**Požadavky na minimální obsah aktivizačního kurzu**

**Motivační podpora žen**

* **Soulad profesního a rodinného života** (uvědomění si vlastní hodnoty a schopnosti zvládat náročné situace (péče o domácnost, péče o děti, příp. péče o zdravotně postiženého člena rodiny)
* **Význam zaměstnání pro život člověka** (aktivita k zaplnění denního režimu, navázání sociálních kontaktů, zdroj příjmů, zvýšení životní úrovně, vztah k budoucímu nároku na starobní důchod)
* **Motivace k pracovním návykům**

**Komunikace**

* verbální a neverbální komunikace
* mluvený/písemný projev
* umění naslouchat
* sebehodnocení – výběr vhodné pracovní pozice
* sebeprezentace - umět se prezentovat před zaměstnavatelem

**Základy finanční gramotnosti**

* rodinný rozpočet
* úskalí úvěrů a kreditních karet
* mzda X sociální dávky („práce se musí vyplatit“)

**Orientace na trhu práce**

* disponibilní informační zdroje
* formy kontaktu se zaměstnavateli
* základy pracovního práva (práva a povinnosti zaměstnavatele a zaměstnance, minimální mzda, pracovní doba, náležitosti pracovní smlouvy)
* zaměstnání a vztah k dávkovému systému (povinnost oznámit vstup do zaměstnání na ÚP – evidence nezaměstnaných a dávky)

**Osobní portfolio**

* strukturovaný životopis
* motivační a průvodní dopis
* identifikace vlastních dovedností, schopností a kompetencí pro získání budoucího uplatnění
* druhy dokladů o vzdělání a praxi
* tvorba portfolia - základní dovednosti v obsluze PC - práce s internetem, tvorba životopisu a motivačního dopisu - jeho personifikace – práce s informacemi

**Praktický nácvik dovedností pro účast ve výběrovém řízení**

* základy vystupování při výběrovém řízení (písemná i telefonická komunikace)
* nácvik příjímacího pohovoru
* asertivní vystupování