tud egészséges lenni, amíg a szervezet által kért testi szükségleteket kielégítjük, ha ezen felül teszünk valamit a testünkkel, az már nem egészséges. Az **alkoholfogyasztás, az evés, a dohányzás, a gyógyszerszedés, a vitaminszedés** addig nincs káros hatással az egészségünkre, amíg azt nem viszszük túlzásba.

Légy tudatos! Ne csak egyél, gondold át, és táplálkozz okosan! Mozogj életkorodnak és testalkatodnak megfelelően!

Feketéné Baranyi Beatrix

Civil rendezvényeink pillanatképei

Van közünk egymáshoz avagy gondolatok a civilségről

Civil vagy, ha akarsz, ha tudsz,
néha mersz önmagad lenni,
civil vagy, ha akarsz, ha tudsz,
néha mersz széllel szembe menni,
ha szemed és szíved nyitott,
teszed a jót s ez nem túl nagy titok,
ha képes vagy figyelni, segíteni
a másikon, nem csak legyinteni,
hogy „hja, így jártál, barátom”,
ha tudsz osztozni más sorsokon,
igazodsz a mához, kihíváshoz
tudva, hogy

közünk van egymáshoz!

Huri Attiláné
az egyesület
egyik alapítója

VISSZATEKINTŐ

Keressen minket

AGORA TERET AD!

PARTNER FELÜLET
52/321-666
agora.szerkesztoseg@gmail.com

IMPRESSZUM

AGORA Információs és Kereskedelmi Kiadvány
ISSN 2063-4277
Megjelenik Hajdú-Bihar megyében

Kiadó: Lépéselőny Közhasznú Egyesület
Felelős szerkesztő: Huri Beáta
Mb. főszerkesztő: Király László
Tördelőszerkesztő: Király László
Nyomda: Viola Print
Grafika, képek: magánarchívum

Szerkesztőség:
4026 Debrecen Csap utca 36.
Telefon: 52/321-666, 52/531-274
agora.szerkesztoseg@gmail.com

Szeretné megismerni a terveihez kapcsolódó támogatásokat ?

PÁLYÁZATFIGYELÉS
PÁLYÁZATÍRÁS
PROJEKT MEGVALÓSÍTÁS
10 ÉV EREDMÉNYESEN

Fejlesztések, beruházások, bértámogatások igényléséhez használja ki a lehetőséget!

☎ 20/577-89-00

MUNKÁLTATÓKNAK ISMERTETTÜK AZ ÚJ MUNKA TÖRVÉNYKÖNYVÉT

Október 11-én nagy érdeklődés közepette tartott a Lépéselőny Egyesület **munkáltatói fórumot**, ahol munkajogász ismertette az új Munka Törvénykönyvének legfontosabb változásait.

Többek között fény derült arra, hogy a **munkaszerződésnek ezentúl kevesebb kötelező elemet** kell tartalmaznia, valamint ha abban nem határozzák meg a **munkába állás napját**, akkor az ezt követően **a szerződést követő naptári nap** (nem pedig munkanap, mint korábban!).

A **munkaszerződéstől eltérő foglalkoztatásnak** minősül az átirányítás, kiküldetés és kirendelés, amely időtartam azonban nem haladhatja meg **évente a 44 munkanapot vagy 352 órát.** Ilyen esetben a munkavállalót természetesen tájékoztatni kell.

Fontos változás a kismamák tekintetében, hogy a szerződésük csak abban az esetben nem szüntethető meg, ha **terhességüket idejében bejelentették** a munkáltatónak (tehát utólagos bejelentéssel nem lehet a felmondást semmisnek tekinteni!). Újdonság, hogy **a munkavállalónak bírnia kell a munkáltató bizalmát**, s ennek elvesztése felmondási indok lehet. A dolgozó munkaidőn túl sem tanúsíthat olyan magatartást, amellyel a munkáltatója érdekeit veszélyeztetné, illetve azt negatív színben tüntetné fel. (Természetesen a magánélet érintetlensége továbbra is fennáll.)

Király László

AGORA TERET AD!

Formátum	Méret cm-ben	Bruttó Hirdetési ár (Ft)
apróhirdetés	2-3 sor	500
1/16	4,5×6	2 000
1/8	9×6	4 000
1/4	9×12	8 000
1/2	18×12	16 000
1/1	18×25	32 000
PR cikk	1/2 oldal	5000

Munkajogász válaszolja meg a feltett kérdéseket

www.jobbanoknek.hu

Keressen minket az interneten!

facebook 1