

[wupwarszawa.praca.gov.pl](http://wupwarszawa.praca.gov.pl)

**2/2023**

BIULETYN  
WOJEWÓDZKIEGO  
URZĘDU PRACY  
W WARSZAWIE

# MAZOWIECKI RYNEK PRACY

**MILIONY EURO**

na aktywizację  
i rozwój zawodowy  
na Mazowszu s. 4

**Jak  
wzmacniać  
poczucie  
wartości? s. 12**



## W NUMERZE:

---

### WUP W WARSZAWIE

Miliony euro na aktywizację i rozwój zawodowy na Mazowszu	4
Zielona edukacja ku zielonym miejscom pracy	6
Nowa kadencja Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy	8
Wzrosła liczba agencji zatrudnienia	10
Cyfrowy Paszport Socjalny	11
Jak wzmocnić poczucie wartości?	12
Oszukać umysł	15
Kształcenie na miarę przyszłości	18
Jak zarządzać swoim czasem?	19
Zmiany w zatrudnieniu cudzoziemców	20
Wielki powrót targów	22
Potrzebujący potrzebującym – ciepłe posiłki dla Ukrainy	28



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY  
w WARSZAWIE



Wydawca: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, ul. Młynarska 16,  
01-205 Warszawa, tel. 22 578 44 00, wup@wup.mazowsze.pl

Redaguje zespół w składzie:

redaktor naczelna Wiesława Lipińska

współpraca redakcyjna Weronika Kowalska

grafik Małgorzata Brecht

korekta Joanna Nieborek

stali współpracownicy: pracownicy Wojewódzkiego Urzędu Pracy  
w Warszawie i filii w Ciechanowie, Ostrołęce, Płocku, Radomiu  
i Siedlcach oraz pracownicy Publicznych Służb Zatrudnienia

Zdjęcia: Adobe Stock; archiwum WUP w Warszawie;

Franciszek Mazur/Smartlink

Adres redakcji: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie,  
ul. Młynarska 16, 01-205 Warszawa, p. 31,

tel. 22 578 44 16, 22 578 44 93 w.kowalska@wup.mazowsze.pl

Wydawnictwo bezpłatne. Nakład: 1500 egz.

Druk: AKCYDENS Zakład Poligraficzny Adam Cichoński i Synowie Sp. J.

ul. Poczтовая 5, 05-080 Łaski

Redakcja zastrzega sobie możliwość redakcji i skracania nadesłanych tekstów.

Przedruk materiałów jest możliwy wyłącznie za zgodą Wojewódzkiego Urzędu  
Pracy w Warszawie i za podaniem źródła.



## **Tomasz Sieradz**

**DYREKTOR  
WOJEWÓDZKIEGO URZĘDU PRACY  
W WARSZAWIE**

Pod koniec maja ruszył pierwszy nabór na projekty unijne z zakresu aktywizacji zawodowej i podnoszenia kompetencji osób bezrobotnych zarejestrowanych w powiatowych i miejskich urzędach pracy, na które przeznaczono 35,1 mln euro. Szczególną pomocą zostaną objęte osoby młode, długotrwale bezrobotne, grupy znajdujące się w niekorzystnej sytuacji, m.in. osoby z niepełnosprawnością, słabo wykształcone, powyżej 50. roku życia, nieaktywne zawodowo, kobiety oraz migranci.

To ważne wydarzenie dla Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie – w nowej agendzie unijnej, w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027 – nasz Urząd będzie zarządzał środkami w kwocie ponad 250,55 mln euro. Efektem wsparcia ma być poprawa dostępu do zatrudnienia i aktywizacja zawodowa wszystkich osób poszukujących pracy. Dzięki odpowiedniemu rozdysponowaniu funduszy możemy moderować kształt rynku pracy w ciągu najbliższych lat. Decyzje te wpłyną na sytuację zawodową i życiową wielu mieszkańców Mazowsza, a także na rozwój oraz unowocześnienie regionu.

Patrząc w przyszłość, obserwujemy kolejne przeobrażenia w polityce zatrudnienia. Mowa tu przede wszystkim o ekologii i rozwoju infrastruktury związanej z ochroną środowiska. Duży nacisk na gospodarkę niskoemisyjną kładzie Unia Europejska. Odnawialne źródła energii to prężnie rozwijający się rynek, dający zupełnie nowe możliwości zatrudnienia. Pisze o tym Paweł Trojanowski w artykule „Zielona edukacja ku zielonym miejscom pracy”. Prognozy wskazują, że do 2030 roku w sektorze tym będzie pracować ponad 38 milionów osób na całym świecie. Dla nas zielona gospodarka jest więc nieuniknionym kierunkiem zmian, na które należy się przygotować – począwszy od kształcenia młodych ludzi, doszkalania pracowników, budowania świadomości ekologicznej, planowania działań, a skończywszy na wsparciu firm rozwijających się w tej przyszłościowej branży.

Kolejną kwestią, na którą należy zwrócić szczególną uwagę, jest zatrudnienie cudzoziemców i zmiany, które nastąpiły w polskim prawie w ostatnim okresie. Wojna w Ukrainie pociągnęła za sobą wiele konsekwencji zarówno po stronie podażowej, jak i popytowej w zakresie oferowania i poszukiwania pracy. Aktualny stan prawny w Polsce dotyczący legalnego pobytu i zatrudnienia obcokrajowców został przedstawiony na konferencji „Zatrudnienie cudzoziemców – programy, narzędzia i udogodnienia”, która odbyła się w Siedlcach. Dzięki tej inicjatywie przedsiębiorcy mogli uzyskać niezbędną wiedzę dotyczącą zatrudnienia obcokrajowców, a przedstawiciele biorących udział w wydarzeniu instytucji – nawiązać kontakty i wymienić się informacjami.

Po okresie stagnacji spowodowanej pandemią odbyły się w ostatnich miesiącach liczne targi pracy i edukacji, w których braliśmy czynny udział jako organizatorzy i uczestnicy. Przedsięwzięcia te mają na celu ułatwienie interakcji pomiędzy bezrobotnymi a pracodawcami, wsparcie młodzieży w planowaniu kształcenia i rozwoju kariery zawodowej oraz przedstawienie możliwości zatrudnienia. To także miejsce aktywnych spotkań, okazja do promocji firm i zaprezentowania działalności instytucji publicznych. Targi odbyły się na terenie całego Mazowsza i zgromadziły setki uczestników zainteresowanych edukacją i nowymi możliwościami zawodowymi.

---

Tomasz Sieradz



# Miliony euro

## na aktywizację i rozwój zawodowy na Mazowszu

**ALEKSANDRA KUŚ, WIESŁAWA LIPIŃSKA**

*Ponad 250,55 mln euro w nowej unijnej agendzie, w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027, zostanie przeznaczony na aktywizację zawodową osób znajdujących się w trudnej sytuacji na rynku pracy, bezrobotnych, poszukujących pracy, pracowników i pracodawców. Funduszami będzie zarządzał Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie*

**P**ierwszy nabór na projekty unijne z zakresu aktywizacji zawodowej i podnoszenia kompetencji osób zarejestrowanych jako bezrobotne został ogłoszony 31 maja. Przeznaczono na nie 35,1 mln euro (wsparcie unijne: 27,7 mln euro oraz krajowe środki publiczne: 7,4 mln euro). O dofinansowanie w trybie niekonkurencyjnym mogą ubiegać się powiatowe i miejskie urzędy pracy, które będą realizować projekty w ramach Priorytetu VI Fundusze Europejskie dla aktywnego zawodowo Mazowsza, Działanie FEMA.06.01 Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych (w całej agendzie 131,3 mln euro: wsparcie UE – 103,9 mln euro oraz krajowe środki publiczne – 27,4 mln euro).

Szczególną pomocą zostaną objęte osoby młode, długotrwale bezrobotne, grupy znajdujące się w niekorzystnej sytuacji na rynku pracy, m.in. osoby z niepełnosprawnością, słabo wykształcone, powyżej 50. roku życia, nieaktywne zawodowo, kobiety oraz migranci.

### **NOWA AGENDA UNIJNA 2021-2027**

– Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie będzie zarządzał w nowej agendzie unijnej 2021-2027 funduszami w wysokości ponad 250,55 mln euro, w tym wsparcie UE to 188,53 mln euro, krajowe środki publiczne – 42,46 mln euro oraz wkład beneficjentów – 19,56 mln euro. Efektem wsparcia ma być poprawa dostępu do zatrudnienia i aktywizacja zawodowa wszystkich osób poszukujących pracy – wyjaśnia Tomasz Sieradz, dyrektor Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie.

Środki będą wykorzystane w sześciu działaniach (łącznie z Działaniem FEMA.06.01):

#### **► PRIORYTET VI, DZIAŁANIE FEMA.06.02 – Aktywizacja zawodowa osób młodych przez Ochotnicze Hufce Pracy**

– 3,7 mln euro (wsparcie UE: 2,8 mln euro oraz krajowe środki publiczne: 0,9 mln euro).

Fundusze będą przeznaczone na poprawę dostępu do zatrudnienia oraz aktywizację osób młodych: w wieku 15-18 lat oraz 18-25 lat, z tzw. grupy NEET, czyli młodych niepracujących, niekształcących się oraz nieuczestniczących w szkoleniach lub kursach.

#### **► PRIORYTET VI, DZIAŁANIA FEMA.06.03 – Nowoczesne, regionalne służby zatrudnienia**

– 3,5 mln euro (wsparcie UE: 2,5 mln euro oraz krajowe środki publiczne: 1 mln euro).

Projekty będą adresowane do pracowników Publicznych Służb Zatrudnienia. Pracownicy mazowieckich urzędów pracy skorzystają ze szkoleń i warsztatów przygotowujących ich do skutecznej obsługi klientów na szybko zmieniającym się rynku pracy oraz będą mogli podnieść swoje kwalifikacje zawodowe. Działanie ma również wspierać mobilność zawodową pracowników.

#### **► PRIORYTET VI, DZIAŁANIA FEMA.06.04 – Aktywizacja zawodowa biernych zawodowo kobiet**

– 9,58 mln euro (wsparcie UE: 8,05 mln euro, krajowe środki publiczne: 0,94 mln euro oraz wkład beneficjentów 0,59 mln euro).

Wśród grup pozostających w trudnej sytuacji zawodowej od lat niezmiennie znajdują się kobiety, w szczególności mieszkające poza Warszawskim Regionem Stołecznym. Aby ułatwić im funkcjonowanie na rynku

pracy, zostało przygotowane nowe rozwiązanie. Ma ono wspierać kobiety w równoprawnym zatrudnieniu i otrzymywaniu niedyskryminujących, niezależnych od płci warunków pracy oraz zapewnić równowagę między życiem zawodowym i prywatnym. Uczestniczki projektów skorzystają m.in. ze szkoleń, mentoringu i doradztwa. Otrzymają także refundację kosztów opieki nad dzieckiem w wieku żłobkowym oraz przedszkolnym lub inną osobą potrzebującą stałej opieki. Kobiety, które założą własną firmę, przez maksymalnie 6 miesięcy otrzymają finansowe wsparcie pomostowe (w wysokości nieprzekraczającej miesięcznie minimalnego wynagrodzenia brutto) na pokrycie kosztów prowadzenia działalności. O fundusze będą mogły ubiegać się: organizacje pozarządowe, organizacje zrzeszające pracodawców, instytucje rynku pracy i związki zawodowe.

#### **► PRIORYTET VI, DZIAŁANIE FEMA.06.05 – Wsparcie dla pracodawców i pracowników**

– 46,7 mln euro (wsparcie UE: 30,85 mln euro, wkład beneficjentów: 15,85 mln euro).

Kolejnym nowym rozwiązaniem jest pomoc dla sektora prywatnego. W ramach Działania będą realizowane dwa typy projektów:

– dostosowanie pracowników i przedsiębiorców do zmian związanych z zatrudnieniem, m.in. poprzez szkolenia kwalifikacyjne i kompetencyjne oraz doradztwo w zakresie zarządzania zasobami ludzkimi, w szczególności zarządzania wiekiem;

– wprowadzanie i upowszechnianie telepracy.

Projekty mają służyć również dostosowaniu środowiska pracy do potrzeb pracowników oraz popularyzować aktywny i zdrowy tryb życia. W naborach będą mogły wziąć udział: organizacje zrzeszające pracodawców, organizacje pozarządowe, instytucje otoczenia biznesu i instytucje rynku pracy oraz jednostki samorządu terytorialnego szczebla gminnego.

#### **► PRIORYTET VII, Fundusze Europejskie dla nowoczesnej i dostępnej edukacji na Mazowszu, Działanie FEMA.07.04 Edukacja osób dorosłych**

– 55,77 mln euro (wsparcie UE: 40,43 mln euro, krajowe środki publiczne: 12,22 mln euro i wkład beneficjentów: 3,12 mln euro).

Środki zostaną przeznaczone na kształcenie ustawiczne, m.in. poprzez podnoszenie kwalifikacji, z położeniem nacisku na umiejętności w zakresie przedsiębiorczości i kompetencji cyfrowych. Projekty będą skierowane do osób, które z własnej inicjatywy chcą podnieść lub zdobyć nowe kwalifikacje oferowane w ramach Bazy Usług Rozwojowych (ogólnopolska platforma oferująca m.in. szkolenia, doradztwo, studia podyplomowe, mentoring i coaching). Pozwoli to uczestnikom dostosowywać się do szybkich zmian na rynku pracy i uzupełnić zapotrzebowanie na nowe umiejętności.

Działania wdrażane przez Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie są współfinansowane z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.

Szczegółowy harmonogram naborów wniosków w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027 znajduje się na stronie: [rpo-wupwarszawa.praca.gov.pl/wiadomosci](http://rpo-wupwarszawa.praca.gov.pl/wiadomosci). ♦

# ZIELONA EDUKACJA ku zielonym miejscom pracy

PAWEŁ TROJANOWSKI

*Odnawialne źródła energii to prężnie rozwijający się rynek dający zupełnie nowe możliwości pracy. Aby w pełni wykorzystać jego potencjał należy w odpowiedni sposób kształcić, edukować i planować przyszłe działania*



**M**inęło 10 lat od organizacji I Mazowieckiego Forum Ekologiczno-Gospodarczego w Siedlcach. Konkluzje z obrad wskazywały, że warto jest upowszechniać i zachęcać do przygotowywania się na rozwój popularności tzw. zielonych miejsc pracy – kształcić kadry, zachęcać doradców zawodowych do tego, by ukierunkowywali swoich klientów w zainteresowaniu się „zielonymi zawodami”. Po dekadzie warto sprawdzić, co wydarzyło się w tym obszarze. Jak tezy leżące u podstaw organizacji konferencji przełożyły się na ofertę edukacyjną szkół ponadgimnazjalnych i uczelni wyższych? Czy nowo utworzone działalności gospodarcze lokują się w zielonych obszarach? Wreszcie co zrobić, by tematyka ta była dalej podejmowana i rozwijana?

## ROZWOJOWA BRANŻA

Dekada to dobry okres, by spojrzeć na zmiany, które zaszły w obszarze zielonych miejsc pracy oraz postępy, jakie poczyniono w upowszechnianiu rozwoju miejsc zatrudnienia, które są przyjazne środowisku. Pamiętam, że gdy mówiłem uczestnikom konferencji o tym, jak wygląda rozwój farm fotowoltaicznych w Niemczech w 2012 roku i że kraj ten dąży do tego, aby w ciągu dekady wygasić działanie elektrowni jądrowych i uzależnić swoje bezpieczeństwo energetyczne od Odnawialnych Źródeł Energii (OZE), spotykałem się z kpiącym niedowierzaniem. Otóż w kwietniu 2023 roku Niemcy właśnie wygasili trzy ostatnie elektrownie jądrowe.

Wracając do tezy z konferencji 2013 roku – zachęcaliśmy instytucje, organizacje, przedsiębiorców i lokalne władze do tego, by wychodząc naprzeciw zmianom przygotowywać

**Przez 10 lat zmieniło się tak wiele, że dziś nikt nie ma wątpliwości, że ochrona klimatu jest nie tylko ważna, ale wręcz kluczowa**

się, a wręcz wyprzedzać systemowymi rozwiązaniami oczekiwania rynku, w tym zwłaszcza tego dotyczącego zatrudnienia. Kluczowy apel odnosił się do wprowadzania programów kształcenia dopasowanych do oczekiwań przyszłego rynku pracy – przygotowania oferty edukacyjnej na każdym szczeblu w zakresie wiedzy i kształtowania właściwych postaw ekologicznych, a w odniesieniu do kształcenia branżowego i wyższego – w obszarze uczenia zawodów i wyposażania w umiejętności niezbędne zwłaszcza w OZE oraz gospodarce odpadami.

## EKOLOGICZNY RYNEK PRACY

Przez 10 lat zmieniło się tak wiele, że dziś nikt nie ma wątpliwości, że ochrona klimatu jest nie tylko ważna, ale wręcz kluczowa. W programach politycznych każdego ugrupowania przed zbliżającymi się wyborami parlamentarnymi, każda z opcji zapewnia, jak wiele zamierza zrobić w zakresie OZE i obiecuje znaczące wsparcie dla rozwoju czystej energetyki w Polsce. Nic dziwnego, gdyż wszystkie analizy wskazują na ogromny popyt na pracowników w branży czystej

energii. Jak odnotowano w artykule „W tej branży będzie ogromny popyt na pracowników. Już teraz wysysa ludzi z rynku”, zamieszczonym na portalu Plushr.pl: „Prognozy wskazują, że do 2030 roku w sektorze odnawialnych źródeł energii będzie pracować ponad 38 milionów osób na całym świecie. Dane wyraźnie wskazują, że branża jest chłonna i potrzebni są nowi pracownicy z odpowiednimi kompetencjami. Jak wynika z badań opublikowanych w czasopiśmie One Earth, do 2050 roku zatrudnienie w sektorze odnawialnych źródeł energii ma wzrosnąć pięciokrotnie. 85 proc. nowych osób, które wchodzi na rynek, znajdzie zatrudnienie w sektorze energetyki wiatrowej i fotowoltaiki.” Jednocześnie autor artykułu powołując się na raport International Renewable Energy Agency stwierdza, że branża OZE okazuje się być bardzo atrakcyjna dla kobiet. W dziedzinie fotowoltaiki odnotowano najwyższy na świecie odsetek kobiet zatrudnionych na cały etat.

### JEST DOBRZE W EDUKACJI W SIEDLCACH

Wracając do poziomu lokalnego, na pewno warto zwrócić uwagę na rozwój oferty edukacyjnej zwłaszcza szkół ponadpodstawowych, ale także i obu uczelni wyższych w Siedlcach, które – co jest widoczne po promowanych kierunkach kształcenia – posiadają również te związane z ekologią i zrównoważonym rozwojem. Pojawiają się także studia podyplomowe i specjalizacje w zakresie zielonej gospodarki, co świadczy o rosnącym zainteresowaniu tą tematyką.

Największa w Siedlcach szkoła ponadpodstawowa, tj. Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 im. Stanisława Staszica oferuje kształcenie na kierunku technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej. Kolejna szkoła – Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 5 im. gen. Władysława Sikorskiego posiada w swojej ofercie kilka kierunków, które są przyszłościowo nastawione na wykorzystywanie technologii energooszczędnych i niskoemisyjnych. Są to np. technik: budownictwa, inżynierii sanitarnej oraz chłodnictwa i klimatyzacji. W przypadku szkoły branżowej są to kierunki zmierzające do przygotowania do zawodów: monter konstrukcji budowlanych, monter sieci instalacji i urządzeń sanitarnych, monter zabudowy i robót wykończeniowych. Nie tylko szkoły zawodowe dostrzegły potrzebę zielonego kształcenia – I Liceum Ogólnokształcące im. Bolesława Prusa planuje wprowadzenie od klasy trzeciej ekologii jako przedmiotu uzupełniającego.

**Prognozy wskazują, że do 2030 roku w sektorze odnawialnych źródeł energii będzie pracować ponad 38 milionów osób na całym świecie**

Z kolei w obszarze szkolnictwa wyższego wiele możliwości miłośnikom środowiska naturalnego daje oferta Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach. Kierunkiem, który warto wyróżnić, jest zdecydowanie gospodarka odpadami i recykling. Absolwenci tej specjalizacji z pewnością nie będą odczuwali problemów

ze znalezieniem dobrego miejsca pracy lub założenia własnej działalności gospodarczej w tej branży.

Dla absolwentów szkół ponadgimnazjalnych, którzy będą chcieli rozwijać się w zakresie wiedzy i umiejętności w branży budowlanej i OZE, ofertę posiada Akademia Nauk Stosowanych Mazovia, w której na kierunku budownictwo oferowana jest specjalność budownictwo energooszczędne i energetyka odnawialna.

**Branża OZE okazuje się być bardzo atrakcyjna dla kobiet. W dziedzinie fotowoltaiki odnotowano najwyższy na świecie odsetek kobiet zatrudnionych na cały etat**

Jak widać w Siedlcach dla wszystkich, którzy chcieliby związać swoją przyszłość zawodową z zielonymi miejscami pracy, dostępna jest atrakcyjna oferta edukacji. Biorąc pod uwagę rozwój branży OZE – wybór ten może okazać się strzałem w dziesiątkę.

### ZIELONA PRZYSZŁOŚĆ

W ciągu ostatniej dekady w Polsce pojawiło się mnóstwo nowych przedsiębiorstw, które angażują się w działalność gospodarczą w sektorze zielonej energii, transportu i produkcji żywności ekologicznej. W miastach powstają „zielone biurowce”, a firmy coraz częściej inwestują w odnawialne źródła energii i technologie proekologiczne. Dachy, zwłaszcza domów jednorodzinnych i instytucji publicznych, lśnią od paneli fotowoltaicznych. Rozwój ten jest tak dynamiczny, że telemarketerów i telemarketerów oferujących instalacje fotowoltaiczne, ze względu na natrętność, stały się przedmiotem żartów i memów.

Aby tematyka zielonej edukacji oraz zielonych miejsc pracy była nadal rozwijana i podejmowana ważne jest, promowanie idei zrównoważonego rozwoju poprzez kampanie edukacyjne oraz zachęcanie do inwestowania w ekologiczne przedsięwzięcia i technologie. Być może warto byłoby powrócić do forum, takiego jak to, które miało miejsce w Siedlcach w 2013 roku, by wymienić się dotychczasowymi doświadczeniami i pójść o krok dalej. Dziś przy wsparciu sztucznej inteligencji i dzięki dynamicznemu rozwojowi technologicznemu z pewnością warto pomyśleć, jak te dobra wykorzystać do jeszcze intensywniejszego wdrażania zielonych koncepcji życia, edukacji i pracy.

Z pewnością dużo jeszcze mógłby zrobić rząd i instytucje publiczne, które powinny promować i wspierać rozwój zielonej gospodarki poprzez bardziej ambitne programy finansowe i zachęty podatkowe. Pomogłoby to sprawić, żeby jeszcze więcej osób kształciło się w tym kierunku, a firmy były zainteresowane inwestowaniem swojego czasu i pieniędzy w zrównoważony, zielony rozwój. ♦



# Nowa kadencja

## Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy

WERONIKA KOWALSKA, TAMARA MASŁOWSKA

*Nominacje dla powołanych członków Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy Województwa Mazowieckiego wręczył Wicemarszałek Województwa Mazowieckiego Wiesław Raboszuk*



Fot. archiwum WUP

Dyrektor WUP w Warszawie Tomasz Sieradz otworzył posiedzenie Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy

Nauczycielskie posiedzenie Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy na kadencję 2023-2026 odbyło się 20 marca w siedzibie Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie. W imieniu Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika, Wicemarszałek Wiesław Raboszuk wręczył powołania nowym członkom.

W skład organu opiniodawczo-doradczego Marszałka Województwa Mazowieckiego w sprawach polityki rynku pracy weszli przedstawiciele m.in. mazowieckich organizacji związkowych, branżowych, pracodawców, placówek naukowych i stowarzyszeń. Po ukonstytuowaniu się Rady i zatwierdzeniu regulaminu, wybrano przewodniczącego Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy, którym został Krzysztof Łuka. Funkcję wiceprzewodniczącej objęła Agnieszka Harasim. W posiedzeniu Rady z ramienia WUP wzięli udział: Dyrektor WUP w Warszawie Tomasz Sieradz, Wicedyrektor ds. Usług Rynku Pracy Artur Pozorek, główna księgowa Magdalena Majchrzyk, radca prawny Marek Rychcik oraz pracownicy Mazowieckiego Obserwatorium Rynku Pracy i Zespołu ds. Struktur i Organizacji WUP w Warszawie. Na spotkaniu zaprezentowano aktualne informacje o mazowieckim rynku pracy oraz badania Mazowieckiego Obserwatorium Rynku Pracy dotyczące m.in. efektywności wykorzystania Krajowego Funduszu Szkoleniowego, zawodów nadwyżkowych i deficytowych.

### RADA RYNKU PRACY

Rada Rynku Pracy jest organem opiniodawczo-doradczym ministra właściwego do spraw pracy w zakresie polityki rynku pracy. Do jej zadań należy m.in. inspirowanie przedsięwzięć zmierzających do pełnego i produktywnego zatrudnienia w województwie, opiniowanie kryteriów podziału środków Funduszu Pracy dla samorządów powiatowych na finansowanie programów dotyczących promocji zatrudnienia oraz opiniowanie opracowanych przez wojewódzkie urzędy pracy propozycji przeznaczenia środków Funduszu Pracy będących w dyspozycji samorządu województwa, jak również wydawanie opinii w sprawach dotyczących kierunków kształcenia, szkolenia zawodowego oraz zatrudnienia w województwie. ♦



## SKŁAD WOJEWÓDZKIEJ RADY RYNKU PRACY

### Piotr Błędowski

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie

### Łukasz Czechowski

Konfederacja Lewiatan

### Krzysztof Czerwiński

Niezależny Samorządny Związek Zawodowy Rolników Indywidualnych Solidarność

### Waldemar Dubiński

NSZZ Solidarność Mazowsze

### Anna Grześkiewicz-Głogowska

Forum Związków Zawodowych

### Agnieszka Harasim

Izba Rzemieślnicza Mazowska, Kurpi i Podlasia – wiceprzewodnicząca Rady

### Wojciech Hoduń

Mazowiecka Izba Rzemiosła i Przedsiębiorczości

### Sylwester Korgul

Konwent Starostów WM

### Krzysztof Łuka

Zakład Doskonalenia Zawodowego w Warszawie – przewodniczący Rady

### Eliza Misięcka

Federacja Przedsiębiorców Polskich

### Teresa Orowiecka

Mazowiecka Izba Rolnicza

### Ryszard Podgórski

Pracodawcy Rzeczypospolitej Polskiej

### Przemysław Potocki

Uniwersytet Warszawski

### Krzysztof Skrobisz

OPZZ Województwa Mazowieckiego

*Zmiana sytuacji gospodarczej wynikająca ze zniesienia obostrzeń pandemicznych oraz ruchy migracyjne obywateli Ukrainy związane z wojną wpłynęły na tegoroczny wzrost liczby agencji zatrudnienia wpisanych do rejestru*

# Wzrosła liczba agencji zatrudnienia

KAMIL NOWOSIELSKI

**D**ziałalność agencji zatrudnienia jest działalnością regulowaną w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 6 marca 2018 r. – Prawo przedsiębiorców (Dz.U. z 2023 r., poz. 221) i do jej prowadzenia wymagany jest wpis do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia. Po wpisaniu do tego rejestru agencje zatrudnienia mogą świadczyć usługi w zakresie pośrednictwa pracy, poradnictwa zawodowego, doradztwa personalnego lub pracy tymczasowej.

Na terenie województwa mazowieckiego organem właściwym do prowadzenia rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia jest Marszałek Województwa Mazowieckiego. Stosowne upoważnienie do działania w imieniu Marszałka Województwa Mazowieckiego do prowadzenia rejestru posiadają Dyrektor i Wicedyrektorowie Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie. Komórką organizacyjną Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie odpowiedzialną za wykonywanie czynności związanych z prowadzeniem rejestru agencji zatrudnienia jest Zespół ds. Rejestru Agencji Zatrudnienia w Wydziale Obsługi Instytucji i Partnerów Rynku Pracy.

## NAJWIĘCEJ PODMIOTÓW NA MAZOWSZU

Dokumentem potwierdzającym wpis do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia jest wydawany certyfikat lub certyfikaty o dokonaniu wpisu do tego rejestru. Na liczbę agencji zatrudnienia, wpisywanych w rejestrze podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia, mogą wpływać różne czynniki, związane w szczególności: z możliwością wprowadzenia zmian przepisów prawnych dotyczących realizowanych usług, ze zmianami sytuacji gospodarczej i przeobrażeniami na rynku pracy.

W skali kraju w dokonywaniu wpisów do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia i wydawaniu certyfikatów o dokonaniu wpisu do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia przoduje województwo mazowieckie. Znajduje to potwierdzenie w danych zawartych w Krajowym Rejestrze Agencji Zatrudnienia (KRAZ), dostępnym w Systemie Teleinformatycznym Obsługi Rejestrów PSZ – STOR. Z danych KRAZ wynika, że na koniec 2022 roku w rejestrze podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia znajdowały się 1802 czynne agencje mające swoje siedziby na terenie województwa mazowieckiego, natomiast w skali kraju znajdowało się 8799 czynnych agencji.

## NOWE PODMIOTY W REJESTRZE

Z danych zawartych w Krajowym Rejestrze Agencji Zatrudnienia wynika, że w 2022 roku do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia zostały wpisane 492 nowe podmioty mające swoje siedziby na terenie województwa mazowieckiego, dla których wydano 785 certyfikatów potwierdzających dokonanie wpisu do rejestru i uprawniających do świadczenia usług pośrednictwa pracy, doradztwa personalnego i poradnictwa zawodowego lub pracy tymczasowej, zgodnie z zakresem usług wskazanych we wniosku o wpis do rejestru.

---

***W rejestrze podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia, na koniec 2022 roku znajdowały się 1802 czynne agencje zatrudnienia mające swoje siedziby na terenie województwa mazowieckiego***

---

Ponadto w 2022 roku dokonano zmian wpisów siedziby, oznaczenia podmiotu prowadzącego agencje zatrudnienia lub świadczonych przez podmiot usług oraz wydano dla 218 agencji zatrudnienia zaktualizowane certyfikaty uwzględniające powyższe zmiany. Dodatkowo, w przypadku 102 agencji zatrudnienia dokonano zmian innych danych w rejestrze niewymagających wydania zaktualizowanych certyfikatów, m.in.: dodania dodatkowego miejsca prowadzenia działalności, zmiany danych teleadresowych lub zmian w składzie zarządu danej agencji zatrudnienia.

Dla porównania w 2021 roku do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia zostało wpisanych 456 nowych agencji mających swoje siedziby na terenie województwa mazowieckiego, dla których zostało wydanych 685 certyfikatów. Natomiast w przypadku dokonywania zmian wpisów w rejestrze siedziby, oznaczenia

podmiotu prowadzącego agencje zatrudnienia lub świadczonych przez podmiot usług dla 225 agencji zatrudnienia wydano zaktualizowane certyfikaty uwzględniające te zmiany. W przypadku 147 agencji zatrudnienia dokonano zmian innych danych w rejestrze, niewymagających wydania zaktualizowanych certyfikatów.

### ZAINTERESOWANIE POŚREDNICTWEM PRACY

Z powyższego wynika, że w roku 2022 nastąpił wzrost liczby agencji zatrudnienia wpisywanych do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia, w stosunku do liczby agencji wpisywanych w 2021 roku. Większa liczba składanych przez podmioty wniosków o wpis do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia i wniosków o zmianę danych wynikała w szczególności ze zmiany sytuacji gospodarczej i związanych z tym transformacji na rynku pracy po zniesieniu obostrzeń pandemicznych oraz ruchów migracyjnych obywateli Ukrainy z powodu inwazji Rosji na Ukrainę. Podmioty (przedsiębiorcy) były nadal zainteresowane prowadzeniem agencji zatrudnienia i świadczeniem usług pośrednictwa pracy, doradztwa personalnego i poradnictwa zawodowego lub pracy tymczasowej.

### UDZIELANIE INFORMACJI KLIENTOM

Poza wykonywaniem czynności stricte dotyczących prowadzenia rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia, klientom urzędu – w szczególności przedsiębiorcom prowadzącym albo zamierzającym prowadzić agencje zatrudnienia – udzielane są informacje o rodzajach i działalności agencji zatrudnienia, które świadczą usługi doradztwa personalnego, poradnictwa zawodowego, pośrednictwa pracy lub pracy tymczasowej, informacje o zasadach wpisu do rejestru podmiotów prowadzących agencje zatrudnienia i warunkach prowadzenia agencji zatrudnienia zgodnie z przepisami ustawy z dnia 20 kwietnia 2004 r. o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy.

**W ubiegłym roku  
nastąpił wzrost liczby  
agencji zatrudnienia  
wpisywanych do rejestru  
podmiotów prowadzących agencje  
zatrudnienia, w stosunku  
do liczby agencji  
wpisywanych w 2021 roku**

Ponadto Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie na bieżąco współdziała z Państwową Inspekcją Pracy w sprawach przestrzegania przepisów ustawy z dnia 20 kwietnia 2004 roku o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy (Dz.U. z 2022 r., poz. 690 z późn. zm.), dotyczących agencji zatrudnienia. ♦

## Cyfrowy Paszport Socialny

JANUSZ WOJCIESZEK-ŁYŚ

*Institucje europejskie wspólnie z partnerami z kilku państw UE prowadzą projekt pilotażowy, którego celem jest zbadanie możliwości wprowadzenia Europejskiego Dowodu Zabezpieczenia Społecznego (European Social Security Pass) na terenie Wspólnoty*

**E**uropejski Dowód Zabezpieczenia Społecznego pozwoliłby upoważnionym podmiotom i instytucjom na sprawdzenie uprawnień socjalnych obywatela danego kraju za pomocą cyfrowej weryfikacji i ułatwiłby przenoszenie uprawnień z jednego państwa do drugiego.

Zadaniem opracowywanego projektu ma być też wprowadzenie rozwiązań ułatwiających identyfikację oraz uwierzytelnianie obywateli państw UE przemieszczających się po obszarze Wspólnoty. W inicjatywie, która rozpoczęła się w marcu 2021 roku, uczestniczy kilkanaście państw.

### SKRÓCENIE CZASU WERYFIKACJI

Z racji różnic w poszczególnych krajach, takich jak np. różnorodne systemy prawne i uprawnienia poszczególnych instytucji, ustalenie uprawnień socjalnych osoby migrującej na terenie Unii nie jest łatwe. Często wymaga to długiego czasu, aby poszczególne instytucje mogły się porozumieć. Cyfrowy paszport umożliwiłby weryfikację danych np. z poziomu smartfona. Pilotaż ma wykazać, czy przyjęte cyfrowe rozwiązania są możliwe do wprowadzenia na terenie całej UE.

### ETAP PILOTAŻOWY

Głównym założeniem jest cyfrowy dokument będący własnością osób przemieszczających się po terytorium EU. Ma on pozwolić na zarządzanie danymi dotyczącymi sfery zabezpieczenia społecznego. Dane te można byłoby zweryfikować w innym państwie. Ponadto przyjęte rozwiązania miałyby przyczynić się do ograniczenia możliwych nadużyć finansowych. Pierwszy etap zakłada przyjęcie nowych rozwiązań cyfrowych dotyczących przenośnych dokumentów europejskich PD A1. Dokument ten jest stosowany np. w sytuacji tymczasowego delegowania pracownika przez pracodawcę do innego państwa członkowskiego. W kolejnym etapie przewidziano stopniowo poszerzenie zakresu danych o inne procedury koordynacji zabezpieczenia społecznego, jak choćby europejską kartę ubezpieczenia zdrowotnego.

Obecne prace mają ujawnić najważniejsze problemy techniczne, organizacyjne i prawne niezbędne do rozwiązania przed uruchomieniem projektu na dużą skalę. W roku 2023 planuje się przedstawienie rekomendacji przed wdrożeniem procedur w pełnym wymiarze na terenie UE. ♦

Źródło: <https://ec.europa.eu>



# Jak wzmocnić poczucie wartości?

MARTA WŁODARCZYK-RESZKA

*Nowe zajęcia warsztatowe w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej WUP w Warszawie poruszają tematykę akceptacji siebie, budowania pozytywnego wizerunku własnej osoby i radzenia sobie z błędnymi przekonaniem ograniczającymi nasz rozwój*

**B**łędem, który często popełniają osoby cierpiące na problemy z poczuciem własnej wartości, jest przekonanie, że jesteśmy godni szacunku tylko wtedy, gdy jesteśmy godni podziwu – ten cytat z wypowiedzi Christopha Andre, francuskiego psychiatry i psychoterapeuty, rozpoczyna zajęcia warsztatowe poświęcone budowaniu poczucia własnej wartości, przygotowane i prowadzone przez doradców zawodowych z Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej WUP w Warszawie.

Warsztaty w znacznej mierze zostały oparte o koncepcję sześciu filarów poczucia

własnej wartości, stworzoną przez Nathaniela Brandena – amerykańskiego psychoterapeuty, coacha i pisarza.

## SKĄD POMYSŁ NA TEMATYKĘ WARSZTATU?

Z opublikowanego w kwietniu br. i szeroko już komentowanego badania „Młode głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym. Raport z badania dotyczącego zdrowia psychicznego, poczucia własnej wartości i sprawczości wśród młodych ludzi w Polsce”, przeprowadzonego od 25 października 2022 roku do 10 marca 2023 roku, na zlecenie Fundacji

UNAWEZA założonej przez Martynę Wojciechowską, wyłaniają się smutne wnioski.

W anonimowym badaniu wzięło udział 184 tys. uczniów w wieku 10-19 lat ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych z całej Polski. Raport ujawnia dramatycznie niski poziom samooceny dzieci i młodzieży w Polsce: aż 65,9 proc. uczniów biorących udział w badaniu chciałoby mieć więcej szacunku do samego siebie, 58,4 proc. uczniów czasami towarzyszy uczucie beużyteczności, 46 proc. to osoby o skrajnie niskiej samoocenie, 31,6 proc. badanych nie lubi siebie, a 26,4 proc. uważa

siebie za osobę mniej wartościową od innych. Aż 10,5 proc. uczniów przyznało, że w ich opinii, w ich życiu nie ma ani jednej osoby, która w pełni je przyjmuje i akceptuje. Tak ma się sytuacja z młodymi, niejako startującymi dopiero w życie ludźmi.

A jak sytuacja wygląda u dorosłych Polaków? Z częściową odpowiedzią przychodzi chociażby ubiegłoroczne badanie „Uwierzymy w wiarę w siebie. Od dołowanych dzieci po zrezygnowanych dorosłych – jak Polacy wierzą w siebie”, przeprowadzone w dniach 7-10 października 2022 r., przez Akademię Przyszłości, na próbie liczącej 1096 osób w wieku 18 lat i więcej. W przytłaczającej większości ankietowani zgodzili się, że osoby, które wierzą we własne możliwości są bardziej zadowolone z życia niż osoby, które mają niską samoocenę. Zdecydowanie z takim stwierdzeniem zgadza się aż 46 proc., a raczej – zgadza się 37 proc. ankietowanych. Prawie połowa, bo 46 proc. dorosłych Polaków pamięta, że w dzieciństwie brakowało im pewności siebie i nie wierzyli we własne możliwości, a tylko 28 proc. ankietowanych przyznaje, że byli pewnymi siebie dziećmi. Co czwarty badany nie potrafił odnieść się do pytania.

**Raport ujawnia  
dramatycznie niski poziom  
samooceny dzieci  
i młodzieży w Polsce:  
aż 65,9 proc. uczniów  
biorących udział  
w badaniu chciałoby mieć  
więcej szacunku do samego  
siebie, 58,4 proc.  
uczniów czasami towarzyszy  
uczucie bezużyteczności**

Te refleksje idą w parze z deklaracją 46 proc. badanych, którzy częściej w dzieciństwie słyszeli komunikaty niszczące ich pewność siebie, a ponad połowa (54 proc.) wskazała, że były to opinie budujące pewność siebie. Aż 71 proc. respondentów badania przyznało, że gdyby bardziej wierzyli w siebie, to mogliby osiągnąć w życiu więcej.

Pewność siebie jest więc dla nas dużym problemem. A to właśnie ona jest podstawą dobrego samopoczucia i elementem

umożliwiającym sprawne działanie. Czy jesteśmy tego świadomi, czy też nie, poczucie własnej wartości leży u podstaw większości podejmowanych przez nas działań, decyzji i wyborów życiowych, w tym również zawodowych. Jest jednym z kluczowych czynników decydujących o jakości życia, poziomie aspiracji, sposobie komunikowania się z innymi (i ze sobą), nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi ludźmi oraz sytuowania wśród nich swojego miejsca i roli. Rozstrzyga poniekąd o tym, do jakiego szczęścia dajemy sobie prawo, o co zabiegamy, z jakimi wyzwaniem decydujemy się mierzyć i w jakie działania się angażujemy. Może przyczyniać się do prowadzenia satysfakcjonującego życia, któremu nadajemy kierunek, korzystamy z dostępnych nam zasobów, rozwijamy posiadany potencjał, wyznaczamy ambitne cele i z odwagą sięgamy po to, o czym marzymy. Nie obawiamy się też próbować nowych rzeczy, a porażki nie są dla nas końcem świata.

I odwrotnie – obniżona, nieadekwatna samoocena może sprawić, że stoimy w miejscu, skupiamy się głównie na zagrożeniach i nie wykorzystujemy życiowych szans. Nie traktując siebie jako kogoś, kto ma potencjał, wątpimy w skuteczność naszych działań i unikając domniemanych niepowodzeń, odpuszczamy sobie wszelkie wyzwania, zamiast działać. Rezygnujemy z wysiłków, porzeczajemy na życiowym minimum, poddając się biegowi zdarzeń.

W ten oto sposób wpadamy w pułapkę błędnego koła, potwierdzając i utrwalając negatywne przekonania o sobie samym. Krótko mówiąc, sposób w jaki o sobie myślimy, może dodawać nam skrzydeł, ale równie dobrze może nam je podcinać i sprawiać, że będziemy czuć się gorsi od innych.

#### **CZYM JEST POCZUCIE WARTOŚCI?**

Według Słownika Psychologii poczucie własnej wartości to postawa wobec siebie, własna opinia na swój temat lub ocena samego siebie (A.M. Colman, 2009). Można również powiedzieć, że poczucie własnej wartości jest konkretną odpowiedzią na pytanie: „Jak się czuję z tym, kim jestem i jaki jestem?”. Nierozzerwalnie łączy się ono z poczuciem szacunku wobec siebie samego oraz postrzeganiu siebie jako osoby godnej życiowego sukcesu i osobistego szczęścia.

Ta uogólniona postawa w stosunku do siebie znacząco wpływa na nasz nastrój oraz zachowanie. Wyraża się bowiem w uczuciach, jakie do siebie żyjemy i w sposobie, w jaki się traktujemy, manifestującym się zwykle zakresem zaspokojenia własnych potrzeb, poziomem asertywności w relacjach z innymi ludźmi, tendencjach

samorealizacyjnych, stosowanych sposobach autoprezentacji, a także reakcjach na niepowodzenia i stresy. Warto też dodać, że wg WHO adekwatne, zdrowe poczucie własnej wartości jest oznaką zdrowia psychicznego.

Z badań poświęconych opisywanemu tematowi wiemy, że nasze poczucie wartości kształtuje się już we wczesnym dzieciństwie i dojrzewa w okresie dorastania. Na jego prawidłowy rozwój wpływają: rodzina (sposób wychowania, postawy rodzicielskie, relacje w rodzinie) i środowisko, w którym wzrastaliśmy, porównania z innymi ludźmi (ja – inni) oraz bilans naszych dotychczasowych sukcesów i porażek.

**Nieadekwatna  
samoocena  
może sprawić, że stoimy  
w miejscu, skupiamy się  
głównie na zagrożeniach  
i nie wykorzystujemy  
życiowych szans. Nie traktując  
siebie jako kogoś, kto ma  
potencjał, wątpimy  
w skuteczność naszych  
działań i unikając  
domniemanych  
niepowodzeń, odpuszczamy  
sobie wszelkie wyzwania**

Wiemy również, że jest to proces, który trwa przez całe życie. I to dla nas bardzo dobra wiadomość. Ponieważ nawet jeśli aktualnie nie czujemy się ze sobą tak, jakbyśmy pragnęli i nasza samoocena jest mocno zaniżona, to otuchy może nam dodawać świadomość, że można nad nią pracować. Autodestrukcyjne mechanizmy i przekonania, które zaszczepiły się i ugruntowały w nas we wcześniejszych latach życia, a w naszej dorosłości działają już w dużej mierze nieświadomie i automatycznie, można (a nawet trzeba!) poprzez świadomą pracę własną zastąpić innymi – wspierającymi nas. Może to być proces niełatwy, ale wart podjęcia, bo niepielęgowane i porzucone poczucie własnej wartości może prowadzić do znacząco obniżonego samopoczucia, kompleksów, poczucia niższości, a nawet depresji. ▶

## NIGDY NIE JEST ZA PÓŹNO

W pracy nad poczuciem własnej wartości warto zwrócić uwagę na relacje między naszym wnętrzem a tym co na zewnątrz. Świat zewnętrzny jest bowiem nie tylko polem manifestowania się naszego wewnętrznego przekonania o sobie, ale też źródłem sygnałów i informacji, z których ten wewnętrzny obraz budujemy. Dlatego na warsztacie dużo miejsca poświęcamy temu, co wiemy o nas samych. Poprzez proponowane ćwiczenia i stawiane uczestnikom pytania zachęcamy ich do głębszego samopoznania, szukania odpowiedzi i niezrażania się, gdy te nie pojawiają się od razu. Wszystko w myśl zasady, że zdobywając wiedzę o sobie i swoich zasobach czujemy się pewniej i będziemy bardziej ufni wobec siebie. To z kolei nie tylko podniesie nasze poczucie wartości, ale także ułatwi radzenie sobie z ewentualnymi trudnościami.

Wiele uwagi poświęcamy również tematu akceptacji siebie, w tym własnych porażek i błędów, zgodzie na własną, jedyną i niepowtarzalną drogę przez życie i unikaniu perfekcjonizmu. Tendencja do wyznaczania sobie nierealistycznie wysokich standardów funkcjonowania, łącznie z niemożnością zaakceptowania błędów i niedoskonałości, tworzy bowiem bardzo nieadaptacyjny wzorzec myślenia. Dla naszej głowy zaś ciężar perfekcjonizmu jest ogromny i blokujący.

Na zajęciach rozmawiamy także o pułapkach porównywania się z innymi. O tym, kiedy staje się ono problemem, a kiedy może działać na naszą korzyść. Wydaje się to bardzo istotnym zagadnieniem zwłaszcza w dzisiejszych czasach, kiedy tak chętnie oddajemy kontrolę nad własnym życiem innym ludziom, choćby poprzez media społecznościowe i temu, co przychodzi do nas z zewnątrz. Zabiegając o to, by świat nas dostrzegł, tracimy radość z tego, co robimy i kim tak naprawdę jesteśmy. Pragnąc



atencji i aprobaty innych, nie ufamy docenianiu przez osobę najważniejszą – nas samych. Najbardziej narażeni na to zjawisko są młodzi ludzie, dla których media społecznościowe są już olbrzymią i nieodzowną częścią życia. Przetworzone przez filtry i „ulepszające” zdjęcia typu selfie, kultura diety, presja wyglądu, porównania z innymi itp., potrafią wpędzić w kompleksy i skutecznie doprowadzić do deficytów samooceny.

## *Czy jesteśmy tego świadomi czy też nie, poczucie własnej wartości leży u podstaw większości podejmowanych przez nas działań, decyzji i wyborów życiowych, w tym również zawodowych*

Gdy zdamy sobie sprawę, że inni ludzie mają wpływ na nasze poczucie wartości tylko wówczas, kiedy sami naszej wartości wcześniej nie zdefiniowaliśmy, otworzymy tym samym przed sobą nową perspektywę. Dokonanie rzetelnej oceny nas samych – ale nie takiej, która posiłkuje się zdaniem innych, tylko naszą rzeczywistą, wewnętrzną wartością – to zadanie stojące przed każdym za nas. Ta ocena musi być jednak realna. Uwzględniająca zarówno nasze zalety, jak i obszary słabsze, które niekiedy chcielibyśmy ujawniać światu.

„(...) Bo życie nie jest skomplikowane. Warto skupiać się na rzeczach małych, osiągalnych. Wielu ludzi oczekuje wielkich radości, fundamentalnych satysfakcji życiowych. „Dopiero wtedy będę szczęśliwy”. A o takie wydarzenia trudno. Ten maksymalizm oczekiwań to też wynik treningu z dzieciństwa. Wolno się cieszyć z szóstki z matematyki, ale z głupiej czwórki – nie ma powodu. Radość ma być głęboko uzasadniona, inaczej jest nieuprawniona. W dorosłym życiu powielamy ten schemat, bo uważamy, że jak się będziemy cieszyć z drobiazków, to niczego nie osiągniemy” – zauważa prof. Ewa Trzebińska.

Czym jeszcze zajmujemy się na naszym nowym warsztacie? Próbuje znaleźć odpowiedzi na takie pytania jak: Co w rzeczywistości oznacza słowo przeciętny i czy bycie przeciętnym to coś, czego trzeba się wstydzić? Jak zająć się swoimi uczuciami? Jak rozwijać miłość, czułość i szacunek do siebie? Jak rozpoznawać ograniczające nas przekonania? Na co mamy wpływ, a na co już nie? Czym są automatyzmy i błędy poznawcze i jak nie wpadać w ich pułapki? Na czym opiera się zdrowe myślenie? Jak pracować z własnymi myślami – zmieniać je i budować do nich dystans? W jaki sposób nie dać się zwyciężyć wewnętrznemu krytykowi? Jak stawiać sobie realistyczne cele, aby nie przynosiły nam jedynie frustracji?

Nigdy nie jest za późno na pracę nad poczuciem własnej wartości. Dbanie i rozwijanie tej sfery przekłada się nie tylko na korzyści w pracy zawodowej – to przede wszystkim fundament w budowie dobrej jakości życia.

Zajęcia są planowane jako cyklicznie i będą odbywać się raz na kwartał. ♦



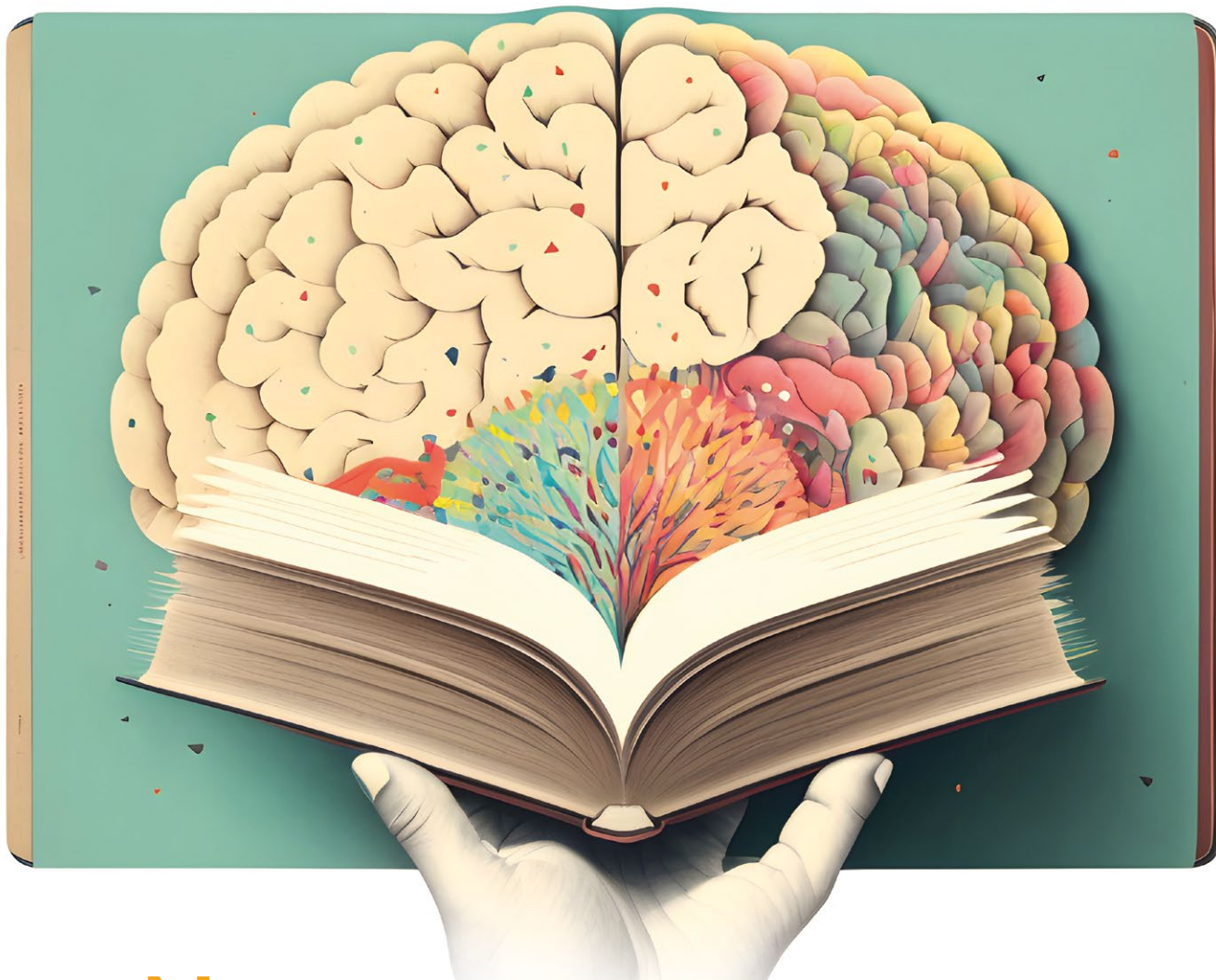
# Oszukać umysł

MARZENA MAŃTURZ



*Istnieją skuteczne metody i narzędzia zaczerpnięte z psychologii, ułatwiające osobom poszukującym pracy zmianę przekonań i zachowań utrudniających, a często uniemożliwiających znalezienie zatrudnienia*





**N**asz umysł to precyzyjna i sprawna maszyna. Jest nastawiona na to, aby umożliwić nam przetrwanie i usprawnić funkcjonowanie. W tym celu w naszym układzie nerwowym dochodzi do wielu skomplikowanych procesów służących automatyzacji naszych reakcji. Choć fizjologicznie automatyzacja zachowań pozwala oszczędzać czas i energię, to funkcjonalnie nie zawsze nam to służy. Ludziom nie chodzi bowiem tylko o to, aby przetrwać. Potrzebujemy również żyć szczęśliwie. Jednak na drodze do osiągnięcia dobrostanu napotykamy wiele przeszkód. Jedną z nich mogą być myśli, które sabotują nasze działania i dostarczają trudnych emocji.

#### UMYSŁ KSZTAŁTUJE RZECZYWISTOŚĆ

Każdy z nas myśli, nawet wtedy, gdy nie zdaje sobie z tego sprawy. Myślimy na każdy temat: o sobie, o świecie, o innych. Zawsze towarzyszy nam jakaś narracja. Może mieć formę dialogu wewnętrznego lub być zwerbalizowana. Gdy nasze myśli w dużym stopniu są interpretacjami rzeczywistości, a nie jej odzwierciedleniem, mamy do czynienia z przekonaniami. Przekonania to zdania twierdzące, wyrażające najgłębsze przeświadczenia i opinie, które uważa się za prawdziwe i które stanowią subiektywny punkt widzenia, np.: „powinienem wszystko robić perfekcyjnie” lub „tylko osoby szczupłe są lubiane”. Przekonania mogą nas wspierać, ale również mogą utrudniać nam życie poprzez negatywne

oddziaływanie na samopoczucie oraz działania. Interpretacje rodzą bowiem emocje przekładające się na oczekiwania, lęki, nadzieje, sympatie i antypatie. Jeśli np. osoba poszukująca zatrudnienia myśli o sobie: „w moim wieku nie znajdę pracy”, najczęściej niechętnie odpowiada na oferty, nie dąży do spotkań z pracodawcami,

---

***Psychologia stara się odpowiadać na potrzebę radzenia sobie z negatywnymi, utrudniającymi funkcjonowanie myślami i proponuje metody służące do pracy z nimi. Przodują w tym zakresie koncepcje poznawczo-behawioralne***

---

tym samym ograniczając swoje możliwości znalezienia zatrudnienia. Efektem takiego podejścia najczęściej jest niewielka liczba rozmów kwalifikacyjnych, na które jest zapraszana, co może potwierdzać towarzysząca jej myśl, np.: „w moim wieku nie znajdę pracy”.

Jak słusznie zauważył Epikret: „To nie rzeczy nas smuca, ale sposób w jaki je widzimy”. Dysfunkcyjne przekonania nie tylko utrudniają realizację celów, ale również wywołują złe samopoczucie. Myśląc negatywnie o sobie, innych lub świecie trudno czuć się dobrze, mieć energię do działania i motywację do mierzenia się z trudnościami.

**Jeśli np. osoba poszukująca zatrudnienia myśli o sobie: „w moim wieku nie znajdę pracy”, najczęściej niechętnie odpowiada na oferty, nie dąży do spotkań z pracodawcami, tym samym ograniczając swoje możliwości znalezienia zatrudnienia**

Z tego powodu psychologia stara się odpowiadać na potrzebę radzenia sobie z negatywnymi, utrudniającymi funkcjonowanie myślami i proponuje metody służące do pracy z nimi. Przodują w tym zakresie koncepcje poznawczo-behawioralne koncentrujące się na pracy nad modyfikowaniem sposobów myślenia lub takim widzeniem rzeczywistości, które pozwala człowiekowi działać konstruktywnie, pomimo jego indywidualnej interpretacji świata i wydarzeń.

### PSYCHOLOGIA W PORADNICTWIE

Metody stworzone na gruncie Terapii Akceptacji i Zaangażowania oraz Racjonalnej Terapii Zachowania znajdują także zastosowanie w poradnictwie zawodowym.

Pracując z osobami poszukującymi pracy lub planującymi zmiany w karierze, doradcy zawodowi również spotykają się z narracjami, utrudniającymi realizację celów. Możliwe są wtedy takie oddziaływania, które pozwolą klientowi na bardziej realne widzenie swojej sytuacji, pozbawione interpretacji hamującej konstruktywne działanie. W tym celu coraz częściej doradcy sięgają po metody z obszaru terapii poznawczo-behawioralnych, tzw. trzeciej fali.

Są to np. metody koncentrujące uwagę klienta na jego wartościach i pozwalające na budowanie wizji funkcjonowania przede wszystkim zgodnej z wartościami i pozwalającej realizować ją pomimo trudności, jakie realnie mogą się pojawiać. Z kolei metody zaczerpnięte z Racjonalnej Terapii Zachowania koncentrują się w większym stopniu na modyfikacji dysfunkcyjnych przekonań. Ich celem jest przywrócenie myślom racjonalności, ograniczając tym samym pole do subiektywnej interpretacji rzeczywistości.

Wyeliminowanie zniekształceń poznawczych jest swego rodzaju sposobem na podważenie myśli niesprzyjających dobremu funkcjonowaniu. Występowanie zniekształceń poznawczych dotyczy każdego z nas. Jednak niekiedy ich

pojawianie się jest tak częste i na tyle silne, że wpływa na pogorszenie naszego życia. Do najczęściej obserwowanych w praktyce doradczej należą:

- ▶ Czytanie w myślach – wyciąganie „z góry” wniosków na temat myśli, ocen lub intencji innych ludzi;
- ▶ Generalizacja – wyciąganie wniosków bez wystarczających dowodów lub na podstawie pojedynczej sytuacji. Często używane zwroty to „zawsze”, „wszystko”, „nigdy”;
- ▶ Katastrofizacja – pisanie najczarniejszego scenariusza do danej sytuacji, pomijając inne, bardziej prawdopodobne scenariusze;
- ▶ Przepowiadanie przyszłości – przewidywanie negatywnych rezultatów zdarzeń bez oparcia w faktach;
- ▶ Myślenie czarno-białe – dostrzeganie tylko dwóch skrajnych możliwości, nie biorąc pod uwagę rozwiązań pośrednich, tzw. myślenie w kategoriach „wszystko albo nic”.

Wyposażenie klienta w narzędzia ułatwiające zarówno codzienne funkcjonowanie, jak i realizację bardziej odległych planów pozwala na zwiększenie jego skuteczności. Tym samym podnosi samoocenę i motywuje do podejmowania konstruktywnych działań. Najpopularniejszą techniką służącą weryfikacji myśli pod kątem ich obiektywizmu i pozytywnego wpływu na nasze życie jest „5 pytań zdrowego myślenia”. Technika ta polega na przyglądaniu się dysfunkcyjnym myślom z pomocą następujących pytań:

- ▶ Czy ta myśl jest oparta na faktach?
- ▶ Czy ta myśl pomaga mi chronić moje życie i zdrowie?
- ▶ Czy ta myśl pomaga mi osiągać dalsze i bliższe cele?
- ▶ Czy ta myśl pomaga mi unikać konfliktów lub rozwiązywać je?
- ▶ Czy dzięki tej myśli czuję się tak, jak chcę się czuć?

**Wyposażenie klienta w narzędzia ułatwiające zarówno codzienne funkcjonowanie, jak i realizację bardziej odległych planów pozwala na zwiększenie jego skuteczności**

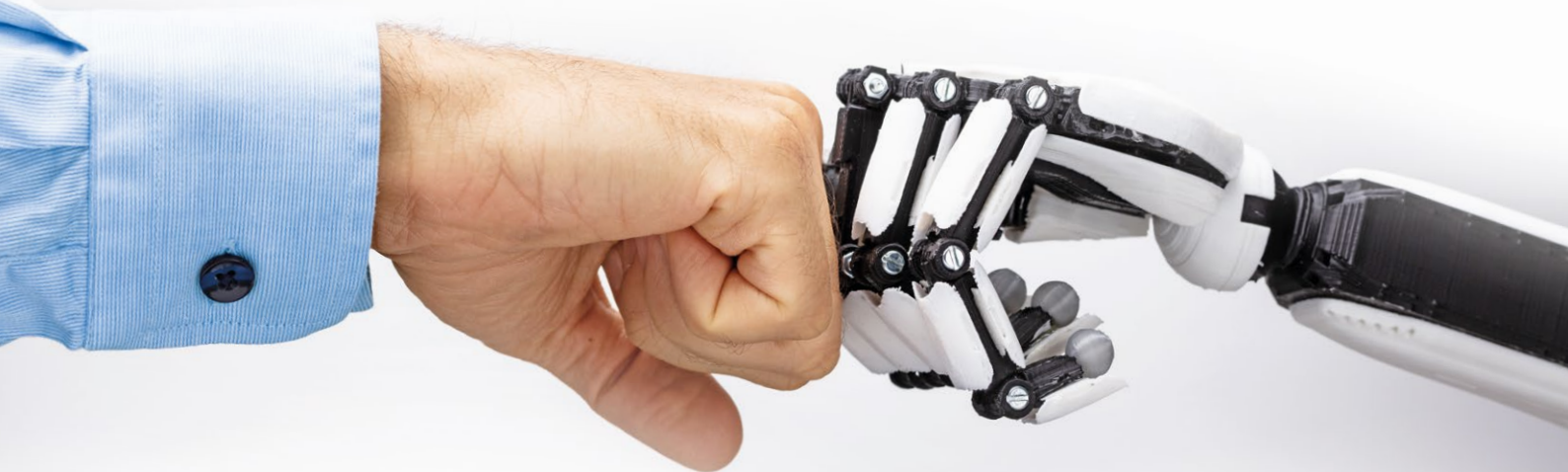
Myśli, które nie spełniają przynajmniej trzech z pięciu kryteriów zawartych w pytaniach, są najczęściej myślami dysfunkcyjnymi.

Klient mający do dyspozycji to proste narzędzie do weryfikacji myśli, łatwiej poddaje swoje przekonania krytycznej ocenie. Tym samym zwiększa swoje szanse na dostrzeżenie szerszej perspektywy, lepsze samopoczucie i rozpoczęcie działań. Podstawą wprowadzenia każdej zmiany jest bowiem działanie. To ono daje możliwość sprawdzenia w rzeczywistości posiadanych przez klienta zasobów, weryfikacji oczekiwań i pragnień. Nie ma bowiem innej drogi do zmiany swojej sytuacji, jak zmiana działania, co zauważył Albert Einstein: „Szaleństwem jest zachowywać się w ten sam sposób i oczekiwać innego rezultatu.” ♦

*Konferencja Smart Youth była odpowiedzią na kwestie związane z transformacją i kształtowaniem się nowych form edukacji z perspektywy postępujących zmian technologicznych*

# Kształcenie na miarę przyszłości

JANUSZ WOJCIESZEK-ŁYŚ



**W**ydarzenie poświęcone tematyce kształcenia przyszłości i wykorzystywania nowoczesnych rozwiązań technologicznych w procesie nauczania odbyło się 24 marca w radomskim Centrum Organizacji Pozarządowych. Jego celem było zaprezentowanie różnych perspektyw w odbiorze zmian, jakie związane są z edukacją przyszłości.

Konferencja była okazją do nawiązania współpracy pomiędzy instytucjami zainteresowanymi tematyką. Wśród uczestników znaleźli się m.in. przedstawiciele nauki, oświaty, organizacji pozarządowych i administracji publicznej, w tym pracownicy radomskiej filii Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie.

## ŚWIAT PODAŻA KU ZMIANOM

Jak wskazywano, inne będzie spojrzenie na kształcenie z punktu widzenia społecznego, a inne z perspektywy zachodzących zmian technologicznych. – To nie wiek odbiorców rozgranicza pokolenia, a technologia z jakiej korzystają – podkreślała CEO Fundacji Big Bang Agata Smolak, której podczas otwarcia towarzyszył na ekranie osobisty awatar.

Kultura pisma jaka towarzyszy ludzkości od wieków, jest obecnie zastępowana kulturą obrazu. Dlatego inny staje się język porozumiewania się między ludźmi. Zmienia się również sposób komunikacji międzyludzkiej oraz jej narzędzia.

Zmiany dotyczą także postrzegania roli nauczyciela. Wykorzystując nowe technologie nauczyciel musi przyjąć, iż coraz częściej nie będzie znał odpowiedzi na każde pytanie. Powinien raczej skupić się na tym, jak właściwie uruchomić proces poszukiwania rozwiązań i moderować go. Autorytet nie musi już wiedzieć wszystkiego. Z tym postrzeganiem trudno jest się pogodzić, trzymając się tradycyjnego modelu szkoły i edukacji.

## NOWE TECHNOLOGIE W PRAKTYCE

Wiele uwagi podczas konferencji poświęcono także wyzwaniom i możliwościom, jakie niesie wykorzystanie w edukacji sztucznej inteligencji (AI, z ang. artificial intelligence). Jak podkreślano podczas dyskusji panelowej, to także liczne zagrożenia i warto rozmawiać o tym, w jaki sposób im przeciwdziałać.

---

***Kultura pisma, jaka towarzyszy ludzkości od wieków, jest obecnie zastępowana kulturą obrazu. Dlatego inny staje się język porozumiewania między ludźmi. Zmienia się również sposób komunikacji międzyludzkiej oraz jej narzędzia***

---

Podczas konferencji młodzi uczestnicy z Polski, Czech i Litwy zaprezentowali wykorzystanie nowych technologii VR i 3D w praktyce. Zwrócono także uwagę, że dla młodzieży, wbrew stereotypowym opiniom, nadal najważniejsze są relacje międzyludzkie. ♦

# Jak zarządzać swoim czasem?

MAGDALENA MUĆKA

*Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej płockiej filii Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie zorganizowało dla studentów i absolwentów filii Politechniki Warszawskiej w Płocku zajęcia grupowego poradnictwa zawodowego „Zarządzanie sobą w czasie”*

Zarządzanie sobą w czasie to umiejętność, która jest dziś bezcenna. Planowanie zadań w pracy pozwala nam zwiększyć efektywność osobistą i dzięki temu poprawić wydajność wykonywanych czynności. To jak organizujemy sobie czas, definiuje nasze sukcesy osobiste i zawodowe.

Czas to zasób ograniczony – jest czymś ulotnym. Czego byśmy nie robili, upływa za-  
wsze. Czy zatem można nim zarządzać?

## PODSTAWĄ PLAN DZIAŁANIA

W zasadzie jedynym elementem czasu, którym możemy zarządzać, jest sposób jego wykorzystania. Zatem poprawniejsze będzie sformułowanie zarządzanie sobą w czasie, które zdefiniujemy jako zbiór technik pracy pozwalających na takie organizowanie własnej pracy i zadań innych osób, aby optymalnie wykorzystać dostępny czas.

Właściwe zarządzanie sobą w czasie jest nam potrzebne do realizacji celów w różnych obszarach i utrzymania równowagi między pracą a życiem osobistym. Zapobiega również sytuacjom stresogennym. Dzięki odpowiednim technikom pracy możemy wykonać większą liczbę zadań w krótszym czasie, w efekcie czego mamy więcej wolnego czasu. Kilka minut poświęconych na odpowiednie zaplanowanie zadań pozwala nam zaoszczędzić kilka godzin pracy. Każdy cel bez planu jest tylko życzeniem.

Aby być zadowolonym z realizacji zamierzeń, należy zaplanować działania – niezależnie, czy chodzi o osiągnięcie sukcesu zawodowego, czy spędzenie udanego urlopu.

Podstawą jest kalendarz, w którym umieścimy nie tylko zadania do wykonania, ale też terminy realizacji celów, a także niezbędne dane, np. telefony i ważne informacje. Nie mniej istotne w procesie planowania jest myślenie strategiczne uwzględniające czas na przerwę, regenerację i przyjemności.

W dzisiejszych czasach, przy obecnym tempie życia, jeśli nie zaplanujemy wszystkich tych czynności, ich realizacja może okazać się karkołomna.

## OKREŚLENIE PRIORYTETÓW

Istotnym elementem spotkania, które odbyło się w marcu, było zapoznanie studentów z narzędziami usprawniającymi zarządzanie sobą w czasie. Uczestnicy poznali rejestr czasu – narzędzie, które pozwala wychwycić czynności, na które przeznaczamy najwięcej czasu i wprowadzić pożądane zmiany. Odnieśli też pojęcie czasu do wyznawanych w życiu wartości. Nauczyli się rozróżniać kryterium ważności i pilności, aby skończyć z nawykiem wpisywania na listę zadań według kolejności zgłoszeń, a nie ich ważności.

Warto nauczyć się myślenia priorytetami. Jeśli inwestujemy czas w to, co jest dla nas ważne, wzrasta nasze poczucie szczęścia. Jeżeli nie mamy pełnej świadomości tego, co uważamy za istotne i do czego dążymy, łatwo dajemy się prowadzić sprawom pilnym. A te z reguły realizują cele innych ludzi.

Studenci nauczyli się, jak robić listy rzeczy do wykonania wraz z określaniem ich priorytetów. Poznali zasady tworzenia i używania macierzy Eisenhowera – narzędzia do zarządzania zadaniami, które umożliwia ich klasyfikację według stopnia pilności lub ważności i dzięki temu lepszą organizację pracy. Przedstawiono także Zasadę Pareto. Jej istotą jest znalezienie 20 proc. najważniejszych rzeczy, które przełożą się na 80 proc. efektu naszych działań. Te 20 procent decyduje o sukcesie lub porażce wykonywanych zadań. Dzięki temu robiąc mniej, skupiamy się na tym, co naprawdę daje efekt, oszczędzając przy tym czas, energię i często pieniądze.

Z kolei zasada 60/40 mówi o tym, aby planować jedynie 60 proc. swojego czasu, a pozostały czas przeznaczyć na działania spontaniczne, kreatywne i niespodziewane.

## POZNAJ SWÓJ RYTM

Słuchacze uzyskali praktyczne wskazówki, w jaki sposób walczyć z odwiekaniem. Zwrócono też uwagę na krzywą wydajności – najważniejszymi zadaniami należy zająć się wtedy, gdy dysponujemy największym poziomem energii. Podczas zwykłego dnia pracy wykonujemy wiele różnych czynności. Z reguły nie zastanawiamy się nad ich kolejnością. Niektórzy lubią zacząć dzień od wypicia kawy i przeglądania internetu. Inni wolą porozmawiać z kolegami z pracy. Często najtrudniejsze i najważniejsze zadania zostawiamy na koniec dnia i wtedy może brakować czasu oraz energii na ich wykonanie. Zaczynanie od ważniejszych zadań przekłada się na większą efektywność. Pamiętajmy przy tym o krzywej koncentracji uwagi i robić przerwę najpóźniej po 70-90 minutach pracy. Na zajęciach poruszono także „efekt piły” – gdy praca nad zadaniem jest nam przerywana np. przez telefony, współpracowników, media społecznościowe, wtedy nasza koncentracja spada i potrzebujemy co najmniej 10 minut, by powrócić do jej pierwotnego poziomu. Te zjawiska to tzw. złodzieje czasu. Powodują one, że nie wykorzystujemy go optymalnie. „Rozpraszacze” pochodzą z dwóch źródeł: z wewnątrz (np. odwiekanie, perfekcjonizm) i z zewnątrz (współpracownicy, telefony, zebrania).

W trakcie zajęć uczestnicy nabyli umiejętność prawidłowego określania celów i skutecznego planowania, uzyskali wiedzę i praktyczne wskazówki dotyczące zwiększenia efektywności i wydajności pracy, nauczyli się, jak oddzielać sprawy ważne, pilne od mniej ważnych. ♦

# Zmiany w zatrudnieniu cudzoziemców

PAWEŁ TROJANOWSKI

*Agresja Rosji na Ukrainę w 2022 roku doprowadziła do istotnych zmian, które mają wpływ na polski i lokalny rynek pracy. Odptyw migrantów ekonomicznych z Ukrainy rzutuje na sytuację zarówno po stronie podażowej, jak i popytowej w zakresie oferowania i poszukiwania pracy*



Zmiany w przepisach prawa dotyczącego zatrudnienia cudzoziemców, wynikające w dużej mierze z nowej sytuacji geopolitycznej sprawiają, że przedsiębiorcy nie zawsze wiedzą jak formalnie, legalnie i bezpiecznie zatrudniać obcokrajowców. Warto podkreślić, że w stosunku do obywateli różnych państw stosowane są różne regulacje. Dynamicznie zmieniająca się sytuacja na rynku pracy już w okresie przed pandemią wpływała na wysoki wzrost zainteresowania zatrudnianiem cudzoziemców w całym kraju, w tym w województwie mazowieckim oraz subregionie siedleckim. Z oczywistych powodów bliskiego sąsiedztwa i gorszej od polskiej sytuacji gospodarczej, takich krajów jak Białoruś i Ukraina – to właśnie one były źródłem pracowników (w tym przede wszystkim sezonowych) dla naszego regionu. Jednakże aktywność agencji zatrudnienia sprawiła, że na rynku pracy zaczęli pojawiać się cudzoziemcy również z bardziej odległych obszarów, w tym krajów azjatyckich, np. Nepalu i Filipin.

## INICJATYWA WIELU INSTYTUCJI

Aktualny stan prawny w Polsce dotyczący legalnego pobytu i zatrudnienia cudzoziemców został zaprezentowany na konferencji „Zatrudnienie cudzoziemców – programy, narzędzia i udogodnienia”, która odbyła się w 21 kwietnia w Siedlcach, w ramach XVII Siedleckich Targów Pracy.

Organizatorami konferencji były: Powiatowy Urząd Pracy w Siedlcach, siedlecka filia Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie oraz Caritas Diecezji Siedleckiej – Centrum Integracji Społecznej (CIS) w Siedlcach.

Wydarzenie zainicjowała Agata Ługowska, kierownik CIS. Organizacja ta realizuje projekt „Reintegracja społeczno-zawodowa cudzoziemców”, pod hasłem „Razem Możemy Więcej”, dofinansowany przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej ze środków Państwowego Funduszu Celowego, z rezerwy Funduszu Pracy. Organizatorzy podjęli decyzję, że właśnie pod tym wspólnym hasłem

odbędą się konferencja oraz targi pracy. Konferencja rozpoczęła XVII Siedleckie Targi Pracy, które odbyły się dzień później. Oba wydarzenia zostały wpisane w obchody Europejskiego Roku Umiejętności.

Celem konferencji było zapoznanie słuchaczy z aktualnym stanem prawnym w Polsce dotyczącym legalnego pobytu i zatrudnienia cudzoziemców oraz przekazanie uczestnikom informacji o zakresie zadań statutowych i usług świadczonych przez instytucje poszczególnych szczebli administracji państwowej, samorządowej, a także organizacji międzynarodowej jaką jest Wysoki Komisarz Narodów Zjednoczonych do spraw uchodźców.

---

***Dynamicznie zmieniająca się sytuacja na rynku pracy już w okresie przed pandemią wpływała na wysoki wzrost zainteresowania zatrudnianiem cudzoziemców w całym kraju, w tym w województwie mazowieckim oraz subregionie siedleckim***

---

Organizatorzy pragnęli także ułatwić przedsiębiorcom udzielenie odpowiedzi własnym pracownikom – cudzoziemcom, w kwestiach związanych z pobytem i pracą w Polsce. Istotne jest bowiem, by kierujący firmami wiedzieli, którą instytucję wskazać w odpowiednim obszarze merytorycznym.

Dodatkowym celem było zapoznanie z projektem realizowanym przez CIS – Caritas Diecezji Siedleckiej, stanowiącym dobrą praktykę podejmowanego działania, przyspieszającą adaptację z rynkiem pracy uchodźców z Ukrainy. Podczas konferencji Agata Ługowska opowiedziała o zakresie tematycznym, już zrealizowanych zadaniach, procesie rekrutacji oraz planach i oczekiwaniach na przyszłość, zwłaszcza w kontekście finansowym. Potwierdziła jednocześnie determinację, zaangażowanie i chęć podjęcia pracy przez ukraińskich uczestników projektu, by w ten sposób zachęcić uczestniczących w konferencji przedsiębiorców do rozważenia ich zatrudnienia.

### PREZENTACJE SPECJALISTÓW

Do współpracy merytorycznej zostały zaproszone: Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej, Mazowiecki Urząd Wojewódzki, Państwowa Inspekcja Pracy oraz Biuro Wysokiego Komisarza ds. Uchodźców (Office of the United Nations High Commissioner for Refugees).

Niespodzianką dla uczestników był wyjątkowy, spontaniczny występ artystyczny – idealnie komponujący się z hasłem „Razem możemy więcej.” Piękne, wzruszające utwory wykonały obywatelki Ukrainy, które są uczestniczkami zajęć w Centrum Integracji Społecznej w Siedlcach.

Konferencję w imieniu wszystkich organizatorów otworzyła i jednocześnie zainaugurowała XVII Siedleckie Targi Pracy Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Siedlcach Beata Demiańczuk. W imieniu Ministra Rodziny i Polityki Społecznej Marleny Małąg, w konferencji uczestniczyła Dyrektor Departamentu Rynku Pracy Ewa Flaszyńska. Przedstawiła zebrany krótki rys historyczny projektu „Reintegracja społeczno-zawodowa cudzoziemców”, który pierwotnie miał być skierowany do uchodźców z Afganistanu, a na skutek wydarzeń w Ukrainie – rozrósł się, zmienił formułę, a Ministerstwo w znaczący sposób zwiększyło alokację na jego realizację. Wiceprezydent Miasta Siedlce Robert Szczepanik przedstawił opis sytuacji zarówno w roku ubiegłym,

jak i obecnie w kontekście zrealizowanych przez miasto Siedlce zadań ukierunkowanych na pomoc uchodźcom w Ukrainy. Z kolei Sekretarz Powiatu Siedleckiego Andrzej Rymuza odniósł się do aktualnej sytuacji w powiecie. Z ramienia Biura Wysokiego Komisarza ds. Uchodźców o zakresie pomocy świadczonej przez tą międzynarodową organizację opowiedziała ekspert ds. ochrony prawnej uchodźców Vitalina Kyrylovska.

Dyrektor Wydziału Rynku Pracy Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie Agnieszka Drwal zapoznała uczestników z tematyką zezwoleń na pobyt i pracę w Polsce, zwłaszcza w obszarze regulacji prawnych. Szczegółowo zaprezentowała różnice pomiędzy rodzajami zezwoleń na pracę w Polsce, przedstawiła obowiązki pracodawców oraz omówiła przebieg procedur, rodzaje niezbędnej do złożenia dokumentacji i kanały komunikacji z urzędem. Zwróciła uwagę zwłaszcza na udogodnienia proceduralno-formalne, które są wynikiem rozwoju cyfrowego wymuszonego sytuacją pandemiczną i kryzysem wojennym.

Ponadprogramowo wystąpił na konferencji Prezes Mazowieckiego Regionalnego Funduszu Pożyczkowego Jakub Bilnik, który zaprezentował możliwości pozyskania kapitału na rozwój działalności gospodarczej prowadzonej na Mazowszu. W obecnej, niestabilnej sytuacji gospodarczej każda możliwość pozyskania, na dogodnych warunkach, kapitału na rozwój przedsiębiorstwa zdaje się być bardzo wartościowa.

W drugiej części konferencji kierownik Oddziału w Siedlcach Okręgowego Inspektoratu Pracy w Warszawie Państwowej Inspekcji Pracy Maciej Wolitek odniósł się do kwestii dotyczących legalnej pracy w Polsce, w tym w zakresie kontroli zatrudnienia cudzoziemców. Zwrócił uwagę zwłaszcza na nowe zasady, jakie w zakresie pobytu obywateli Ukrainy wprowadziła ustawa z dnia 12 marca 2022 r. o pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa. Przypomniał, że na mocy wprowadzonej nowelizacji dokonano ujednoczenia okresu, na jaki ulegają przedłużeniu poszczególne uprawnienia, a który kończy się 24 sierpnia 2023 roku.

Pracownicy Powiatowego Urzędu Pracy w Siedlcach odnieśli się do kwestii form wsparcia zatrudnienia cudzoziemców, o których opowiedziała Joanna Mazurek, zastępca kierownika Wydziału Rynku Pracy PUP w Siedlcach, a także o roli jaką pełni urząd pracy w zakresie legalizacji zatrudnienia cudzoziemców na szczeblu miasta i powiatu – co przedstawił pośrednik pracy Roman Żydek.

### PRZEDSTAWICIELE WUP NA KONFERENCJI

Kierownik Zespołu ds. Regionalnej Polityki Rynku Pracy i Europejskiego Funduszu Społecznego siedleckiej filii Wojewódzkiego Urzędu Pracy Paweł Trojanowski przedstawił informację o Krajowym Funduszu Szkoleniowym, czyli finansowym narzędziu wspierającym rozwój umiejętności i kompetencji pracowników, w tym cudzoziemców.

Dyrektor siedleckiej filii WUP Piotr Karaś podkreślił potrzebę aktualizowania własnej wiedzy na temat wprowadzanych zmian w obszarze zatrudnienia cudzoziemców, by w niestabilnej sytuacji nie doprowadzić do uchybień i błędów. Zwrócił uwagę, że tego typu spotkania pozwalają na wzajemne poznanie się oraz zrozumienie, że pomimo, iż wiele instytucji zajmuje się kwestiami zatrudnienia cudzoziemców – mają one inne obszary działania i inne zadania w tym zakresie.

Patronat medialny nad konferencją sprawowały: Tygodnik Siedlecki, Życie Siedleckie, Echo Katolickie, Radio ESKA, Katolickie Radio Podlasie, Regionalny Portal Informacyjny Podlasie24.pl i Telewizja Wschód. ♦

# Wielki powrót targów

*Po przerwie spowodowanej pandemią powróciły cykliczne wydarzenia organizowane przez instytucje związane z rynkiem pracy.*

*Targi pracy i edukacji mają na celu ułatwienie nawiązywania kontaktów pomiędzy bezrobotnymi a pracodawcami, wsparcie młodzieży w planowaniu dalszego kształcenia i rozwoju kariery zawodowej oraz przedstawienie perspektyw zatrudnienia na lokalnym rynku pracy.*

*To również miejsce aktywnych spotkań, promocji firm i okazja do zaprezentowania działalności instytucji publicznych*

## TARGI EDUKACYJNE NA MAZOWSZU



### TARGI EDUKACJI I PRACY W CIECHANOWIE

Tegoroczne wydarzenie odwiedziło około półtora tysiąca osób, w tym młodzież szkół podstawowych, ponadpodstawowych, osoby bezrobotne oraz poszukujące pracy. Swoją ofertę zaprezentowało ponad 80 wystawców. Wydarzenie odbyło się 20 kwietnia i zostało objęte honorowym patronatem Starosty Ciechanowskiego. Wśród wystawców znalazły się m.in. Powiatowe Urzędy Pracy z Płońska, Pułtuska i Żuromina, szkoły ponadpodstawowe, policealne i szkoły wyższe oraz przedsiębiorcy z regionu ciechanowskiego.

Pracodawcy obecni na targach mieli możliwość przedstawienia potencjalnym kandydatom swoich ofert pracy, zaprezentowania działalności i promocji firmy. Dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy wydarzenie było okazją do skorzystania z dostępnych ofert, jak również pozostawienia swojego CV pracodawcom w celu dalszej

rekrutacji. Biorący udział w targach wykorzystali okazję do bezpośrednich spotkań z przedstawicielami jednostek edukacyjnych, firm, instytucji, a także do rozmów o możliwości zatrudnienia oraz przekwalifikowania. Organizatorami Targów były: Powiatowy Urząd Pracy w Ciechanowie oraz Powiatowe Centrum Usług Wspólnych w Ciechanowie, współorganizatorami: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, Powiatowe Centrum Kultury i Sztuki w Ciechanowie oraz Mazowiecki Ośrodek Wsparcia Ekonomii Społecznej w subregionie ciechanowskim.

**Iwona Morawska, Izabela Malesa-Kuś,**  
filia WUP w Ciechanowie

### XI POWIATOWE FORUM EDUKACJI MŁODZIEŻY W MŁAWIE

W tegorocznej edycji, która odbyła się 23 marca, zorganizowanej przez Powiatowy Urząd Pracy w Mławie, ofertę edukacyjną dla przyszłych absolwentów przedstawiły wyższe uczelnie z: Gdańska, Warszawy, Olsztyna, Płocka i Ciechanowa, a także 7 szkół policealnych z regionu. – Po raz jedenasty przygotowaliśmy propozycję dla absolwentów szkół średnich z powiatu mławskiego, chcemy wskazać drogę i ułatwić wybór waszego kształcenia – zaznaczył Starosta Mławski Jerzy Rakowski.

Uczestnicy zapoznali się z szeroką ofertą edukacyjną 26 wystawców, wśród których znalazły się uczelnie kształcące na kierunkach technicznych, przyrodniczych, medycznych, ekonomicznych, a także szkoły policealne z regionu. Przy stoiskach eksperckich zgromadzona młodzież mogła skorzystać z konsultacji w zakresie edukacji, zatrudnienia, ubezpieczeń i podatków.



Swoje stoiska zaprezentowali również przedstawiciele służb mundurowych (policja, straż pożarna i wojsko). W punktach informacyjno-konsultacyjnych młodzi ludzie uzyskali porady oferowane przez Powiatowy Urząd Pracy, a także ciechanowską filię Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie. Doradcy PUP przeprowadzali testy sprawdzające i określające predyspozycje zawodowe uczniów. Przedstawili także możliwości znalezienia pracy w oparciu o analizę zawodów deficytowych, opracowaną na podstawie badania Barometr zawodów 2023 z obszaru powiatu mławskiego.

**Monika Majorowska,**  
PUP w Mławie

### OGÓLNOPOLSKIE TARGI SZKÓŁ WYŻSZYCH W RADOMIU



Ponad 20 wyższych uczelni z całej Polski wzięło udział w tegorocznej, osiemnastej edycji Ogólnopolskich Targów Szkół Wyższych w Radomiu. Wydarzenie odbyło się w drugiej połowie marca. Targi otworzyła Wiceprezydent Radomia Katarzyna Kalinowska. Ta coroczna impreza przeznaczona jest dla uczniów, nauczycieli i rodziców pragnących poznać ofertę edukacyjną szkół wyższych. Wśród wystawców znalazły się lokalne uczelnie: Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny, Europejska Uczelnia Społeczno-Techniczna, TEB Edukacja, Akademia Handlowa Nauk Stosowanych, Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego, Wyższa Inżynierska Szkoła Bezpieczeństwa i Organizacji Pracy. Ponadto swoją ofertę zaprezentowały szkoły wyższe z całej Polski, m.in. Politechnika Lubelska, Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Akademia Sztuki Wojennej w Warszawie, Uniwersytet Łódzki i Wrocławską Akademię Wojsk Lądowych.

W imprezie uczestniczyli przedstawiciele Wojewódzkiego i Powiatowego Urzędu Pracy, OHP i Policji. Odwiedzający mieli okazję wziąć udział w wykładach i spotkaniach zorganizowanych przez doradców zawodowych. Przy stoisku radomskiej filii WUP w Warszawie uczestnicy targów mogli poznać działalność urzędu, w tym zadania Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej oraz ofertę sieci EURES.

Organizatorem wydarzenia był Szkolny Ośrodek Kariery działający w Zespole Szkół Technicznych w Radomiu. Patronat nad wydarzeniem sprawowali m.in. Wojewoda Mazowiecki oraz Prezydent Miasta Radomia.

**Marta Kotlimowska,**  
filia WUP w Radomiu

### TARGI EDUKACYJNE W WĘGROWIE, ŁOSICACH, SOKOŁOWIE PODLASKIM I SIEDLCACH

Siedlecka filia WUP wzięła udział w Targach Edukacyjnych w Węgrowie, Łosicach, Sokołowie Podlaskim i Siedlcach, które odbyły się w pierwszym kwartale bieżącego roku. Główną ideą wydarzeń było zapoznanie odwiedzających z pełną informacją dotyczącą kierunków kształcenia oraz ofertą edukacyjną placówek oświatowych na rok szkolny i akademicki 2023/2024. Poza ofertą szkół i uczelni, młodzież planująca swoją drogę rozwoju mogła spotkać się z doradcami zawodowymi, przedstawicielami instytucji, pracodawcami, pedagogami i psychologami. Uczniowie mieli okazję porozmawiać z wystawcami oraz zorientować się w bieżącej sytuacji na rynku pracy.





Pracownicy WUP uczestniczyli w targach promując usługi świadczone przez Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, wspierając studentów wyższych uczelni i szkół ponadpodstawowych – w szczególności uczniów klas maturalnych – ciekawymi warsztatami z zakresu poznania siebie, określania predyspozycji zawodowych, a także przydatnymi informacjami dotyczącymi podejmowania świadomych decyzji edukacyjnych i zawodowych. Przy obsługiwanych stoiskach można było zapoznać się z wynikami najnowszego badania Barometr zawodów.

Targi edukacyjne były łącznikiem spotkań: uczniów, dyrektorów placówek oświatowych, przedstawicieli największych uczelni wyższych w Polsce, szkół ponadpodstawowych, policealnych, zawodowych i branżowych, instytucji wspierających edukację, przedstawicieli Związku Nauczycielstwa Polskiego, doradców zawodowych i pracodawców. Swoje stoiska informacyjne przygotowały m.in. służby mundurowe, powiatowe urzędy pracy, Centra Edukacji i Pracy Młodzieży, Ochotnicze Hufce Pracy i Cech Rzemiosł.

**Grażyna Paluszkiewicz,**  
filia WUP w Siedlcach



#### XVIII TARGI PRACY I EDUKACJI W ŻUROMINIE

W wydarzeniu, zorganizowanym 14 kwietnia przez Powiatowy Urząd Pracy i Starostwo Powiatowe w Żurominie, wzięło udział ponad 80 wystawców – pracodawców, placówek edukacyjnych i instytucji. Młodzież mogła poznać możliwości przyszłego rozwoju zawodowego, a osoby bezrobotne znaleźć interesujące oferty pracy.

– Żuromińskie Targi Pracy i Edukacji już na stałe wpisały się w kalendarz lokalnych wydarzeń. Ich 18. edycja świadczy o tym, że tego typu spotkania, pomimo coraz korzystniejszej sytuacji na rynku pracy, są potrzebne. Stanowią one swego rodzaju pomost ułatwiający komunikację oraz bezpośredni kontakt pomiędzy pracodawcami a osobami poszukującymi pracy – podkreśliła Wicedyrektor ds. Funduszy Europejskich i Rozwoju Zawodowego Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie Emilia Jędrej. Starosta Żuromiński Jerzy Rzymowski zwrócił uwagę na znaczenie wspólnych spotkań, które mogą zaowocować dialogiem oraz stanowić podstawę do współdziałania i wymiany doświadczeń. Doradcy zawodowi ciechanowskiej filii WUP w Warszawie udzielali porad na tematy dalszego kształcenia w systemach szkolnych i pozaszkolnych, odnalezienia się na rynku pracy, korzystania z pomocy doradcy zawodowego w urzędach pracy i możliwości zmiany kwalifikacji.

Formuła wydarzenia sprzyjała podejmowaniu interakcji, a także nawiązywaniu i tworzeniu cennych na rynku pracy sieci kontaktów. Podczas targów można było spotkać się nie tylko z przedstawicielami firm reprezentujących różne branże i specjalności, ale także ze służbami mundurowymi.

**Małgorzata Piechna,**  
filia WUP w Ciechanowie



### FORUM EDUKACYJNE SZKÓŁ MIASTA OSTROŁĘKI 2023

Rozwój zawodowy to ważny aspekt w życiu każdej osoby, a świadome wybory edukacyjne i zawodowe odgrywają kluczową rolę w osiągnięciu sukcesu w karierze. Przykładem inicjatywy, która umożliwia uczniom VIII klas szkół podstawowych zdobycie wiedzy na temat szkół ponadpodstawowych, kierunków kształcenia i zasad rekrutacji, było Forum Edukacyjne Szkół Miasta Ostrołęki 2023, które odbyło się 24 marca i zgromadziło licznych uczestników – młodzież szkolną, rodziców i nauczycieli. Głównym celem wydarzenia było przedstawienie szerokiej oferty edukacyjnej ostrołęckich szkół oraz promowanie świadomego wyboru kariery zawodowej.

Podczas Forum Edukacyjnego uczestnicy mieli okazję zapoznać się z ofertą ponad 10 szkół ponadpodstawowych z Ostrołęki. Dodatkowo, prezentowały się również jednostki i instytucje wojskowe, co dawało uczniom możliwość zaznajomienia się z alternatywnymi ścieżkami kariery zawodowej. Uczestnicy mogli skorzystać również z pomocy doradców zawodowych z Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej ostrołęckiej filii Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie. Warto podkreślić, że wybór szkoły ponadpodstawowej to jedno z ważniejszych wydarzeń w życiu każdego ucznia. Dlatego ważne jest, aby uczniowie dokonywali świadomych wyborów, które będą pozwalały im rozwijać swoje zainteresowania i zdolności. Choć ostateczna decyzja dotycząca wyboru szkoły ponadpodstawowej należy do ucznia i jego rodziców, doradca zawodowy może odegrać kluczową rolę w procesie wyboru. Pomaga on uczniom i ich rodzicom dokonać świadomej decyzji opartej na wiedzy i informacjach, dzięki czemu uczniowie mogą wybrać szkołę, która najlepiej odpowiada ich potrzebom i celom edukacyjnym. Wybór odpowiedniej ścieżki edukacji zgodnej z predyspozycjami, talentami i zainteresowaniami może być gwarancją spełnienia zawodowego w przyszłości.

**Dariusz Mrozek,**  
filia WUP w Ostrołęce

## TARGI PRACY

### PŁOCKIE TARGI KARIERY I AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ

Płockie Targi to inicjatywa, która umożliwia nawiązanie kontaktu pomiędzy bezrobotnymi a pracodawcami. To również promocja przedsiębiorczych firm, które chcą zaoferować nowe miejsca zatrudnienia. Dla młodzieży szkolnej wydarzenie było okazją do zapoznania się z ofertą uczelni wyższych i szkół policealnych.

Płocka filia Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie była jednym z organizatorów targów, które odbyły się 20 kwietnia. Do udziału w wydarzeniu zaproszono osoby zainteresowane zdobyciem ciekawych ofert pracy, praktyk, stażu, możliwości dalszego rozwoju oraz zweryfikowaniem swoich oczekiwań w bezpośrednim kontakcie z pracodawcami, a także partnerami lokalnego rynku pracy. Tegoroczna edycja skupiła około 80 wystawców: pracodawców, instytucje wspomagające rynek pracy, podmioty ekonomii społecznej, instytucje szkoleniowe, służby mundurowe i uczelnie wyższe. W trakcie targów pracownicy Wojewódzkiego Urzędu Pracy przedstawili uczestnikom informacje nt. rynku pracy, usług naszego urzędu i działalności sieci EURES. W programie wydarzenia, oprócz ofert pracy i rozwoju edukacyjno-zawodowego, odbyły się pokazy umiejętności w wykonaniu uczniów szkół ponadpodstawowych i uczelni wyższych.



Organizatorami przedsięwzięcia były: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie Filia w Płocku, Miejski Urząd Pracy oraz Powiatowy Urząd Pracy w Płocku. Patronaty nad wydarzeniem sprawowali: Minister Rodziny i Polityki Społecznej Marlena Maląg, Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik, Prezydent Miasta Płocka Andrzej Nowakowski i Starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz.

**Magdalena Mućka,**  
filia WUP w Płocku



### WARSZAWSKIE ZACHODNIE TARGI PRACY

Pracodawcy zaprezentowali kilkadziesiąt ofert pracy w kraju i za granicą. Targi odwiedziło ponad 180 osób. Wydarzenie zorganizowane przez Powiatowy Urząd Pracy w Ożarowie Mazowieckim odbyło się 16 maja. W otwarciu targów uczestniczyli: Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Ożarowie Anna Raszkievicz, Wicestarosta Powiatu Warszawskiego Zachodniego Wojciech Białas oraz Członek Zarządu Powiatu Warszawskiego Zachodniego Romuald Reszka. Wicestarosta Wojciech Białas wskazał, że pracodawcy coraz częściej borykają się z problemem znalezienia odpowiednio wykwalifikowanych pracowników, dlatego udział w targach pomaga nawiązać wiele pożytecznych relacji.

Wśród wystawców znalazły się zarówno lokalne firmy, jak i duże przedsiębiorstwa, m.in.: Lidl, Dino Polska, Areszt Śledczy w Warszawie-Stużewcu, Nice to fit you, PERI Polska, Seris Konsalnet Holding, Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji m.st. Warszawy, Era PV, Mobilis, Warszawskie Zakłady Mechaniczne "PZL-WZM" w Warszawie, Farmacol Logistyka oraz Fundacja Aktywni Dłużej, realizująca w 2023 roku zadanie publiczne Gminy Stare Babice z zakresu profilaktyki uzależnień wśród osób dorosłych.

Pracodawcy poszukiwali pracowników m.in. na stanowiskach: magazynier, tokarz narzędziowy, kierowca autobusu, pracownik ochrony, monter sieci kanalizacyjnych, pomoc kuchenna, pracownik linii produkcyjnej, instalator systemów fotowoltaicznych i pracownik biurowy. Dużym zainteresowaniem cieszyły się stoiska Izby Administracji Skarbowej oraz Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Inspektorzy tych instytucji udzielali bezpłatnych porad i konsultacji. Najwięcej zapytań dotyczyło ubezpieczenia społecznego, emerytur oraz podatków. Wśród zaproszonych gości obecni byli eksperci z Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie, Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Pruszkowie, Izby Administracji Skarbowej oraz Departamentu Służby Cywilnej Kancelarii Prezesa Rady Ministrów. W przedsięwzięciu wzięło udział około 180 osób poszukujących zatrudnienia. Z rozmów przeprowadzonych wśród wystawców wynika, że istnieje potrzeba organizowania tego typu przedsięwzięć na lokalnym rynku pracy, świadczy o tym m.in. duża liczba złożonych dokumentów aplikacyjnych.

**Paulina Rybak,**  
PUP w Ożarowie Mazowieckim

### X MŁAWSKIE TARGI PRACY

Kilkudziesięciu pracodawców oraz setki osób poszukujących zatrudnienia spotkało się 20 kwietnia na jubileuszowych, X Mławskich Targach Pracy. Tegoroczna edycja zgromadziła około 70 wystawców prezentujących swoje firmy oraz setki osób poszukujących zatrudnienia, na których czekało prawie 250 wolnych miejsc pracy w różnych branżach.

Wydarzenie organizowane przez Powiatowy Urząd Pracy w Mławie skierowane było nie tylko do mieszkańców, ale również do cudzoziemców przebywających na terenie powiatu. Starosta Mławski Jerzy Rakowski otwierając Targi zachęcał do efektywnego udziału w wydarzeniu: – Organizowanie tego typu spotkań jest bardzo ważne, za co serdecznie i gorąco dziękuję.

Wśród wystawców znalazły się największe oraz najbardziej znaczące zakłady pracy z regionu, instytucje rynku pracy i służby mundurowe. Poza poznaniem ofert pracy, w licznych punktach



informacyjno-konsultacyjnych można było uzyskać informacje dotyczące zatrudnienia, pozyskania środków unijnych na podjęcie działalności gospodarczej, a także ubezpieczeń, podatków i zdrowia. Podczas wstępnych rozmów kwalifikacyjnych pracodawcy odpowiadali na pytania zainteresowanych. Jak podkreślił przedstawiciel z firmy Autoservis: „Targi pracy to bardzo pożyteczna inicjatywa, dzięki której jest kontakt bezpośredni z osobami szukającymi pracy. To również możliwość wymiany informacji z innymi pracodawcami na temat rekrutacji i pozyskiwania przyszłych, potencjalnych pracowników.”

Organizatorami wydarzenia byli Starosta Mławski Jerzy Rakowski i Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Mławie Witold Żerański.

**Monika Majorowska,**  
PUP w Mławie

## XVII SIEDLECKIE TARGI PRACY



Tegoroczne targi, które odbyły się 22 kwietnia, były odpowiedzią m.in. na potrzeby rynku pracy związane z obecnością obywateli Ukrainy uciekających przed wojną, którzy trafili do Siedlec i okolicznych miejscowości. Organizatorami wydarzenia były: Powiatowy Urząd Pracy, siedlecka filia Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie oraz Caritas Diecezji Siedleckiej – Centrum Integracji Społecznej. Impreza w swoim założeniu miała charakter międzynarodowy, gdyż jednym z celów było umożliwienie lokalnym pracodawcom skierowanie ofert do kandydatów z Ukrainy przebywających tymczasowo w Polsce. Dzięki pomocy Biura Wysokiego Komisarza ds. Uchodźców (Office of the United Nations High Commissioner for Refugees) materiały informacyjne o targach zostały przygotowane w dwóch językach – po polsku i ukraińsku. Organizacja zapewniła również niezbędne wsparcie tłumaczy.

Oferta targów była bardzo różnicowana. Poszukiwano m.in.: pracowników fizycznych, pracowników sklepu i magazynierów, pomocy kuchennych, kelnerów, kierowców i dostawców dań, specjalistów ds. zakupów i opiekunów osób starszych. Podczas rozmów z pracodawcami, już tradycyjnie, wskazywali oni, że w przypadku zatrudnienia pracownika kluczowe jest dla nich zmotywowanie do pracy i chęć utrzymania ciągłości zatrudnienia przez danego kandydata. Bierna postawa i częsta rotacja stanowią swoistą zmurę dzisiejszych czasów.

Targi odbyły się pod hasłem „Razem możemy więcej” – w ramach realizacji projektu „Reintegracja społeczno-zawodowa cudzoziemców” dofinansowanego przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej ze środków Państwowego Funduszu Celowego z rezerwy Funduszu Pracy. W imprezie uczestniczyły 34 firmy i instytucje. Wspólna organizacja przedsięwzięcia przez Powiatowy Urząd Pracy i filię Wojewódzkiego Urzędu Pracy oraz Caritas pozwoliła połączyć siły i środki, by osiągnąć wspólny cel, jakim jest wsparcie osób poszukujących zatrudnienia i ułatwienie im znalezienia pracy.

**Paweł Trojanowski,**  
filia WUP w Siedlcach

# Potrzebujący potrzebującym

## ciepłe posiłki dla Ukrainy

HANNA MALISZEWSKA, MCPS

*Trzy miliony złotych przeznaczył Samorząd Województwa Mazowieckiego na ponad 120 tys. obiadów dla osób z Ukrainy, które znajdują się na terenie Mazowsza. Posiłki przygotowują podmioty ekonomii społecznej*

**W** wyniku wojny w Ukrainie na Mazowsze trafiło wiele kobiet z małymi dziećmi, osób niepełnosprawnych, starszych i ciężko chorych. To właśnie z myślą o nich Samorząd Województwa Mazowieckiego przeznaczył środki na ciepłe posiłki. Tym razem w akcję żywieniową zaangażowanych będzie 16 podmiotów ekonomii społecznej. Dzięki 3 mln zł z budżetu województwa uchodźcy z Ukrainy będą mogli skorzystać z ponad 120 tysięcy dwudaniowych obiadów.

W ubiegłym roku samorząd Mazowsza dwa razy organizował tego typu wsparcie. Przeznaczył wówczas w sumie ok. 3 mln złotych z budżetu województwa na sfinansowanie 182 tys. posiłków. Wszystkie przygotowywane były przez podmioty ekonomii społecznej z całego Mazowsza.

### ZOSTAJĄ NAJBARDZIEJ POTRZEBUJĄCY

Według danych Straży Granicznej od początku wojny odprawiono na granicy ponad 10,6 mln (stan na koniec marca 2023 roku) osób uciekających przed wojną z Ukrainy, a jednocześnie ponad 8,8 mln osób odprawiono w drugim kierunku. Szacuje się, że w wyniku trwającej agresji Rosji na Ukrainę w Polsce przebywa ponad 2 mln osób z Ukrainy, z czego ok. 20 proc. wszystkich uchodźców znajduje się na terenie województwa mazowieckiego.

– Wśród wielu działań na rzecz osób, które uciekły przed wojną, jest również dofinansowanie posiłków dla obywateli Ukrainy, którzy nadal takiego wsparcia potrzebują. Wielu z nich to osoby, które nie mają do czego wracać, są schorwane, starsze bądź samotnie wychowujące dzieci. Duża część pracuje w Polsce, ale nie wszyscy się odnaleźli. Stąd nasza decyzja o przeznaczeniu kolejnych 3 mln zł na ciepłe posiłki dla uchodźców z Ukrainy – mówił podczas podpisywania umów Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik.

Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej prowadzi wraz z dziewięcioma partnerami – samorządami lokalnymi – projekt „Mazowsze dla Ukrainy”, który dofinansowany jest ze środków unijnych (wartość projektu to 16,8 mln zł, z czego ok. 13,5 mln zł to dofinansowanie z UE). Jako partnerzy zgłosiły się te samorzady, na terenie których nadal jest dużo osób z Ukrainy wymagających wsparcia.

**Wśród wielu działań na rzecz osób, które uciekły przed wojną jest również dofinansowanie posiłków dla obywateli Ukrainy, którzy nadal takiej pomocy potrzebują. Wielu z nich to osoby, które nie mają do czego wracać, są schorwane, starsze bądź samotnie wychowujące dzieci**

– Cały czas trwają rekrutacje osób, które będą mogły skorzystać np. z tłumacza, nauki języka polskiego, doradztwa zawodowego, czy wsparcia psychologicznego. Miejsca, do których jeżdżymy, pokazują ogrom potrzeb. Osoby, które zostały, a które wymagają pomocy, to najczęściej osoby z niepełnosprawnościami albo matki z niepełnosprawnymi dziećmi, którymi muszą się cały czas zajmować, to też osoby starsze. Słowem takie, które nie mogą wrócić do domu, bo go już najczęściej nie ma, ale nie są też w stanie same poradzić sobie w nowym miejscu

– wyjaśnił Aleksander Kornatowski, dyrektor Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej.

### TYM RAZEM 16 ORGANIZACJI

Kolejna tura posiłków przygotowywana będzie przez 16 organizacji, które na co dzień prowadzą bary, restauracje lub zajmują się cateringiem.

– Znów łączymy dwie ważne, dobre inicjatywy. Z jednej strony wesprzemy osoby potrzebujące pochodzące z Ukrainy, które otrzymają ciepłe posiłki, a z drugiej strony podmioty ekonomii społecznej, czyli tych, którzy na co dzień działają na rzecz wykluczonych mieszkańców Mazowsza. Dzisiejsze podpisanie umów jest szczególnie ważne, bo pierwsze posiłki trafiły do potrzebujących m.in. w czasie Wielkanocy – i tej obchodzonej według kalendarza gregoriańskiego, i tej według kalendarza juliańskiego – zaznaczała Elżbieta Lanc z Zarządu Województwa Mazowieckiego.

### TAM, GDZIE TEGO NAJBARDZIEJ POTRZEBA

W Warszawie i okolicach zaangażowane w to przedsięwzięcie są: Spółdzielnia Socjalna „Kto rano wstaje”, Fundacja „Człowiek w potrzebie”, Stowarzyszenie „Otwarte Drzwi” z Warszawy oraz Powiatowe Centrum Integracji Społecznej z Legionowa, które przygotowują w sumie 38,8 tys. posiłków.

– W ramach zamówienia będziemy współpracować z Fundacją Palianytsia, która opiekuje się ponad 1000 uchodźców z Ukrainy zakwaterowanych w dwóch ośrodkach na terenie Warszawy. Bardzo się cieszymy, że będziemy mogli im pomóc, biorąc udział w akcji żywieniowej. Widzimy, jak bardzo jest to dla nich ważne, a nam pomaganie im daje ogromną satysfakcję – powiedział Wojciech Józwiak ze Spółdzielni Socjalnej „Kto rano wstaje”.

W Subregionie siedleckim będą to Centrum Integracji Społecznej oraz Zakład Aktywności Zawodowej (oba prowadzone przez



Fot. archiwum MCPS

Podpisanie umów w obecności władz Samorządu Województwa i dyrekcji MCPS

Caritas Diecezji Siedleckiej) i Spółdzielnia Socjalna „Czarny Bez” z Węgrowa. W tej części województwa zorganizowanych zostanie ponad 15,7 tys. posiłków.

– Po raz drugi bierzemy udział w tej wyjątkowej akcji. Rok temu, po wybuchu wojny w Ukrainie okazało się, że w stosunkowo małym mieście, jakim jest Węgrów, przebywa bardzo dużo Ukraińców. Zaangażowanie w pomoc było naturalnym odruchem. Dzięki wsparciu parafii luterańskiej będziemy wydawać ok. 60 posiłków dziennie dla najbardziej potrzebujących. Do września planujemy wydać ich ponad 3 tys. – mówiła Anna Gaik, prezes Spółdzielni Socjalnej „Czarny Bez”.

W subregionie radomskim posiłki przygotują jak ostatnio: Fundacja „Dobry Duszek”, Przedsiębiorstwo Społeczne „Gospoda Jaskółteczka” oraz Stowarzyszenie „Razem”. W ten sposób osoby z Ukrainy będą mogły liczyć na ponad 15,7 tys. posiłków.

– Nasze stowarzyszenie od początku wybuchu wojny jest zaangażowane w pomoc. Już po raz trzeci dostaliśmy fundusze, które są przeznaczone na wsparcie osób z Ukrainy. Ponieważ nowe osoby wciąż napływają, zainteresowanie posiłkami jest duże. Szacujemy, że dziennie będzie to od 80 do 100 posiłków, ale jesteśmy przygotowani na większą liczbę dań – dodała Dagmara Janas, prezes Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Razem”.

W subregionie ostrołęckim zaangażowane będą Spółdzielnia Socjalna „Na Wspólnej” w Ostrołęce oraz Spółdzielnia Socjalna „Integracja” w Adelinie (gm. Zabrodzie, pow. wyszkowski) – w sumie zaplanowano 14,9 tys. posiłków.

Osoby z Ukrainy w subregionach ciechanowskim i płockim będą mogły liczyć na wsparcie żywieniowe od Grupy AS Sp. z o.o. (obejmującej działaniem Mławę, Płock i Płońsk), Fundacji Mocni Mocą Nadziei (Gostynin, Płock, Sierpc), Rolniczego Zakładu Aktywności Zawodowej dla Niewidomych w Stanisławowie (gm. Drobin) oraz Spółdzielni Socjalnej „Centrum Usług Środowiskowych” z Drobiną. W sumie w tej części Mazowsza wydanych zostanie 40,7 tys. posiłków.

– Braliśmy udział we wcześniejszej akcji, dzięki której posiłki otrzymały osoby z terenu Mławy, Płocka i Płońska. Widzimy, że potrzeb żywieniowych jest bardzo dużo. Kolejne dofinansowanie pozwoli wesprzeć potrzebujące osoby, bo jest ich wbrew pozorom coraz więcej. Z tych posiłków korzystają zarówno uchodźcy, którzy przebywają w ośrodkach zbiorowego zakwaterowania, jak i przebywający w lokalach usługowych. Widzimy ogromną wdzięczność za naszą pomoc – wyjaśnił prezes Grupy AS Michał Jaros.

### PROFESJONALNI I ZAANGAŻOWANI

Wszystkie wymienione podmioty dysponują nie tylko odpowiednimi warunkami technicznymi do prowadzenia żywienia zbiorowego, ale również odpowiednimi zezwoleniami sanitarnymi, posiadają wieloletnie doświadczenie w przygotowywaniu i wydawaniu posiłków, prowadząc na co dzień bary i restauracje lub świadcząc usługi cateringowe.

To jednocześnie miejsca, w których zatrudnione są osoby wykluczone lub zagrożone wykluczeniem społecznym, coraz częściej również z Ukrainy. Stąd pomysł

na włączenie ich w większym stopniu w pomoc uchodźcom wojennym.

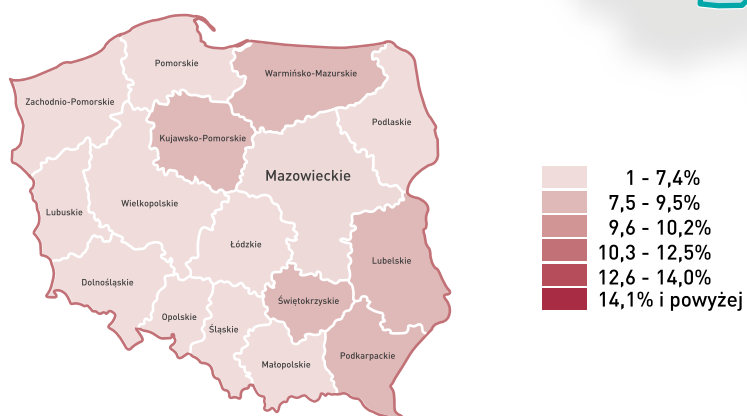
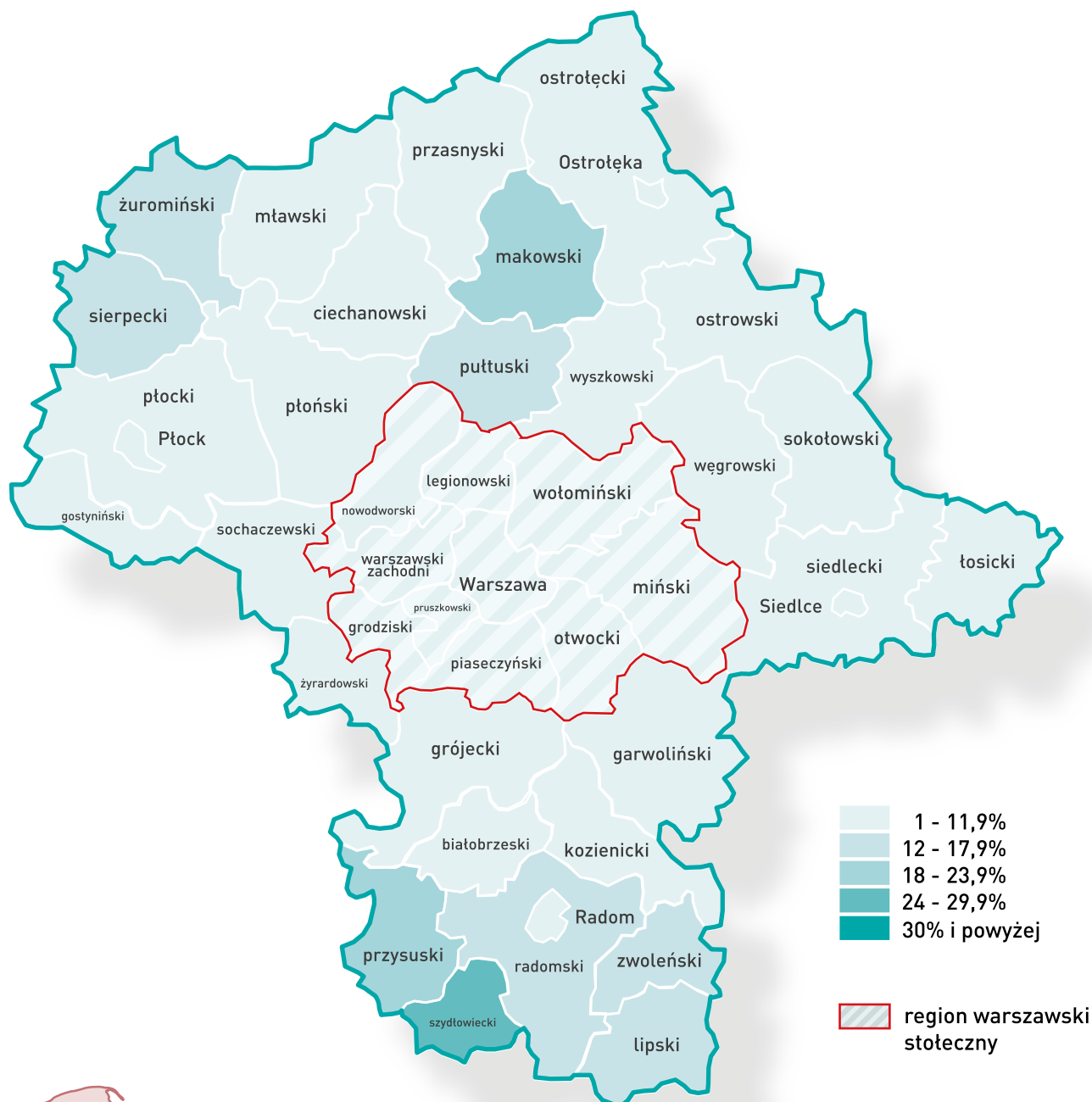
– Wiele organizacji z Mazowsza nadal angażuje się w pomoc osobom z Ukrainy. Poza prowadzonym przez nas projektem unijnym,

**W ubiegłym roku samorząd Mazowsza dwa razy organizował wsparcie dla obywateli Ukrainy. Przeznaczył wówczas w sumie ok. 3 mln zł z budżetu województwa na sfinansowanie 182 tys. posiłków**

który jest wsparciem dla samorządów lokalnych najbardziej zaangażowanych w pomoc, organizujemy również inną pomoc. Ta żywieniowa sprawdziła się w zeszłym roku. Potrzeby są nadal. Angażując do tego mazowieckie podmioty ekonomii społecznej, wspieramy reintegrację społeczną i zawodową osób będących w trudnych sytuacjach życiowych, również uchodźców – mówiła Elżbieta Bogucka, zastępca dyrektora MCPS ds. społecznych.

Przygotowane i wydane ok. 126 tys. dwudaniowych zestawów obiadowych zaplanowano do końca września 2023 roku. ♦

**STOPA BEZROBOCIA**  
STAN NA KONIEC KWIETNIA 2023



## ZAPRASZAMY DO KONTAKTU

### ▶ WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W WARSZAWIE

📍 ul. Młynarska 16, 01-205 Warszawa  
☎ 22 578 44 00  
✉ wup@wup.mazowsze.pl

📍 ul. Erazma Ciołka 10a, 01-402 Warszawa  
☎ 22 532 22 00

Tomasz Sieradz  
dyrektor WUP w Warszawie  
☎ 22 578 44 90

Artur Pozorek  
wicedyrektor ds. Usług Rynku Pracy  
☎ 22 578 44 97

Emilia Jędrej  
wicedyrektor ds. Funduszy Europejskich i Rozwoju Zawodowego  
☎ 22 578 44 95

### ▶ FILIE:

w Ciechanowie  
📍 ul. Wodna 1, 06-400 Ciechanów  
☎ 23 673 07 30, 23 673 07 31  
✉ ciechanow@wup.mazowsze.pl

w Ostrołęce  
📍 ul. Poznańska 17, 07-410 Ostrołęka  
☎ 29 649 93 10  
✉ ostroleka@wup.mazowsze.pl

w Płocku  
📍 ul. Kolegialna 19, 09-402 Płock  
☎ 24 264 03 75, 24 264 03 76  
✉ plock@wup.mazowsze.pl

w Radomiu  
📍 ul. Mokra 2, 26-600 Radom  
☎ 48 368 97 00  
✉ radom@wup.mazowsze.pl

w Siedlcach  
📍 ul. Pułaskiego 19/21, 08-110 Siedlce  
☎ 25 632 73 21  
✉ siedlce@wup.mazowsze.pl

