

OPIS DOBREJ PRAKTYKI

1. Dane dotyczące podmiotu ubiegającego się o wpis

nazwa inicjatywy	Plus 45 K – Uwierz w siebie
nazwa podmiotu	Fundacja „Inicjatywa Kobiet Aktywnych” FIKA w Olsztynie
dokładny adres	10-687 Olsztyn; ul.Hanowskiego 9/42, adres do korespondencji: ul. Tarasa Szewczenki 1, 10-247 Olsztyn
gmina	Olsztyn
powiat	olsztyński
województwo	Warmińsko - mazurskie
telefon	503-680-500
adres strony internetowej	www.fika.pl
faks	89/542 52 34
adres e-mail	fika.olsztyn@gmail.com

2. Charakter podmiotu

Obywatele zorganizowani (zaznacz):

- w radach i komitetach utworzonych przez władze publiczne
- w radach i komitetach zorganizowanych z inicjatywy mieszkańców
- zebraniach wiejskich i sołectwach
- w organizacjach pozarządowych
- nieformalnych grupach obywatelskich
- indywidualne osoby

3. Rodzaj(e) podjętych działań na rzecz realizacji potrzeb społeczności lokalnej (zaznacz):

- realizacja zadań publicznych na zlecenie władz lokalnych
- działalność charytatywna i opiekuńcza
- działalność edukacyjna i wychowawcza
- działalność wspierająca rozwój społeczności lokalnej
- działalność na rzecz podniesienia warunków życia
- działalność na rzecz zachowania i rozwoju lokalnych wartości kultury i tradycji

4. Przedmiot działalności

Przeprowadzone w ramach Projektu „PLUS 45 K – Uwierz w siebie” działania, miały charakter informacyjno – edukacyjny. Dzięki przeprowadzeniu warsztatów szkoleniowych skierowanych do bezrobotnych kobiet w wieku 45+, udało się podnieść ich samoocenę i zmobilizować do dalszych działań. Kampania informacyjna obejmująca terytorium naszego kraju, miała wzbudzić poczucie świadomości wśród mieszkańców, zwłaszcza ich dzieci. Do osiągnięcia takiego efektu wykorzystano popularne portale społecznościowe.

5. Opis działań

Projekt „**PLUS 45 K – Uwierz w siebie**” jest przykładem inicjatywy skierowanej do Kobiet po 45 roku życia, które z różnych powodów borykają się z problemami związanymi z zatrudnieniem. Dzisiejszy rynek pracy jest dla nich ogromnym wyzwaniem. Szczególnie ciężko jest odnaleźć się na nim Kobietom, które utraciły zatrudnienie, jednak ten problem dotyczy również Pań chcących dokonać zmiany pracodawcy. Kobiety są często ofiarami zwolnień grupowych i niezależnie od wykształcenia, umiejętności i kwalifikacji zawodowych mają ogromne problemy z ponownym odnalezieniem się na rynku pracy. Podejmują się zajęć poniżej własnych kwalifikacji lub w ogóle, co przekłada się bezpośrednio na drastyczne obniżenie własnej wartości. Celem **Projektu „PLUS 45 K – Uwierz w siebie”** było wyrównanie szans kobiet i mężczyzn na rynku pracy i przywrócenie kobietom 45+ wiary w siebie i chęci poszukiwania nowych możliwości pracy zarobkowej - otwarcie się na zmiany. Projekt zakładał również wpływ na rozwój automotywacji, która powinna pozwolić nie tylko odnaleźć się im zawodowo i finansowo, ale również dowartościować oraz powrócić do normalnego stylu i trybu życia.

Inicjatorem **Projektu „PLUS 45 K – Uwierz w siebie”** jest Fundacja „Inicjatywa Kobiet Aktywnych”, która działaniami na rzecz rozwoju kobiet, mężczyzn i dzieci realizuje swoje cele statutowe.

Bezpośrednimi odbiorczyniami **Projektu „PLUS 45 K – Uwierz w siebie”** były mieszkanki województwa warmińsko-mazurskiego, które miały możliwość wziąć udział w **4 warsztatach tematycznych** przeprowadzonych przez specjalistów (psycholog/żka, trener/ka biznesu lub doradca/czyni biznesowy/a, stylistka/ka, trener/ka gender mainstreaming). Tematyka przeprowadzonych w modułach warsztatów była następująca:

Moduł A. Budowanie poczucia pewności siebie, asertywność i zarządzanie czasem;

Moduł B. Polityka równości i wdrażania różnorodności;

Moduł C. Kreowanie własnego stylu i wizerunku zewnętrznego;

Moduł D. Zawody niestereotypowe, niszowe i perspektywiczne.

Uczestniczki warsztatów uzyskały wiedzę na temat tego jak zachowywać się podczas rozmowy kwalifikacyjnej, jak założyć emaila i jak go nazwać, żeby wyglądał profesjonalnie, jak napisać CV, jakie niezbędne informacje tam zamieścić. Dodatkowo została im przekazana wiedza z podstaw

etyki, Savoir-vivre, make up oraz doboru odpowiedniego ubioru na spotkanie kwalifikacyjne i do pracy. Zajęcia te realizowane były w grupach składających się z ok. 16 kobiet. Warsztaty te miały zbudować pozytywny obraz samych uczestniczek, wesprzeć ich motywację i przekonanie o tym, że sukces jest możliwy, a kompetencje i umiejętności wykształcone w niełatwej sferze życia są przydatne w pracy przy prowadzeniu własnej firmy i ogólnej aktywności zawodowej.

Do uczestnictwa w warsztatach zostały zaproszone Panie, które są „żywym przykładem zmian i tego, że można” (do każdego modułu co najmniej jedna). Zaproszone Panie miały godzinną prelekcję na temat odniesionego przez siebie sukcesu, który dla uczestniczek projektu był pozytywnym przykładem.

Łącznie w warsztatach wzięło udział 64 Pań (4 warsztaty po 16 uczestniczek).

Dodatkowo w ramach realizacji Projektu został opracowany **Poradnik filmowy „PLUS 45 K – Uwierz w siebie”**- poświęcony tematyce, jak radzić sobie na rynku pracy, jak zdobyć pracę, jak uwierzyć w siebie, jak podejmować trudne decyzje, jak się przekwalifikować itp. Poradnik jest formą filmowo-graficzną przewodnika po trudnych tematach w bardzo przystępny sposób. Do jego produkcji zostali zaangażowani specjaliści/specjalistki, trenerzy/trenerki, aktorzy/aktorki, którzy w obrazowy sposób przedstawili kompendium wiedzy do codziennego korzystania z wiadomości niezbędnych dla wyrównania szans kobiet na rynku pracy. Poradnik został wypalony na 500 płytach i rozesłany do Wojewódzkich Urzędów Pracy i Organizacji działających na rzecz wsparcia Kobiet. Dodatkowo został umieszczony na stronie Fundacji „Inicjatywa Kobiet Aktywnych”. Do pracy na planie filmowym zostali zaangażowani również wolontariusze, z którymi podpisano umowy wolontarystyczne.

W celu promocji Projektu „PLUS 45 K – Uwierz w siebie” został nagrany **Trailer (film trwający 1-1,5 min.)** zapowiadający Poradnik filmowy „PLUS 45 K – Uwierz w siebie” skierowany do młodzieży 18-30 lat (najczęściej korzystających z Internetu), potencjalnych dzieci matek 45+, które mają problemy na rynku pracy a nie korzystają na co dzień z internetu. Trailer był filmową zapowiedzią poradnika stworzoną w nowoczesnej młodzieżowej formie, został on zamieszczony na portach społecznościowych, telewizjach internetowych (Twitter, Vimeo, YouTube, Facebook) pod hasłem np. „**POKAŻ SWOJEJ MAMIE!**”.

Poza tym została opracowana graficznie i wydrukowana ulotka dotycząca tematyki projektu.

6. Ocena efektów wdrożenia projektu dla zaangażowania mieszkańców w realizację zadań publicznych

Poprawa umiejętności kobiet w poruszaniu się na rynku pracy, stymulowanie wzrostu aktywności zawodowej kobiet, nabycie dodatkowych lub uzupełnienie posiadanych umiejętności interpersonalnych przez kobiety po 45 roku życia, podniesienie aktywności i przedsiębiorczości kobiet na rynku pracy, podwyższenie niskiej samooceny kobiet, przełamanie barier związanych z przekwalifikowaniem się, promocja niestereotypowych wyborów zawodowych, przełamywanie strachu przed możliwym do osiągnięcia sukcesem, praca nad poprawieniem biernej postawy przy

szukaniu pracy lub zmiany pracy w ogóle, nauka nowych form poszukiwania pracy, uświadomienie mobilności przestrzennej i kwalifikacyjnej. Uczestniczki projektu nawiązały kontakty między sobą i spotykają się cyklicznie, wymieniając się swoimi doświadczeniami i nabytymi nowymi umiejętnościami.

7. Oszacowanie nakładów poniesionych na organizację i realizację projektu

Realizację Projektu „**PLUS 45 K – Uwierz w siebie**” wyceniono łącznie na około 38 000 zł, z czego na ponad 8 000 zł wyceniono pracę wolontariuszy biorących czynny udział we wszelkich inicjatywach w jego ramach. Do osób zaangażowanych w realizację Projektu wolontarystycznie należały Panie, które opowiadały o swoich doświadczeniach życiowych i sukcesach, które udało im się odnieść, jak i statyści oraz aktorzy zaangażowani w produkcję filmowe.

Do stworzenia Trailera i Poradnika filmowego „**PLUS 45 K – Uwierz w siebie**” promującego założenia Projektu wykorzystano rekwizyty należące do zasobów Fundacji „Inicjatywa Kobiet Aktywnych” oraz specjalistów zajmujących się stroną techniczną realizacji zadania. Dzięki uprzejmości zaprzyjaźnionych organizacji pozarządowych możliwe było skorzystanie z niezbędnych pomieszczeń i urządzeń.

Środki finansowe przekazało Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej.

8. Czy napotkali Państwo trudności, z którymi należało się zmierzyć, aby zrealizować projekt?

Największą trudnością na jaką natknęliśmy się przy realizacji Projektu „**PLUS 45 K – Uwierz w siebie**” było przeprowadzenie akcji promocyjnej wśród odpowiedniej grupy i dotarcie do najbardziej potrzebujących kobiet. W celu wyjścia naprzeciw tym niedogodnościom naszą „akcję rekrutacyjną” przeprowadziliśmy przy współpracy olsztyńskich instytucji i organizacji pozarządowych działających na rzecz wsparcia bezrobotnych kobiet z tereny województwa warmińsko – mazurskiego.

9. Zalecenia dla innych podmiotów zainteresowanych wdrożeniem projektu

Podmioty zainteresowane realizacją podobnego projektu powinny zwrócić szczególną uwagę na określenie odpowiedniej wartości wskaźników jakie zakładają osiągnąć. Problem, na który odpowiada Projekt „**PLUS 45 K – Uwierz w siebie**” może być zróżnicowany w różnych miejscach. Inne wskaźniki będzie można osiągnąć w miejscowościach w poszczególnym rejonie naszego kraju, może to też zależeć od obszaru (wiejski czy miejski).

W związku z tym, że Projekt „**Plus 45 K – Uwierz w siebie**” polegał na wytworzeniu konkretnych produktów, w postaci Poradnika Filmowego lub Trailera, które są ogólnodostępne w sieci i każdy może z nich skorzystać - warto byłoby się zastanowić nad stworzeniem poradników o innej treści czy inne formie.



Przeprowadzając akcję promocyjną nie należy zapominać o ogromnych możliwościach jakie dają w obecnych czasach portale społecznościowe oraz Internet.