

3/2025

BIULETYN
WOJEWÓDZKIEGO
URZĘDU PRACY
W WARSZAWIE

MAZOWIECKI RYNEK PRACY

NUMER 115 ROK XXV ISSN 2082-856X



WYPALENIE ZAWODOWE

ukryty problem
naszych czasów

s.4



W NUMERZE:

Wypalenie zawodowe – ukryty problem naszych czasów	4
Odzyskaj energię, pokonaj wypalenie! Centrum Poradnictwa Zawodowego zaprasza na webinary i warsztaty	7
Zwolnienia, bezrobocie i sztuczna inteligencja, fakty kontra obawy	8
Rejestr agencji zatrudnienia w nowej odsłonie – najważniejsze zmiany w przepisach	10
What's the reward from REWARD? Jaka jest nagroda z NAGRODY?	11
Pierwsze spotkania ze światem pracy, czyli doradztwo zawodowe w ... przedszkolu	12
Studia czy praca? Jedna decyzja, wiele możliwości	14
Doradztwo zawodowe w plenerze. Filia WUP w Płocku w sercu letnich wydarzeń regionu	16
20 lat w służbie innym! Dwie dekady Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Razem”	18
Siedlecka filia WUP partnerem organizacyjnym konferencji „MANAGEMENT 2025”	20
„Kolory Funduszy Europejskich” Konkurs plastyczny!	21



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY
w WARSZAWIE



Wydawca: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, ul. Chłodna 52, 00-872 Warszawa, tel. 22 578 44 00, wup@wup.mazowsze.pl
Redaguje zespół w składzie:
redaktor naczelna Katarzyna Nawakowska; Grzegorz Kowalczyk
grafik Małgorzata Brecht
stali współpracownicy: pracownicy WUP
w Warszawie i filii w Ciechanowie, Ostrołęce, Płocku, Radomiu
i Siedlcach oraz pracownicy Publicznych Służb Zatrudnienia
Adres redakcji: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie,
Chłodna 52, 00-872 Warszawa, tel. 22 578 44 00

Zdjęcia: Adobe Stock; archiwum WUP w Warszawie;
Druk: Pro-Print Usługi Poligraficzne,
Daleka, nr 9 96-321 Grzegorzewice
Wydawnictwo bezpłatne. Nakład: 1000 egz.
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.
Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie jest jednostką
organizacyjną Samorządu Województwa Mazowieckiego.



Tomasz Sieradz

DYREKTOR
WOJEWÓDZKIEGO URZĘDU PRACY
W WARSZAWIE

Szanowni Państwo,

zapraszam do lektury trzeciego w tym roku numeru biuletynu „Mazowiecki Rynek Pracy”. Każde wydanie staramy się poświęcać zagadnieniom, które mają bezpośredni wpływ na funkcjonowanie rynku pracy w naszym regionie – zarówno z perspektywy instytucji i przedsiębiorców, jak i samych pracowników oraz osób dopiero wchodzących w życie zawodowe.

W tym numerze podejmujemy ważny temat, jakim jest wypalenie zawodowe. To zjawisko, dawniej kojarzone głównie z zawodami pomocowymi, coraz częściej dotyka osoby, które pracują w różnych branżach i są na różnych etapach kariery. Warto znać przyczyny i symptomy wypalenia, ale też wiedzieć, jak sobie z nim radzić i jak znaleźć równowagę między życiem zawodowym a prywatnym. O tym opowiada Magdalena Mrozek z Centrum Poradnictwa Zawodowego.

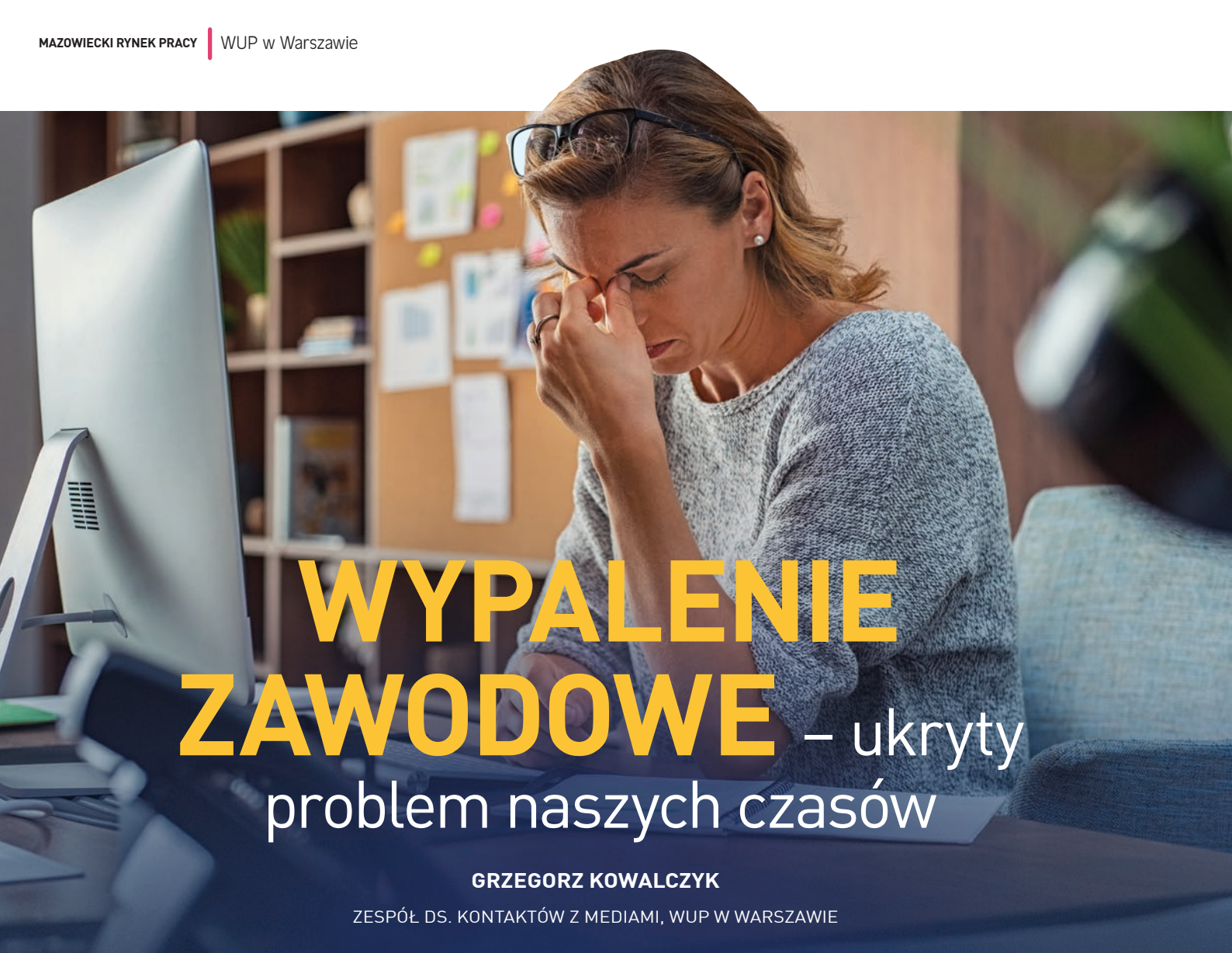
W tym numerze opisujemy także zmiany dotyczące agencji zatrudnienia. Wynikają one z wejścia w życie nowej ustawy o rynku pracy i służbach zatrudnienia. Przepisy, które obowiązują od czerwca 2025 roku, wprowadzają m.in. nowe zasady rejestracji agencji zatrudnienia, opłaty za wpis, a także regulacje dotyczące świadczenia usług na rzecz cudzoziemców.

Jednym z tematów, który poruszamy w tym numerze biuletynu, jest też dylemat młodych ludzi – studia czy praca. To konieczność wyboru, przed którym staje wielu absolwentów szkół średnich. W artykule analizujemy zalety obu dróg – kontynuacji nauki na uczelni wyższej oraz szybszego wejścia na rynek pracy. Pokazujemy, jak różne mogą być konsekwencje tej decyzji i jak istotne jest, by była ona świadoma, zgodna z indywidualnymi możliwościami i celami.

Mam nadzieję, że lektura tego numeru okaże się dla Państwa nie tylko źródłem rzetelnej wiedzy, ale także inspiracją do refleksji i rozmów o mazowieckim rynku pracy.

Tomasz Sieradz





WYPALENIE ZAWODOWE – ukryty problem naszych czasów

GRZEGORZ KOWALCZYK

ZESPÓŁ DS. KONTAKTÓW Z MEDIAMI, WUP W WARSZAWIE

W świecie, w którym wszystko dzieje się w zawrotnym tempie, a presja na ciągły rozwój i dostosowywanie się do zmian jest ogromna, coraz więcej osób czuje się przytłoczonych i potrzebuje zmiany. Wypalenie zawodowe to problem, który może dotknąć każdego. Jakie sygnały mogą wzbudzić nasz niepokój? Czy zmiana pracy to zawsze jedyne rozwiązanie? Na te i wiele innych pytań odpowiada Magdalena Mrozek, doradczyni zawodowa z Centrum Poradnictwa Zawodowego w WUP w Warszawie.

GRZEGORZ KOWALCZYK: Co sprawia, że temat wypalenia zawodowego jest dziś tak aktualny?

MAGDALENA MROZEK: Czasy się zmieniały. Technologie przyspieszyły tempo życia zarówno prywatnego, jak i zawodowego. Z jednej strony mamy wiele udogodnień, z drugiej jednak wzrosła liczba wymagań i wyzwań. Oczekuje się od nas szybszej realizacji zadań, a towarzyszy temu większa presja. Konieczne jest ciągłe przyswajanie nowych umiejętności i zdobywanie wiedzy. Ludzie muszą być niemal cały czas zmobilizowani, by utrzymać się na rynku pracy.

Czym właściwie jest wypalenie zawodowe?

To zjawisko, które może wymagać pomocy specjalisty. Wiąże się z dużym obciążeniem organizmu spowodowanym chronicznym

stresem. W 2019 r. wypalenie zostało wpisane do Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych jako syndrom, który może negatywnie oddziaływać na zdrowie pracowników. W sytuacji, gdy w wyniku dużych obciążeń zawodowych pojawiają się problemy ze zdrowiem fizycznym lub psychicznym, można otrzymać zwolnienie lekarskie.

Jakie sygnały mogą wskazywać, że to już wypalenie, a nie np. chwilowe zmęczenie czy brak motywacji?

Tych sygnałów może być wiele. Najważniejsze jest to, aby je zauważać. Wypalenie nie następuje nagle, to proces, w którym objawy początkowo są subtelne, a dopiero z czasem stają się coraz bardziej poważne. Te, które wskazują na wypalenie, to m.in. problemy

ze snem, częste infekcje świadczące o obniżonej odporności, problemy kardiologiczne, ale też psychiczne, takie jak brak koncentracji, obniżony nastrój czy rozdrażnienie.

Pojawia się także niechęć do chodzenia do pracy?

Oczywiście. Urlop nie wystarcza – objawy szybko powracają. Brakuje radości z wykonywanych zadań. Pojawia się przygnębienie, brak nadziei na poprawę i poczucie, że praca jest ogromnym ciężarem. Ludzie na wiele różnych sposobów wycofują się z pracy, unikają jej albo odkładają ją na później. Bywa, że popadają w nałogi.

Które zawody albo branże są najbardziej narażone na wypalenie zawodowe?

Kiedyś mówiło się, że to zawody związane z pomaganiem, np. strażak, lekarz, pielęgniarka czy nauczyciel. Obecnie życie jest tak wymagające w różnych sferach, że wypalenie dotyka także wiele innych osób. Charakter wykonywanych zadań nie jest już jedynym czynnikiem, to również presja czasu, pośpiech, brak porozumienia i wsparcia w zespołach, niesprawiedliwe traktowanie czy brak jasno określonych oczekiwań.

Wypalenie zawodowe często pojawia się u osób, które od lat pracują w tym samym zawodzie, tej samej firmie czy na jednym stanowisku. Ale czy faktycznie dotyka ono wyłącznie tych z dłuższym stażem? Spotkałaś się z wypaleniem zawodowym u młodych osób, np. dopiero po studiach albo na początku kariery?

Świat daje teraz wiele możliwości, a nasze biologiczne zasoby są ograniczone. Niestety, młodych ludzi również to dotyczy. Bywa, że wycofują się z pracy z powodu przeforsowania fizycznego i psychicznego. Znam przypadek 27-latkę, który pracował bardzo intensywnie. Postanowił więc zrobić sobie roczną przerwę – w tym czasie podróżował.

Czym zajmował się w swojej pracy?

Nie mogę zdradzić szczegółów. Powiem tylko, że miał wykształcenie prawnicze i już w czasie studiów pracował w dużych korporacjach.

Jaką drogę pokonuje ktoś, kto dostrzega u siebie symptomy wypalenia i trafia do doradcy zawodowego?

Drogi są różne. Jeżeli ktoś odczuwa dyskomfort, szuka wsparcia. Jeśli identyfikuje problem z życiem zawodowym, szuka pomocy pod hasłami takimi jak: poradnictwo zawodowe czy coaching kariery. My, jako Wojewódzki Urząd Pracy, jesteśmy w internecie i najczęściej ludzie trafiają do nas przez wyszukiwarkę. Zdarza się także, że ktoś korzysta z pomocy psychologa, który sugeruje kontakt z doradcą zawodowym, jeśli to praca jest jednym z obszarów życiowego dyskomfortu.

Przychodzi taki człowiek do was i co dalej? Jak wygląda wasza praca?

Ogólnie mogłabym powiedzieć, że przychodzą do nas osoby w trakcie zmiany zawodowej. Np. pracują, ale chcą zmienić pracę albo straciły pracę i muszą przeformułować swoje dotychczasowe cele, albo zastanawiają się nad tym, jak ma wyglądać ich dalsza droga zawodowa. Jedną z sytuacji, w jakich szuka się wsparcia u doradcy zawodowego, jest właśnie wypalenie. Na początku rozmawiamy, by zrozumieć, co taką osobę do nas sprowadziło, ustalamy, w czym możemy pomóc w ramach naszych kompetencji, a w czym nie. Bywa, że stan danej osoby jest na tyle poważny, że sugerujemy kontakt z lekarzem albo ośrodkiem interwencji kryzysowej, gdzie można uzyskać wsparcie psychologiczne za darmo.

Jakie metody i narzędzia oferuje doradca zawodowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie?

Poradnictwo zawodowe to szeroka dziedzina, która dysponuje różnymi narzędziami wspierającymi wybór ścieżki zawodowej. Pomagamy osobie, która się do nas zgłasza w przejściu przez proces podejmowania decyzji, w pogłębieniu i uporządkowaniu wiedzy o posiadanych kompetencjach i mocnych stronach.

Musimy być na bieżąco z tym, co dzieje się w gospodarce i na rynku pracy, wiedzieć, jakie są oczekiwania pracodawców i jakie oferty są dostępne. Informujemy, gdzie można taką wiedzę zdobyć (np. podczas organizowanych przez nas wydarzeń, targów pracy, prezentacji i warsztatów). Organizujemy też burzę mózgów i zachęcamy do wymyślenia jak największej liczby rozwiązań, również z udziałem znajomych i bliskich. Jest to potrzebne do tego, aby w danej chwili wybrać najlepszą opcję.

Profilaktyka wypalenia wiąże się z równowagą między życiem prywatnym i zawodowym oraz kompleksowym dbaniem o siebie, o swoje ciało, emocje, myśli. Jesteśmy jak naczynia połączone. Nasze zdrowie fizyczne wpływa na komfort psychiczny i odwrotnie.

Czasami rozwiązanie najbardziej upragnione jest jednocześnie najmniej prawdopodobne, np. gdy wymaga pięciu lat nauki, a ktoś tego czasu po prostu nie ma. Rozmawiamy na ten temat i często osoba sama dochodzi do wniosku, że w wieku pięćdziesięciu lat raczej nie zostanie lekarzem. Chociaż kiedyś trafił do nas pan, który jako czterdziestolatek rozpoczął studia medyczne i je ukończył! W tych kwestiach ostatecznym ekspertem jest sama osoba, której ta decyzja dotyczy...

Przejdźmy do sposobów radzenia sobie z wypaleniem zawodowym. Czy zmiana stanowiska lub miejsca pracy to najczęściej wybierane rozwiązanie?

Zmiana pracy nie zawsze jest najlepszym rozwiązaniem. Styszymy o ludziach, którzy zmieniają pracę co 2–3 lata, a czasem częściej. Rozmawiałam z osobą, która przez kilkanaście lat regularnie zmieniała miejsce zatrudnienia – zwykle przez pierwszy rok wszystko było w porządku, ale później pojawiały się niezadowolenie i frustracja. W końcu doszła do wniosku, że w każdym miejscu wygląda to podobnie. Problem był bardziej złożony, związany nie tylko z zaniechaniem leżącymi po stronie pracodawców. Tę osobę cechował skrajny perfekcjonizm. Postrzegała świat idealistycznie, bardzo wysoko stawiała poprzeczkę sobie i swoim współpracownikom. Próbowала pracy w różnych instytucjach, aż uświadomiła sobie, że nigdzie nie będzie tak idealnie, jak oczekuje. W efekcie przestała zmieniać pracę. Znalazła się w bardzo dobrym zespole, a pracodawca zaoferował jej konsultacje z psychologiem. Taki happy end.

Co poradziłabyś osobom, które podejrzewają u siebie wypalenie, ale mają jednak nadzieję na zmianę?

Zachęcam do refleksji nad swoją sytuacją. Przed podjęciem decyzji o szybkim odejściu z pracy, warto spróbować wprowadzić zmiany w obecnym środowisku – porozmawiać z pracodawcą, zmienić

zakres zadań czy zmniejszyć obciążenia. Kluczowe jest też po prostu znalezienie czasu na relaks i regenerację. Warto skorzystać ze wsparcia ekspertów, psychologów, ale też nas – doradców zawodowych.

Poradnictwo zawodowe to taka forma pomocy, która daje przestrzeń do przeanalizowania swoich doświadczeń, historii edukacji i pracy oraz rozważenia różnych możliwości na przyszłość. Nie warto czekać na kryzys – już przy pierwszych sygnałach dyskomfortu dobrze jest się zatrzymać i przyjrzeć swojej sytuacji, zanim konieczne stanie się leczenie czy zwolnienie lekarskie. Psycholodzy podkreślają wagę uważności i refleksji. Nawet bez psychoterapeuty możemy wiele sobie uświadomić, jeśli np. będziemy pytać siebie o źródła silnie przeżywanych emocji, o to, co nas w różnych sytuacjach życiowych porusza, irytuje, zasmuca. Możemy dostrzec potrzebę zmiany w nas samych, na przykład w sposobach myślenia i działania, które nam nie służą.

Przejdźmy do profilaktyki. Jak ważny w zapobieganiu wypaleniu jest balans między życiem zawodowym a prywatnym?

Profilaktyka wypalenia wiąże się z równowagą między życiem prywatnym i zawodowym oraz kompleksowym dbaniem o siebie, o swoje ciało, emocje, myśli. Jesteśmy jak naczynia połączone. Nasze zdrowie fizyczne wpływa na komfort psychiczny i odwrotnie. Bardzo ważne są zatem takie kwestie jak sen, odpowiednia dieta, ruch. Jako profilaktykę wypalenia warto stosować różnego typu techniki relaksacyjne. Gdy odczuwamy stres, nie wystarczy powiedzieć sobie: „Uspokój się!”. Możemy pomóc ciału rozluźnić się, np. wychodząc na krótki spacer czy stosując ćwiczenia oddechowe.

Rozmawiałam z osobą, która pracowała w toksycznym środowisku i jednocześnie szukała nowej pracy. Na pytanie, jak sobie radzi, odpowiedziała, że od pół roku codziennie medytuje. Wstała pół godziny wcześniej, ćwiczyła i medytowała – bez tego nie dałaby rady funkcjonować. Ktoś inny zapytany, jak radzi sobie w pracy, odpowiedział: „Wiem co mam robić w chwilach dużego napięcia – stosuję m.in. kwadratowy oddech”.

Co to jest kwadratowy oddech?

To technika uważnego i głębokiego oddychania. W sytuacjach stresowych oddech zwykle staje się szybki i płytki, co ogranicza dopływ tlenu do mózgu i pozostałych narządów. Wtedy trzeba zwolnić i wykonać kilka cykli tak, jak byśmy szli po kolejnych bokach kwadratu: pierwszy bok – wdech, drugi – zatrzymanie, trzeci – wydech, czwarty – zatrzymanie itd. Dzięki temu oczyszczamy płuca, wdychamy więcej powietrza, dostarczamy sobie więcej tlenu, mózg pracuje sprawniej, myśli stają się jaśniejsze, a emocje bardziej zrównoważone. Jesteśmy spokojniejsi, rozluźnieni i łatwiej utrzymujemy równowagę emocjonalną. Dlatego tak ważne jest, żeby wiedzieć, jak wspierać siebie i tym samym, jak chronić się przed kryzysem.

Myślę, że gdyby człowiek otaczał sam siebie opieką oraz był nią otaczany przez innych w różnych sferach życia, do wypalenia dochodziłoby znacznie rzadziej. Tu warto też wspomnieć o umiejętnościach społecznych, jakże ważnych w profilaktyce kryzysów, o otwartości na siebie nawzajem zarówno w pracy, jak i w domu.

W jaki sposób można się skontaktować z doradcami zawodowymi WUP?

Przez stronę internetową, gdzie opisane są formy wsparcia indywidualnego i grupowego oraz harmonogram warsztatów i webinarów. Znajdują się tam tabele z datami spotkań. Informacje trafiają także do powiatowych urzędów pracy – wielu naszych klientów dociera do nas właśnie stamtąd. Można nas znaleźć również na Facebooku.

Dziękuję za rozmowę. ♦



Odzyskaj energię, pokonaj wypalenie!

Centrum Poradnictwa Zawodowego zaprasza na webinary i warsztaty

DOROTA KOSMOWSKA

CENTRUM PORADNICTWA ZAWODOWEGO, WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W WARSZAWIE

WEBINARY

Webinary, czyli spotkania on-line, trwają od 2 do 3 godzin. Pozwalają uczestnikom na szybko przyswojenie kluczowych informacji, które mogą pomóc w poprawie sytuacji zawodowej.

„Skuteczne sposoby budowania poczucia własnej wartości”

Webinar ten ma na celu przedstawienie prostych i skutecznych sposobów na budowanie pozytywnego obrazu siebie. Uczestnicy dowiadują się, jak rozpoznać swoje mocne strony, jak radzić sobie z krytyką oraz jak dbać o poczucie własnej wartości. Kiedy mamy pozytywne zdanie o sobie i wierzymy w swoje możliwości, łatwiej radzimy sobie ze stresem i trudnościami w pracy.

„Planowanie kariery w świecie zmian”

Webinar skierowany do osób, które czują się zagubione zawodowo lub mają trudności w adaptacji do zmian na rynku pracy. Uczestnicy dowiadują się, jak wyznaczać realistyczne cele zawodowe, jak rozpoznać swoje mocne strony oraz jak efektywnie planować przyszłość zawodową.

„Oswoić zmianę”

Zmiany zawodowe, takie jak zmiana stanowiska czy obowiązków, mogą wywoływać duży stres. Webinar pomoże uczestnikom zrozumieć, jak zarządzać emocjami z tym związanymi i jak adaptować się do nowej rzeczywistości zawodowej.

„Kompetencje zawodowe cenione na rynku pracy”

Webinar skierowany do osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę na temat umiejętności cenionych przez pracodawców. Uczestnicy dowiadują się, jak rozwijać te kompetencje, co daje jasny kierunek dalszego rozwoju i zmniejsza poczucie stagnacji i wypalenia.

„Rozmowa kwalifikacyjna – jak się do niej przygotować”

Webinar dla osób, które planują zmianę pracy lub szukają nowego zatrudnienia. Uczestnicy dowiadują się, jak efektywnie przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej, jak zaprezentować swoje umiejętności i doświadczenie oraz jak zwiększyć pewność siebie.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ



Terminarz warsztatów i webinarów dostępny jest na stronie WUP w Warszawie: wupwarszawa.praca.gov.pl w zakładce „Poradnictwo zawodowe/ Poradnictwo grupowe”

**Na webinary i warsztaty zapraszamy zarówno osoby pracujące, jak i bezrobotne.
To wszechstronna pomoc, która ułatwia wyjście z wypalenia zawodowego.**

WARSZTATY

Warsztaty to spotkania stacjonarne.

Odbývają się w grupach, co daje możliwość wymiany doświadczeń, dzielenia się przemyśleniami i wzajemnego wsparcia.

Wspólna praca w grupie pomaga uczestnikom nie tylko zdobywać praktyczne umiejętności, ale także budować poczucie wspólnoty.

„Spadochron”

Warsztat dla osób, które czują się zagubione zawodowo i nie wiedzą, jak wyznaczyć cele. Uczestnicy uczą się, jak określać cele zawodowe, opracowywać plan ich realizacji i zwiększać świadomość swoich zasobów i predyspozycji zawodowych.

„Podróż bohatera – moja droga do realizacji celów zawodowych”

Warsztat pomaga uczestnikom w identyfikacji wewnętrznych zasobów i motywacji, wzmacniając poczucie własnej wartości. Pomaga przełamać bariery i radzić sobie z przeciwnościami.

„Poczucie własnej wartości. Czym jest i jak je wzmocnić?”

Warsztat dla osób, które chcą poprawić swoją samoocenę. Uczestnicy dowiadują się, jak rozpoznać i przełamać negatywne myśli o sobie oraz jak budować pozytywne poczucie własnej wartości.

„Poradź sobie ze stresem!”

Warsztat, który uczy rozpoznawania objawów stresu i efektywnych technik radzenia sobie z napięciem, takich jak medytacja, techniki oddechowe czy mindfulness.

„Asertywność – 7 kroków, jak budować pozytywne relacje”

Warsztat dla osób, które chcą poprawić swoje umiejętności komunikacyjne i asertywność w pracy. Uczestnicy uczą się, jak wyrażać swoje potrzeby i granice w sposób konstruktywny, co pozwala na utrzymanie zdrowych relacji w miejscu pracy. Warsztat dla osób, które chcą doskonalić swoje umiejętności komunikacyjne w pracy. ♦

Zwolnienia, bezrobocie i sztuczna inteligencja

fakty kontra obawy

HUBERT SAMUL

MAZOWIECKIE OBSERWATORIUM RYNKU PRACY,
WUP W WARSZAWIE



Początek roku upłynął na mazowieckim rynku pracy pod znakiem niepokojących doniesień o zwolnieniach grupowych. Szczególnym echem odbił się komunikat Poczty Polskiej o planowanej redukcji zatrudnienia. W przestrzeni publicznej pojawiły się obawy przed masowym bezrobociem i widmem kryzysu na rynku pracy. Ale czy te czarne scenariusze rzeczywiście się ziściły?

Dane z mazowieckiego rynku pracy pokazują, że przewidywana fala zwolnień nie nastąpiła. Wbrew medialnym doniesieniom, nie odnotowano znaczącego wzrostu bezrobocia.

Z DUŻEJ CHMURY MAŁY DESZCZ?

Wiele zgłoszeń dotyczących zwolnień grupowych wynikało z błędnej interpretacji przepisów, które zakładają, że do urzędu pracy należy zgłaszać nie tylko planowane rozwiązania umów, ale również wypowiedzenia zmieniające warunki zatrudnienia.

Taka sytuacja miała miejsce m.in. w Poczcie Polskiej, gdzie wprowadzono program dobrowolnych odejść. Skorzystało z niego ok. 6,3 tys. osób. Pozostali pracownicy otrzymali wypowiedzenia zmieniające warunki pracy, które w większości przypadków zostały zaakceptowane. W efekcie restrukturyzacja nie miała istotnego wpływu na kondycję regionalnego rynku pracy.

Podobnie ograniczony wpływ – przynajmniej na razie – ma rozwój sztucznej inteligencji. Polskie firmy wprawdzie coraz częściej testują narzędzia oparte na AI, ale traktują je głównie jako wsparcie, a nie jako zastępstwo dla pracowników. Wynika to m.in. z braku zaufania do nowych technologii oraz z obaw o bezpieczeństwo danych. Kluczowe decyzje nadal pozostają w rękach ludzi.

Dodatkowym wyzwaniem jest brak odpowiednich regulacji prawnych oraz deficyt specjalistów posiadających kompetencje w zakresie sztucznej inteligencji. Jednak doświadczenia firm zagranicznych pokazują, że ten proces może wkrótce przyspieszyć. A kiedy to nastąpi, wpływ AI na rynek pracy stanie się bardziej odczuwalny.

STABILNOŚĆ Z OZNAKAMI ZMIAN

Sytuacja na mazowieckim rynku pracy pozostaje stosunkowo stabilna od ponad dwóch lat, czyli od czasu, gdy gospodarka zaczęła się odbudowywać po okresie pandemii i lockdownu. Jednak w ostatnich miesiącach da się zauważyć pewne symptomy zmian.

Na koniec lipca 2025 roku liczba zarejestrowanych bezrobotnych w województwie mazowieckim wyniosła 115 975 osób. Choć jest to nadal stosunkowo niski poziom, szczególnie jak na warunki największego regionu w Polsce, to niepokój może budzić fakt, że liczba ta zaczęła rosnąć. Już w czerwcu odnotowano wzrost bezrobocia zarówno w ujęciu miesięcznym, jak i rocznym. Podobna tendencja utrzymała się również w lipcu, kiedy liczba bezrobotnych ponownie wzrosła w obu porównaniach. Warto zaznaczyć, że w poprzednich latach czerwiec przynosił zazwyczaj spadek liczby bezrobotnych, a wzrosty w lipcu – choć obecne – nie były aż tak znaczące jak w roku bieżącym.

Choć na razie trudno mówić o odwróceniu trendu, rosnące liczby mogą świadczyć o początku nowej dynamiki na rynku pracy. W kolejnych miesiącach warto uważnie śledzić, czy mamy do czynienia z chwilowym odbiciem, czy też z początkiem trwalszego pogorszenia sytuacji.

STOPA BEZROBOCIA ROŚNIE, ALE MAZOWSZE WCIĄŻ W CZOŁÓWCE KRAJOWEJ

Wraz ze wzrostem liczby bezrobotnych w Polsce wzrosła także stopa bezrobocia na Mazowszu – na koniec lipca 2025 roku wynosiła 4,3%, co oznacza wzrost o 0,2 punktu procentowego w porównaniu z analogicznym okresem roku poprzedniego. Na tle kraju, gdzie średnia stopa bezrobocia wynosiła w lipcu 5,4%, województwo mazowieckie wypadło jednak korzystnie – lepsze wyniki odnotowano jedynie w województwach wielkopolskim (3,3%) oraz śląskim (4,0%).

Choć Mazowsze nadal pozostaje w czołówce, nie oznacza to, że uniknęło lokalnych trudności. W porównaniu do lipca 2024 roku, stopa bezrobocia wzrosła w 33 powiatach, spadła w 6, a w 3 pozostała bez zmian. Największy wzrost bezrobocia odnotowano w powiecie żuromińskim – o 1,0 pkt proc., natomiast największy spadek miał miejsce w powiecie szydłowieckim – o 1,2 pkt proc. Równocześnie to właśnie powiat szydłowiecki zanotował najwyższy poziom bezrobocia w regionie – aż 22,1%, podczas gdy najniższą stopę (1,6%) odnotowano w Warszawie.

MALEJĄCA LICZBA OFERT PRACY NA MAZOWSZU

Choć w 2025 roku liczba ofert pracy wpływających do urzędów pracy województwa mazowieckiego systematycznie rosła i na koniec lipca osiągnęła imponującą wartość 97 141, to w porównaniu z rokiem poprzednim oznacza to spadek liczby wolnych miejsc pracy i miejsc aktywizacji zawodowej aż o 18,1%.

W czerwcu do urzędów zgłoszono zaledwie 4 235 ofert, a w lipcu 5 656. Tak niskiego poziomu nie notowano nawet w okresie pandemii, gdy w czasie lockdownu dostęp do urzędów pracy był znacznie ograniczony. Może to wskazywać na coraz większą ostrożność pracodawców w tworzeniu nowych miejsc pracy oraz na możliwe symptomy spowolnienia gospodarczego.

MNIEJ PRACUJĄCYCH, WYŻSZE PENSJE

W lipcu 2025 roku przeciętne zatrudnienie w sektorze przedsiębiorstw było niższe o 1,0% w porównaniu z lipcem roku 2024. Najbardziej znaczący spadek odnotowano w zakwaterowaniu i gastronomii (o 5,9%), a następnie w handlu i naprawie pojazdów samochodowych (o 5,2%). Najwięcej nowych pracowników pojawiło się natomiast w obsłudze rynku nieruchomości (wzrost o 11,4%), działalności profesjonalnej, naukowej i technicznej (o 3,5%) oraz przetwórstwie przemysłowym (o 2,3%).

Na przestrzeni roku pensje brutto w sektorze przedsiębiorstw wzrosły średnio o 7,7%. Podwyżki objęły wszystkie branże, a na największe wzrosty mogli liczyć pracownicy w sektorze energetycznym (15,9%) oraz transporcie i logistyce (10,7%). Na koniec lipca średnie wynagrodzenie w województwie mazowieckim wyniosło 10 185,77 zł – to o 1 280 zł (czyli o 14,4%) więcej niż średnia krajowa.

CUDZOZIEMCY NA MAZOWIECKIM RYNKU PRACY

Dane dotyczące zatrudniania cudzoziemców także mogą świadczyć o ograniczonym zapotrzebowaniu na nowych pracowników. W województwie mazowieckim w pierwszym półroczu tego roku wydano 43 920 zezwoleń na pracę dla obcokrajowców – to o 24,7% mniej niż rok wcześniej. Spadła także liczba oświadczeń o powierzeniu pracy cudzoziemcowi oraz zezwoleń na pracę sezonową. Wyjątkiem są obywatele Ukrainy – liczba powiadomień o powierzeniu im pracy wzrosła o 6,7% i wyniosła 123 153.

REJESTRY PRZEDSIĘBIORCÓW – REKORDOWA LICZBA PODMIOTÓW

Nieco inne wnioski płyną z danych ewidencji REGON. W ciągu ostatniego roku liczba podmiotów gospodarki narodowej w województwie mazowieckim wzrosła o 3,7% i na koniec lipca wyniosła 1 074 082. Zwiększyła się także liczba firm prywatnych, która po raz pierwszy w historii przekroczyła milion – dokładnie 1 000 798, z czego 692 410 to osoby fizyczne prowadzące działalność gospodarczą.

Mniej optymistyczne są jednak dane z CEIDG. Pod koniec czerwca zaczęła spadać liczba aktywnych działalności, a rosnąć liczba firm zawieszonych. W porównaniu z lipcem ubiegłego roku aktywnych było 397 532 działalności, czyli o 0,4% mniej, natomiast liczba działalności zawieszonych wzrosła do 107 381, co oznacza przyrost o 3,4%. Tendencja ta nadal się utrzymuje.

SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE NA HORYZONCIE

Mazowiecki rynek pracy wciąż prezentuje się solidnie, jednak coraz wyraźniej widać sygnały ostrzegawcze. Spadek liczby ofert, rosnąca liczba bezrobotnych czy wzrost zawieszonych działalności pokazują, że sytuacja nie jest już tak jednoznacznie korzystna jak w poprzednich latach. W najbliższych miesiącach warto więc uważnie obserwować, czy mamy do czynienia z chwilowym wahaniami, czy początkiem trwalszych zmian. ♦

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ



Wydział Mazowieckiego Obserwatorium Rynku Pracy co miesiąc przygotowuje szczegółowe statystyki dotyczące rynku pracy w regionie. Znaleźć je można na stronie naszego urzędu.

Rejestr agencji zatrudnienia w nowej odsłonie – najważniejsze zmiany w przepisach

Z początkiem czerwca weszły w życie przepisy nowej ustawy o rynku pracy i służbach zatrudnienia. Wprowadziły one m.in. zmiany, które dotyczą prowadzenia agencji zatrudnienia oraz ich rejestru.

KAMIL NOWOSIELSKI

WYDZIAŁ REJESTRU AGENCJI ZATRUDNIENIA, WUP W WARSZAWIE

Nową ustawę o rynku pracy i służbach zatrudnienia Sejm uchwalił 20 marca 2025 r. W życie weszła ona 1 czerwca. Jej celem jest kompleksowa modernizacja instytucji polskiego rynku pracy poprzez udoskonalenie funkcjonowania publicznych służb zatrudnienia oraz form aktywizacji zawodowej i podnoszenia umiejętności kadr gospodarki.

Ustawa wprowadziła m.in. zmiany w nazewnictwie – dawny ‘rejestr podmiotów prowadzących’ agencje zatrudnienia jest teraz ‘rejestrem agencji zatrudnienia’. A czym są owe agencje? Zgodnie z art. 305 ustawy są to „podmioty wpisane do rejestru agencji zatrudnienia, świadczące usługi w zakresie pośrednictwa pracy oraz pracy tymczasowej”. Co ważne, wpisowi do rejestru nie podlega już prowadzenie doradztwa personalnego i poradnictwa zawodowego, jak było w poprzednio obowiązującej ustawie.

OPŁATA ZA WPIS I WAŻNOŚĆ POPRZEDNIO WYDANYCH CERTYFIKATÓW

Uzyskanie wpisu do Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia (KRAZ) jest warunkiem do prowadzenia działalności w zakresie pośrednictwa pracy i pracy tymczasowej (są jednak wyjątki od tej reguły – szczegóły znaleźć można na stronie KRAZ). Rejestr prowadzą marszałkowie województw.

Podmiot, który zamierza prowadzić agencję zatrudnienia, uiszcza teraz jedną opłatę za wpis do KRAZ. Wynosi ona 1000 złotych.

W poprzednio obowiązującej ustawie (z dnia 20 kwietnia 2004 r.) wyglądało to inaczej. Płaciło się za wydanie certyfikatu o dokonaniu wpisu do rejestru podmiotów (200 zł). Takich certyfikatów mogło być kilka – w zależności od rodzaju usług wskazanych we wniosku o wpis: pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe,

doradztwo personalne lub praca tymczasowa. Za każdy z wydawanych certyfikatów płacono osobno.

Teraz certyfikaty o dokonaniu wpisu nie są już wydawane. Ale te, które uzyskano na podstawie przepisów poprzednio obowiązującej ustawy, zachowują ważność do czasu wykreślenia podmiotu z rejestru agencji zatrudnienia.

Inaczej sprawa wygląda z agencjami, które posiadały certyfikaty uprawniające do świadczenia usług doradztwa personalnego i poradnictwa zawodowego. Te utraciły ważność 1 czerwca 2025 r.

ROZSZERZENIE OBOWIĄZKU WPISU DO REJESTRU

Obowiązkowi wpisu do KRAZ podlega teraz także gromadzenie i udostępnianie informacji o wolnych i poszukiwanych miejscach pracy za pośrednictwem systemów teleinformatycznych. Dla podmiotów, które świadczą takie usługi, ustanowiony został okres przejściowy. By móc dalej działać, musiały do 31 sierpnia 2025 r. złożyć stosowny wniosek o wpis do Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia.

Ponadto w nowej ustawie wprowadzono też obowiązek wpisu do KRAZ dla przedsiębiorców zagranicznych, którzy prowadzą usługi w zakresie pośrednictwa i pracy tymczasowej. I tu także był okres przejściowy. Ci którzy wcześniej wpisu nie posiadali, mieli 3 miesiące od dnia wejścia w życie nowej ustawy na złożenie wniosku do KRAZ.

ŚWIADCZENIE USŁUG NA RZECZ CUDZOZIEMCÓW

Nowa ustawa wprowadziła także zmiany dotyczące świadczenia usług pośrednictwa pracy i pracy tymczasowej na rzecz cudzoziemców. Jeśli agencja zatrudnienia kieruje do pracy obcokrajowców, od których jest wymagane zezwolenie na pracę lub oświadczenie o powierzeniu pracy

w Polsce, to musi spełnić dodatkowe warunki.

Po pierwsze, taką działalność może rozpocząć dopiero po 2 latach od wpisania firmy do KRAZ i aktywnego świadczenia w tym czasie usług. Po drugie, jeśli po upływie 2 lat prowadzenia działalności, nadal zamierza świadczyć takie usługi, musi złożyć wniosek o zmianę wpisu w rejestrze. Uzyska go, jeśli spełni warunki określone w przepisach (m.in. dotyczące niekaralności i braku zaległości) oraz jeśli wnieśnie opłatę administracyjną w wysokości 1000 zł.

Co ważne, jeśli agencja została wpisana do rejestru przed 1 czerwca 2025 roku i już przed tą datą świadczyła usługi na rzecz cudzoziemców, których praca wymaga uzyskania zezwolenia na pracę lub oświadczenia o powierzeniu pracy, może kontynuować swoją działalność bez spełniania wymogu dwuletniego doświadczenia. W tej sprawie trzeba było jednak do końca sierpnia złożyć wniosek o zmianę wpisu.

WNIOSKI I INFORMACJE W POSTACI ELEKTRONICZNEJ

Wszelkie wnioski do KRAZ można obecnie składać wyłącznie w postaci elektronicznej za pośrednictwem systemu teleinformatycznego Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia.

Jeśli spełnione będą wszystkie wymagania, agencja zostanie wpisana do rejestru w ciągu 14 dni od dnia złożenia wniosku. ♦

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ



What's the reward from REWARD? Jaka jest nagroda z NAGRODY?

Pytanie zawarte w tytule artykułu może na pierwszy rzut oka wydawać się grą słów, ale w rzeczywistości celnie oddaje sedno sprawy – jakie są rzeczywiste korzyści płynące z realizacji projektu REWARD. To międzynarodowa inicjatywa realizowana w ramach programu Interreg Europa 2021–2027. Mazowsze, reprezentowane przez Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego, odgrywa w niej kluczową rolę.

PAWEŁ TROJANOWSKI

WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W WARSZAWIE, FILIA W SIEDLCACH

Realizacja projektu REWARD, czyli Retaining and Attracting Knowledge Workers and Skills for Regional Development rozpoczęła się w 2024 r. i potrwa do 30 czerwca 2028 r. Skupia się on na rozwoju regionalnych polityk i programów, które służą do pozyskiwania i utrzymania, a raczej zatrzymania w miejscu zamieszkania lub pochodzenia, wykwalifikowanej kadry.

Projekt REWARD zrzesza 9 partnerów z 8 krajów UE: Finlandii, Chorwacji, Portugalii, Włoch, Irlandii, Słowacji, Czech i Polski. Reprezentantem Mazowsza jest Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego. Odpowiada on za organizację wydarzeń w regionie, wymianę dobrych praktyk oraz współpracę z lokalnymi instytucjami, m.in. uczelniami, instytutami badawczymi, inkubatorami przedsiębiorczości, a także z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Warszawie.

SPOTKANIE PARTNERÓW PROJEKTU REWARD W WARSZAWIE

Stolica była niedawno miejscem międzynarodowego spotkania partnerów projektu REWARD. Na początku czerwca Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego gościł delegacje z różnych regionów Europy.

Gospodarze zaprezentowali działania, które wspierają przedsiębiorczość w regionie. Wśród nich znalazły się m.in. „Innowator Mazowsza” (prestiżowy konkurs promujący innowacyjne rozwiązania opracowywane przez naukowców i młodych przedsiębiorców), „Startuj z Mazowsza” (program skierowany jest do nowo powstałych startupów i oferuje wsparcie w rozwoju pomysłów biznesowych) oraz szeroko zakrojona współpraca z instytucjami i organizacjami pozarządowymi, która pozwala tworzyć przyjazne środowisko dla rozwoju małych i średnich przedsiębiorstw.

Przykłady dobrych praktyk zaprezentowali też partnerzy zagraniczni. Szczególną uwagę przyciągnęła inicjatywa „Back for Business” z Irlandii – program realizowany przez Western Development Commission, który wspiera osoby wracające z emigracji do mniejszych miast i obszarów wiejskich. Jego celem jest zachęcenie tych osób do zakładania własnych firm na terenach o mniejszym potencjale gospodarczym. To przeciwdziała odpływowi młodych ludzi do dużych metropolii. Drugą inicjatywą, która wzbudziła szczególne zainteresowanie, był „Startup Voucher” z Sardynii – program, który oferuje młodym firmom technologicznym wsparcie finansowe w postaci grantów i ulg.

WUP WARSZAWA NA SPOTKANIU REWARD

W ostatnim dniu spotkania uczestnicy odwiedzili Centrum Kreatywności Targowa, gdzie zaprezentowano przykłady działań wspierających przedsiębiorczość z takich krajów jak Portugalia, Słowacja i Finlandia. Polską stronę reprezentowały m.in. instytucje i inicjatywy z Mazowsza: Płocki Park Przemysłowo-Technologiczny, Urząd m.st. Warszawy oraz my, czyli Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie.

Jako jego przedstawiciel opowiadałem o roli funduszy unijnych, zwłaszcza Europejskiego Funduszu Społecznego, w dotowaniu powstawania jednoosobowych działalności gospodarczych na Mazowszu.

WARSZTATY ZWIĄZANE ZE WSPIERANIEM PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

Dyskusje i wystąpienia nie były jedynymi punktami programu. Dużym zainteresowaniem cieszyły się warsztaty związane ze wspieraniem przedsiębiorczości.

W formule Hyde Park i pracy w grupach omawiano lokalne i ponadlokalne mechanizmy wspierania osób, które rozpoczynają działalność gospodarczą. Wśród zaprezentowanych w ramach spotkania projektów warto wyróżnić: irlandzki program „Back for Business”, sardyńską inicjatywę „Talent Up”, portugalskie vouchery na zielone i cyfrowe startupy, fińskie projekty zmieniające pomysły akademickie w przedsięwzięcia gospodarcze, regionalne inicjatywy z Czech, Chorwacji i Słowacji.

Wnioski z warsztatu jednoznacznie wskazują, że skuteczna polityka wsparcia przedsiębiorczości powinna opierać się na podejściu ekosystemowym, wspierać powroty emigrantów, umiędzynaradawiać lokalne inicjatywy (np. przez użycie języka angielskiego) oraz rozwijać kompetencje urzędników oraz kadry zarządzającej projektami.

PRAWDZIWA NAGRODA Z REWARD

Nagroda z REWARD to nie puchar ani dyplom. To realna zmiana w myśleniu o rozwoju regionalnym oparta na współpracy przy jednoczesnym dzieleniu się wiedzą i gotowością do dalszej otwartości. To dążenie do promowania lepszych warunków dla rozwoju firm, które powstają nie tylko w stolicach, ale i w mniejszych miejscowościach. To dbanie o lokalne i regionalne ekosystemy.

To jednocześnie dowód na to, że Mazowsze jest gotowe uczyć się od najlepszych, ale także inspirować. ♦



Pierwsze spotkania ze światem pracy, czyli doradztwo zawodowe w ... przedszkolu

WIOLETA RĄCZKA

POWIATOWY URZĄD PRACY W MŁAWIE

Czy doradztwo zawodowe może zaczynać się już w przedszkolu? Choć brzmi to zaskakująco, eksperci są zgodni – właśnie wtedy warto budować pierwsze wyobrażenia o świecie pracy. Zabawa w strażaka czy nauczyciela to nie tylko dziecięca rozrywka, ale także ważny krok w stronę poznawania zawodów i rozwijania ciekawości, pasji oraz wiary we własne możliwości.

Doradztwo zawodowe najczęściej kojarzymy z młodzieżą szkół średnich, która staje przed wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej. Tymczasem specjaliści coraz częściej podkreślają, że fundamenty orientacji zawodowej warto budować już od najmłodszych lat. To właśnie wtedy dzieci są najbardziej ciekawe świata i chętnie odkrywają różnorodność otaczających je ról i zajęć.

PODSTAWA PRAWNA I CELE PREORIENTACJI ZAWODOWEJ

Działania określone jako preorientacja zawodowa mają swoje podstawy prawne. Określają je przepisy, m.in. „Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe” oraz „Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 16 sierpnia 2018 r. w sprawie doradztwa zawodowego”.

Dokumenty te wskazują, że już od przedszkola warto zapoznawać dzieci z zagadnieniami dotyczącymi pracy. Chodzi o to, by zapoznawać je z wybranymi zawodami oraz rozwijać ich zainteresowania i uzdolnienia – oczywiście w formie dostosowanej do wieku.

ZABAWA JAKO PIERWSZY KROK DO POZNANIA ZAWODÓW

Wiek przedszkolny to czas, kiedy dzieci obserwują dorosłych i odtwarzają ich czynności. Zabawy w strażaka, lekarza, policjanta czy nauczyciela to nie tylko forma rozrywki, lecz także sposób na budowanie pierwszych wyobrażeń o pracy i jej znaczeniu społecznym. Dzięki temu najmłodsi uczą się, że każdy zawód jest ważny i potrzebny.

Doradztwo zawodowe na etapie przedszkolnym to inwestycja w przyszłość najmłodszych. Dzięki niemu dzieci uczą się, że praca może być źródłem satysfakcji i pasji, a świat pełen jest różnorodnych możliwości.

Przedszkole, jako pierwsza instytucja edukacyjna, odgrywa tu niezwykle ważną rolę. Zapewniając dzieciom poczucie bezpieczeństwa i zaufania, stwarza warunki do rozwijania ich potencjału i talentów. Doradztwo zawodowe w przedszkolu nie polega oczywiście na planowaniu kariery, bo na to jest za wcześnie, lecz na pobudzaniu ciekawości. W ramach zajęć na każdym etapie wychowania przedszkolnego realizowane są cele z czterech obszarów: poznawania swoich zdolności i zainteresowań, odkrywania świata zawodów i rynku pracy, uczenia się oraz szeroko rozumianego planowania własnego rozwoju.

„POZNAJEMY ŚWIAT ZAWODÓW”

Dobrym przykładem działań w tym zakresie jest projekt „Poznajemy świat zawodów”. Realizuje go Powiatowy Urząd Pracy w Mławie w ramach programu „Młodzi u progu kariery”. Polega on na tym, że doradcy zawodowi

odwiedzają przedszkola oraz klasy I–III i prowadzą zajęcia w formie zabaw, rozmów, zagadek czy warsztatów plastycznych. W trakcie tych spotkań doradcy starają się pokazać, że świat jest pełen fascynujących możliwości, a każde dziecko ma potencjał, który warto odkrywać i pielęgnować od najmłodszych lat.

W minionym roku szkolnym PUP w Mławie prowadził projekt „Poznajemy świat zawodów” w aż 48 grupach. Dzieci z entuzjazmem opowiadały o zawodach i czynnościach wykonywanych przez dorosłych, a ich wiedza i zaangażowanie często zaskakiwały pedagogów i doradców.

POZNAJEMY ŚWIAT ZAWODÓW

rozbudzamy w dzieciach pasję do poznawania zawodów

ZAJĘCIA Z DORADZTWA ZAWODOWEGO TO:

- GRY
- ZABAWY
- ZAGADKI
- WIERSZYKI
- KOLOROWANKI
- MILA ATMOSFERA

zajęcia realizowane są na terenie placówek oświatowych
zapraszamy do kontaktu 23/655 19 96 wew. 329

 Powiatowy Urząd Pracy w Mławie

 mława.praca.gov.pl

 ul. St. Wyspiańskiego 7, 06-500 Mława

 Powiatowy Urząd Pracy w Mławie

INWESTYCJA W PRZYSZŁOŚĆ NAJMŁODSZYCH

Doradztwo zawodowe na etapie przedszkolnym to inwestycja w przyszłość najmłodszych. Dzięki niemu dzieci uczą się, że praca może być źródłem satysfakcji i pasji, a świat pełen jest różnorodnych możliwości. Choć przedszkole nie jest miejscem, gdzie podejmuje się decyzje o przyszłym zawodzie, to właśnie tutaj zaczyna się droga ku odkrywaniu świata pracy.

Doradztwo zawodowe w przedszkolu i projekt „Poznajemy świat zawodów” to pierwszy krok na drodze ku świadomemu odkrywaniu własnego potencjału i budowaniu szacunku wobec pracy innych. ♦

STUDIA CZY PRACA?

Jedna decyzja, wiele możliwości

SANDRA CZAPLICKA

FILIA WUP W OSTROŁĘCE

Zakończenie edukacji na poziomie szkoły średniej to moment, w którym wielu młodych ludzi staje przed kluczowym dylematem – kontynuować naukę na studiach czy rozpocząć pracę zawodową. Decyzja ta może mieć istotny wpływ na przyszłość zawodową, finansową oraz osobisty rozwój. Współczesny rynek pracy oferuje jednak znacznie więcej możliwości niż prosty podział na naukę i pracę, dlatego warto rozważyć dostępne ścieżki kariery.

Dla absolwenta liceum ogólnokształcącego studia są często naturalnym i oczekiwanym krokiem w dalszej edukacji. Program liceum nastawiony jest na przygotowanie do egzaminu maturalnego i kontynuowanie nauki na uczelni wyższej. Wybór studiów umożliwia zdobycie kwalifikacji do wykonywania zawodów wymagających wyższego wykształcenia, takich jak lekarz, prawnik, nauczyciel czy psycholog. Dla wielu licealistów dyplom uczelni stanowi nie tylko cel sam w sobie, ale także potwierdzenie ambicji, samodyscypliny i zaangażowania.

Studia czy praca? Każda z tych dróg niesie ze sobą szanse i wyzwania. Kluczowe jest, aby decyzja, którą wybrać, była świadoma i zgodna z osobistymi celami, a nie podejmowana pod wpływem presji otoczenia.

Z kolei dla absolwenta technikum, który już na etapie szkoły średniej zdobywa konkretne kwalifikacje zawodowe, decyzja o podjęciu studiów zależy często od obranej ścieżki kariery. Studia mogą stanowić szansę na dalszy rozwój w wybranej dziedzinie – np. inżynierii, informatyce, ekonomii czy logistyce – i pozwolić na objęcie bardziej odpowiedzialnych stanowisk.

W wielu przypadkach dyplom uczelni wyższej zwiększa konkurencyjność na rynku pracy, szczególnie w branżach technicznych i specjalistycznych, gdzie cenione są zarówno umiejętności praktyczne, jak i solidne zaplecze teoretyczne.

STUDIA JAKO KONTYNUACJA EDUKACJI PO SZKOLE ŚREDNIEJ

Okres studiów to nie tylko zdobywanie wiedzy, ale również czas intensywnego rozwoju osobistego, budowania relacji i odkrywania zainteresowań. Uczestnictwo w kołach

naukowych, projektach, wolontariacie czy programach wymiany międzynarodowej często przekłada się na cenne doświadczenia, które pomagają określić dalszą ścieżkę zawodową.

Z danych Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że osoby z wyższym wykształceniem mogą liczyć na wyższe zarobki niż absolwenci szkół średnich lub zawodowych. Warto jednak mieć na uwadze, że studia wiążą się również z kosztami – zarówno finansowymi, jak i czasowymi. Uczelnie publiczne wymagają nakładów na życie, transport czy materiały dydaktyczne, a prywatne – jeszcze dodatkowo na czesne. Co więcej, sam dyplom nie jest już gwarancją zatrudnienia, gdyż pracodawcy coraz częściej stawiają na praktyczne umiejętności i doświadczenie.

ALTERNATYWA: SZYBKIE WEJŚCIE NA RYNEK PRACY

Alternatywą dla dalszej nauki jest wejście na rynek pracy. Taka decyzja umożliwia szybsze usamodzielnienie się, unikanie długów związanych z edukacją oraz zdobycie praktycznego doświadczenia. W wielu sektorach (np. handel, gastronomia, logistyka, usługi czy rzemiosło) liczy się przede wszystkim praktyka zawodowa, a nie formalne wykształcenie.

Rozpoczęcie pracy w młodym wieku może również pomóc w lepszym poznaniu własnych predyspozycji i oczekiwań zawodowych. Kontakt z rzeczywistością zawodową często pozwala młodemu człowiekowi szybciej zrozumieć (niż na studiach teoretycznych), co naprawdę go interesuje, w czym chce się specjalizować i w jakim kierunku chce się rozwijać.

W obecnych czasach możliwe jest zdobywanie wiedzy i kwalifikacji poza systemem akademickim – dzięki kursom online, szkoleniom, certyfikatom czy samodzielnej nauce. Branże takie jak IT, marketing cyfrowy czy szeroko pojęta kreatywność umożliwiają samoukiem osiągnięcie sukcesu bez formalnego wykształcenia. Niemniej jednak, brak dyplomu może w przyszłości okazać



się przeszkodą – zwłaszcza w korporacjach, instytucjach publicznych czy na wyższych stanowiskach, gdzie formalne kwalifikacje nadal odgrywają istotną rolę. W dłuższej perspektywie brak dyplomu może ograniczać możliwości awansu i wpływać na poziom wynagrodzenia. Warto o tym pamiętać!

Coraz więcej młodych ludzi decyduje się na łączenie nauki z pracą, i wybiera studia zaoczne, wieczorowe lub online. Taki model pozwala jednocześnie zdobywać doświadczenie zawodowe i wykształcenie wyższe. Rozwiązanie to wymaga jednak dobrej organizacji czasu, samodyscypliny i umiejętności zarządzania obowiązkami. A to może prowadzić do przemęczenia lub wypalenia, jeśli zabraknie równowagi między pracą, nauką a życiem prywatnym.

JAK PODJĄĆ ŚWIADOMĄ DECYZJĘ W SPRAWIE PRZYSZŁEJ ŚCIEŻKI KARIERY

Przed podjęciem decyzji czy kontynuować naukę na studiach, czy może rozpocząć pracę zawodową, warto przeanalizować kilka kluczowych kwestii. Młody człowiek, który staje przed takim dylematem, powinien zadać sobie na początek pytanie, czy ma już jasno określoną wizję swojej przyszłej kariery. Jeśli odpowiedź będzie twierdząca, warto żeby przeanalizował jeszcze:

- ▶ czy wybrany przez niego zawód wymaga dyplomu uczelni wyższej,

- ▶ jak ważna jest dla niego niezależność finansowa,
- ▶ czy jest gotowy do podjęcia kilkuletniej nauki,
- ▶ czy ma zasoby finansowe i czasowe potrzebne do studiowania,
- ▶ i wreszcie: jakie inne opcje rozwoju są dostępne (np. kursy, praktyki, staże).

Warto również skorzystać z pomocy doradcy zawodowego, porozmawiać z osobami pracującymi w interesujących branżach i obserwować trendy na rynku pracy. Niekiedy dobrym rozwiązaniem jest wstrzymanie się z ostateczną decyzją, zdobycie doświadczenia zawodowego lub lepsze poznanie własnych predyspozycji.

A ZATEM STUDIA CZY PRACA?

Na pytanie „studia czy praca?” nie ma jednej prawidłowej odpowiedzi. Każda z tych dróg niesie ze sobą szanse i wyzwania. Kluczowe jest, aby decyzja była świadoma i zgodna z osobistymi celami, a nie podejmowana pod wpływem presji otoczenia.

Należy pamiętać, że rozwój i edukacja to proces, który trwa całe życie. Zmiana kierunku, powrót na studia czy przebranżowienie to dziś naturalne elementy ścieżki zawodowej. Ostatecznie to zaangażowanie, otwartość na zmiany i gotowość do nauki mają największy wpływ na osiągnięcie sukcesu – znacznie większy niż sam dyplom czy pierwsze zatrudnienie. ♦

DORADZTWO ZAWODOWE W PLENERZE

Filia WUP w Płocku w sercu letnich wydarzeń regionu

Tegoroczne lato pokazało, że promocja usług rynku pracy może iść w parze z aktywnym uczestnictwem w życiu lokalnej społeczności. Regaty, pikniki, gry miejskie i pokazy lotnicze – w takich sceneriach doradcy zawodowi z płockiej filii WUP wspierali mieszkańców regionu w odkrywaniu ich zawodowego potencjału.

EWA MUCHAMETCZYN

FILIA WUP W PŁOCKU

Spotkania w plenerze były doskonałą okazją do rozmów o przyszłości zawodowej, a także do promowania działań instytucji rynku pracy.

REGATY ŻEGLARSKIE

Jedno z najbardziej wyczekiwanym letnim wydarzeń regionu odbyło się 19 lipca w porcie w Nowym Duninowie. Regaty Żeglarskie, bo o nich mowa, to spotkanie zapalonych żeglarzy oraz miłośników sportowych emocji. Rywalizowali oni na wodach Zalewu Włocławskiego o Puchar Marszałka Województwa Mazowieckiego, Puchar Starosty Płockiego oraz Puchar Wójta Nowy Duninów. Ich zmagania, jak co roku, cieszyły się ogromnym zainteresowaniem.

Regaty Żeglarskie w Nowym Duninowie to jednak nie tylko sportowa rywalizacja, ale też impreza wystawieniowa oraz spora dawka dobrej zabawy. Zapewniały ją imprezy towarzyszące, między innymi: konkurs wiedzy żeglarskiej dla dorosłych, pokaz ratownictwa wodnego, parada motocykli, loty balonem na uwięzi, występy dzieci i młodzieży z terenu gminy Nowy Duninów. Można było przejechać się legendarnym „ogórkiem” z czasów PRL albo wziąć udział w święcie kolorów „Holi”.

Nie mogło nas tam zabraknąć! Stoisko naszego Centrum Poradnictwa Zawodowego cieszyło się dużym zainteresowaniem. Doradcy udzielali porad, zachęcali do odwiedzenia siedziby filii WUP w Płocku i skorzystania z usług oferowanych przez urząd. Wiele osób zgłaszało chęć porozmawiania o dokumentach aplikacyjnych, zweryfikowania swojego potencjału zawodowego albo przygotowania się do rozmowy z pracodawcą.

WYGRANE SOBOTY Z KSIĄŻNICĄ PŁOCKĄ

Wakacje to także czas letnich, rodzinnych gier miejskich. WyGRane soboty z Książnicą Płocką odbywały się



WyGRane soboty z Książnicą Płocką

w kolejne soboty od 28 czerwca do 9 sierpnia. Gry miały różne fabuły i trasy.

Nasi doradcy zawodowi wzięli udział w szóstej WyGRAnej sobocie z Książnica Płocką. 2 sierpnia ogród biblioteki wypełnił się uczestnikami spragnionymi przygód w stylu kryminalnym. To była sobota z dreszczykiem, humorem i nutą tajemnicy. Przeszła do historii jako rekordowa – aż 17 drużyn podjęło wyzwanie i wyruszyło na pełną zagadek trasę. Tr(u)opów było wiele, a niektóre wyjątkowo mylące... Było wszystko, czego można oczekiwać od dobrej kryminalnej intrygi: groza, napięcie, ale też salwy śmiechu i chwile skupienia przy rozwiązywaniu zadań. Były też szyfry, anonymy, zdejmowanie odcisków palców i więzienna grypsa.

Jedno z zadań przygotowały i poprowadziły doradczynie zawodowe CPZ w Płocku. Gra „Zbrodnia to nieestetyczna” była częścią projektu „Tropem LITERATURY” dofinansowanego ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

ZABAWA I EDUKACJA NA MAZOPIKNIKU

MAZOpikniki to cykl plenerowych imprez na terenie Mazowsza organizowanych w wakacje przez Samorząd Województwa Mazowieckiego z myślą o rodzinach i integracji międzypokoleniowej. Jeden z nich odbył się 26 lipca w Łącku.

Park przy Stadle Ogierów zamienił się tego dnia w wyjątkowe, plenerowe centrum rodzinnych atrakcji, pysznych regionalnych smaków i wydarzeń artystycznych. Dla dzieci przygotowano animacje, były gry i konkursy z nagrodami, malowanie buziek, tatuaże zmywalne oraz dmuchańce i pokazy magika. Starsi uczestnicy mogli wziąć udział w warsztatach rękodzielniczych.

Regaty, pikniki, gry miejskie i pokazy lotnicze – nie mogło nas tam zabraknąć! To lato w Płocku i okolicach było czasem dobrej zabawy, ale też okazją do odkrywania nowych możliwości zawodowych.

MAZOpikniki to jednak nie tylko świetna zabawa, ale też edukacja i profilaktyka zdrowotna. Nie inaczej było w Łącku. Można tam było m.in. bezpłatnie zmierzyć poziom cukru we krwi, BMI, EKG, tlenku węgla w wydychanym powietrzu czy zrobić testy wydolności płuc. Eksperci edukowali w zakresie profilaktyki raka piersi i prostaty, schorzeń układu krążenia, uzależnień czy zaburzeń odżywiania. Nie zabrakło także pokazów pierwszej pomocy z użyciem fantomów i defibrylatorów.

My też tam byliśmy! Stoisko płockiej filii WUP w Łącku cieszyło się dużym zainteresowaniem. Licznie przychodzili do nas młodzi ludzie, którzy dopytywali przede wszystkim o trendy na współczesnym rynku pracy czy kierunki w edukacji związane z nowymi technologiami i rozwojem sztucznej inteligencji. Doradcy zawodowi odpowiadali też na pytania dotyczące możliwości uruchomienia własnej działalności gospodarczej, podnoszenia

kwalifikacji zawodowych czy pomocy udzielanej przez instytucje rynku pracy.

PŁOCKI PIKNIK LOTNICZY

Jednym z najbardziej spektakularnych wydarzeń sezonu w naszym regionie był Płocki Piknik Lotniczy, który po wielu latach powrócił w wielkim stylu. Płockie lotnisko zamieniło się 9 sierpnia w miejsce, gdzie pasja do latania spotkała się z rodzinnym piknikiem, a wieczorne niebo rozbłysło światłem, którego w tej części Mazowsza jeszcze nie widziano.



Przedstawicielki płockiej filii WUP na Płockim Pikniku Lotniczym

Na płycie lotniska można było podziwiać ponad 40 statków powietrznych podczas wystawy statycznej, natomiast na niebie z wypiekami na twarzy obserwowaliśmy widowiskowe akrobacje lotnicze w wykonaniu najlepszych pilotów. Mogliśmy zobaczyć w akcji m.in. samolot tajni Red Bull'a – Curbon Cub i Edge 540, za którego sterami zasiadł pilot Łukasz Czepiela, który w 2023 roku wykonał słynne lądowanie samolotem Carbon Cub na lądowisku dla śmigłowców o średnicy ok. 27 metrów na dachu wieżowca Burj Al Arab w Dubaju. Podziwialiśmy też Aerobatic Team ANBO – litewską formację akrobacyjną i trzy samoloty Yak 50. Niewątpliwą atrakcją był samolot turbośmigłowy Kodak 100 (pierwszy i jak dotychczas jedyny egzemplarz tego samolotu w kraju) oraz potężny Antonov AN-2.

Przed zmierzchem atrakcją imprezy była Fiesta Balonowa. Niezwykłym widowiskiem był start balonów, można też było odbyć krótki lot balonem na uwięzi.

W tej lotniczej scenerii pojawili się też doradcy Centrum Poradnictwa Zawodowego w Płocku. Udzielali informacji, w jaki sposób można zdobyć uprawnienia i zostać pilotem cywilnym, wojskowym albo lotniczego pogotowia ratunkowego. Odpowiadali też na pytania o predyspozycje psychofizyczne i zdrowotne konieczne do pracy w tym fascynującym zawodzie.

DORADZTWO ZAWODOWE BLIŻEJ LUDZI

To lato w Płocku i okolicach było więc czasem dobrej zabawy, ale też okazją do odkrywania nowych możliwości zawodowych.

Wszystkie te wydarzenia pokazały, że o pracy i planach na przyszłość można rozmawiać w ciekawy i swobodny sposób. Doradcy zawodowi byli blisko ludzi, dzięki czemu łatwiej było zapytać o różne sprawy związane z karierą czy edukacją. ♦



Stoisko radomskiej filii WUP na Radomskich Dniach Godności

20 lat w służbie innym!

Dwie dekady Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Razem”

OLGA CHYLICKA

FILIA WUP W RADOMIU

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Razem” w Radomiu w ciągu dwudziestu lat swojej działalności zbudowało sieć wsparcia – od przedszkola, przez środowiskowe domy samopomocy, aż po restaurację społeczną, w której zatrudnia osoby z niepełnosprawnościami. O drodze, jaką przeszło, o kulisach jego działalności, codziennych wyzwaniach i planach na przyszłość rozmawiamy z prezeską stowarzyszenia Dagmarą Janas.

OLGA CHYLICKA: Jak zaczęła się historia „Razem”?

DAGMARA JANAS: Stowarzyszenie powstało z bardzo osobistych powodów. Mam córkę z porażeniem mózgowym, obecnie 32-letnią. Teraz jest inaczej, ale dwadzieścia lat temu w Radomiu niewiele działało się z myślą o osobach z niepełnosprawnościami. Była jedna ogólnopolska organizacja, ale trudno było się do niej dostać. Pomyślałam

wtedy, że skoro nie ma miejsca, które zapewniłoby wsparcie mojemu dziecku, muszę je sama stworzyć. Tak zaczęła się nasza historia. Dziś mamy pod opieką około trzystu podopiecznych. Prowadzimy Środowiskowy Dom Samopomocy, integracyjne przedszkole „Kraj na Radości”, realizujemy programy takie jak „Asystent Osoby z Niepełnosprawnością” czy „Opieka Wytchnieniowa”. Organizujemy też wiele wydarzeń, które łączą i edukują lokalną społeczność.

Jak, Pani zdaniem, wygląda sytuacja osób z niepełnosprawnościami na rynku pracy?

No cóż, niezbyt dobrze. Wiele firm zatrudnia wprawdzie osoby z niepełnosprawnościami, ale chodzi tu raczej o niepełnosprawność ruchową. My chcemy dać też szansę osobom z niepełnosprawnością intelektualną. Jednym z projektów „Razem” jest restauracja „Różany Gościńiec” prowadzona jako przedsiębiorstwo społeczne. Zatrudniane są tam właśnie osoby z niepełnosprawnością intelektualną, co na otwartym rynku pracy jest rzadkością. Takie osoby wymagają szczególnego wsparcia, często opieki trenera pracy, a to generuje dodatkowe koszty. Pracodawca musi nie tylko zapłacić pensję, ale też zapewnić odpowiednią opiekę, często większy wymiar urlopu i elastyczny czas pracy. To wszystko sprawia, że prywatny przedsiębiorca kalkuluje i często rezygnuje. Prowadzenie tej restauracji to oczywiście ogromne wyzwanie finansowe – miesięcznie kosztuje nas to ok. 120 tysięcy złotych. Nie ukrywam, że to duże obciążenie, zwłaszcza w czasach inflacji i mniejszej liczby klientów. Ale my nie jesteśmy firmą nastawioną na zysk, a przedsiębiorstwem społecznym nastawionym na zatrudnianie ludzi, dla których znalezienie pracy gdzie indziej byłoby praktycznie niemożliwe.

Czy społeczeństwo jest dziś wystarczająco edukowane w kwestii integracji?

Świadomość jest dużo większa niż kiedyś. Osoby z niepełnosprawnościami wychodzą z domów, widać je na ulicach, w mediach. Działają wiele organizacji, które dbają o edukację i integrację. Ale sama świadomość nie wystarczy – musi iść za tym realne wsparcie, także finansowe.

Co powiedziałyby Pani pracodawcom, którzy obawiają się zatrudniać osoby z niepełnosprawnościami?

Sama rozmowa to za mało. Musi iść za tym konkretne wsparcie finansowe. Jeżeli prywatny przedsiębiorca widzi, że zatrudnienie takiej osoby będzie go kosztować więcej niż przyniesie zysku, to nie podejmie takiej decyzji. Dlatego apeluję do decydentów: bez dodatkowych funduszy nawet przedsiębiorstwa społeczne będą się zamykać.

Czego najbardziej brakuje organizmom tego typu jak Stowarzyszenie „Razem”?

Oczywiście pieniędzy. Ale też wsparcia merytorycznego i zrozumienia ze strony mieszkańców. Jeśli wiemy, że w naszym mieście działa restauracja czy organizacja pomagająca innym, to wspieramy ją. To działa tylko wtedy, gdy nawzajem sobie pomagamy.

Radomska filia WUP w czerwcu miała okazję wziąć udział w Dniach Godności w Radomiu. Czym Dni Godności są dla Pani i dla stowarzyszenia?

Prezes Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych RAZEM Dagmara Janas z córką Pauliną

To nasze flagowe wydarzenie, które organizujemy co roku, aby pokazać, że osoby z niepełnosprawnościami są pełnoprawnymi członkami społeczności. Dni Godności to połączenie edukacji, integracji i dobrej zabawy. Są koncerty, występy artystyczne, warsztaty, a także panele dyskusyjne. To także czas, kiedy rodziny, przyjaciele i mieszkańcy miasta mogą spotkać się, porozmawiać i lepiej zrozumieć świat osób z niepełnosprawnościami. Organizacja takiego wydarzenia to ogrom pracy, dlatego przygotowania zaczynamy już na początku roku, ale efekty w postaci uśmiechów uczestników wynagradzają każdy wysiłek.

Jakie emocje towarzyszyły Pani podczas obchodów 20-lecia „Razem”? Czy był to czas wzruszeń i wspomnień, a może też refleksji nad przyszłością stowarzyszenia?

To było dla mnie ogromne przeżycie, pełne wzruszeń i dumy. Patrząc wstecz, widzę, jak wiele udało nam się zrobić – od przedszkola, przez ośrodki, po restaurację. Przypominały mi się początki, kiedy sama szukałam pomocy dla mojej córki i nic nie mogłam znaleźć. W tamtym czasie w Radomiu nie było praktycznie żadnych fundacji czy stowarzyszeń, które mogłyby realnie wspierać osoby z niepełnosprawnościami i ich rodziny. Dlatego założenie własnego stowarzyszenia było dla mnie koniecznością, a nie wyborem.

To, że dzisiaj mamy tylu podopiecznych i że rodziny dziękują nam za wsparcie, daje ogromną satysfakcję. Obchody 20-lecia to był czas refleksji nad drogą, którą przeszliśmy, ale też nad tym, co jeszcze przed nami. Pomagamy nie tylko dzieciom czy dorosłym, ale całym rodzinom. Szkolimy rodziców, rozmawiamy z dziadkami, tworzymy społeczność, w której każdy może czuć się ważny i potrzebny.

Dużo tego! Skąd czerpie Pani siłę do działania?

To mój żywioł! Lubię pomagać. Wierzę, że dobro wraca. I tak rzeczywiście jest – ono naprawdę wraca w postaci wdzięczności naszych podopiecznych. Ale muszę podkreślić, że owszem, jestem lokomotywą, która ciągnie wagoniki, ale bez mojego zespołu nic by się nie udało. Mam wspaniałych ludzi, którzy pracują na najwyższym poziomie i bez których ta organizacja by nie istniała.

A jakie ma Pani plany na przyszłość?

Chcę, żebyśmy się dalej rozwijali, żebyśmy pomagali, edukowali i inspirowali. Mam nadzieję, że z czasem państwo i samorządy stworzą lepsze warunki dla przedsiębiorstw społecznych. Bo jeśli razem będziemy działać, wtedy naprawdę możemy wszystko!

Dziękuję za rozmowę. ♦



Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie Filia w Siedlcach z radością przyjął zaproszenie Uniwersytetu w Siedlcach do grona partnerów organizacyjnych XVIII Międzynarodowej Konferencji Naukowej MANAGEMENT. Obyła się ona 22 i 23 września 2025 r.

Siedlecka filia WUP partnerem organizacyjnym konferencji „MANAGEMENT 2025”

PAWEŁ TROJANOWSKI

FILIA WUP W SIEDLCACH



Tegoroczna edycja konferencji odbyła się pod hasłem „Zarządzanie zrównoważonym rozwojem organizacji” i poświęcona była tematyce, która dziś staje się nie tylko wyborem, lecz obowiązkiem – zwłaszcza w kontekście wdrażanych na poziomie unijnym i krajowym regulacji ESG. W świecie pełnym niepewności, gdzie organizacje muszą na nowo przemyśleć swoje strategie działania, zrównoważony rozwój nie jest już modą – to konieczność i szansa jednocześnie.

„Nie da się zarządzać tym, czego nie jesteśmy w stanie zmierzyć i zrozumieć. ESG to nie raport do szuflady – to zwierciadło odpowiedzialności organizacyjnej” – mówił Piotr Karaś dyrektor siedleckiej filii WUP w Warszawie. – „Nasza obecność jako partnera konferencji to kontynuacja wieloletniej, realnej współpracy z Uniwersytetem w Siedlcach. To również wkład w budowanie dialogu pomiędzy teorią a praktyką, pomiędzy tym, co się bada, a tym, co trzeba wdrożyć na rynku”.

Konferencja MANAGEMENT od lat jest prestiżowym forum wymiany wiedzy między naukowcami, ekspertami rynku pracy i przedstawicielami administracji publicznej. Filia WUP w Siedlcach nie tylko wspierała organizacyjnie wydarzenie, ale też współtworzyła je jako aktywny uczestnik regionalnej debaty o wyzwaniach, które stoją przed instytucjami, firmami i społeczeństwem.

Tegoroczna edycja koncentrowała się na takich zagadnieniach jak:

- ▶ strategiczne podejście do ESG – jako obowiązkowy element nowoczesnego zarządzania,
- ▶ zielone finanse i odpowiedzialne inwestowanie – przyszłość budowana na trwałych fundamentach,
- ▶ etyka i CSR jako rdzeń kultury organizacyjnej,
- ▶ cyfryzacja i innowacje w służbie zrównoważonego rozwoju – od AI po blockchain w śladzie środowiskowym,
- ▶ gospodarka o obiegu zamkniętym jako model nie tylko ekologiczny, ale też efektywny ekonomicznie,
- ▶ zarządzanie ludźmi w świecie demograficznych i kompetencyjnych turbulencji,
- ▶ nowe wskaźniki sukcesu – jak mierzyć realny wpływ, a nie tylko zysk.

W czasach, gdy coraz więcej organizacji publicznych i prywatnych ma obowiązek raportowania niefinansowego, wydarzenia takie jak MANAGEMENT stają się kluczową przestrzenią do wymiany doświadczeń i budowy wspólnego języka pomiędzy sektorem nauki, biznesu i polityki rynku pracy.

Udział naszego urzędu w tym przedsięwzięciu to naturalna konsekwencja misji, jaką od lat realizuje instytucja – wspieranie rozwoju kompetencji, odpowiedzialnego zatrudniania oraz regionalnych ekosystemów pracy i innowacji. ♦

„Kolory Funduszy Europejskich”

Konkurs plastyczny!

Po raz drugi zapraszamy uczniów szkół podstawowych z Mazowsza do udziału w konkursie plastycznym „Kolory Funduszy Europejskich”. To wyjątkowa okazja, aby w twórczy sposób pokazać, jak środki unijne zmieniają nasze otoczenie i wpływają na przyszłość regionu.

Pierwsza edycja konkursu, którą zorganizowaliśmy w ubiegłym roku, spotkała się z ogromnym zainteresowaniem – nadesłano aż 120 prac pełnych wyobraźni i świeżego spojrzenia na świat Funduszy Europejskich. Liczymy na to, że i tym razem uczniowie z Mazowsza nie zawiodą!

KTO MOŻE WZIĄĆ UDZIAŁ

W konkursie mogą wziąć udział uczniowie klas IV–VIII szkół podstawowych, którzy mieszkają w województwie mazowieckim. W tej edycji nagrody przyznamy w dwóch kategoriach wiekowych:

- ▶ uczniowie klas IV–VI szkół podstawowych,
- ▶ uczniowie klas VII–VIII szkół podstawowych.

UWAGA! Każdy uczestnik może przesłać tylko jedną pracę.

DWA TEMATY – DWA SPOJRZENIA

W tegorocznej edycji konkursu uczestnicy mogą wybrać jeden z dwóch tematów pracy:

- ▶ „Fundusze Europejskie – dziś wokół mnie” – chodzi o to, by pokazać zmiany w najbliższym otoczeniu, które zaszyły dzięki Funduszom Europejskim. Trzeba przedstawić konkretne przykłady z codziennego życia, czyli na przykład szkołę wyremontowaną dzięki środkom z Funduszy, nowy plac zabaw, ścieżkę rowerową, oświetlenie itp.
- ▶ „Fundusze Europejskie – jutro wokół mnie” – obraz ma w symboliczny i kreatywny sposób pokazać, jak uczestnik wyobraża sobie swoje otoczenie w przyszłości i jak może się ono zmienić dzięki Funduszom. Jednym ograniczeniem jest tu wyobraźnia!

ZASADY KONKURSU I TERMINY

Praca musi być wykonana na kartce formatu A4 w układzie poziomym.

Dozwolone techniki:

- ▶ rysunek (ołówki, kredki, cienkopisy, tusze),
- ▶ malarstwo (pastele, farby),
- ▶ kolaż (z wyłączeniem elementów trójwymiarowych oraz wystających poza format).

WAŻNE! Nie dopuszczamy prac wykonanych techniką komputerową (grafika cyfrowa).

Do pracy trzeba dołączyć krótki opis – w dwóch lub trzech zdaniach trzeba wyjaśnić, co przedstawia obraz oraz jaki ma związek z Funduszami Europejskimi. Miejsce na opis przewidziane jest w formularzu zgłoszeniowym.

Na pracy muszą się znaleźć znaki związane z Unią Europejską lub Funduszami Europejskimi (np. tablica informacyjna Funduszy Europejskich, flaga Unii Europejskiej).



Każda praca powinna być podpisana na odwrocie (imię i nazwisko uczestnika, klasa, szkoła).

Zgłoszenia do konkursu przyjmujemy do 17 października. Można je dostarczyć osobiście do naszej siedziby w Warszawie albo przesłać nam pocztą na adres: Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie, Wydział Informacji i Promocji, ul. Chłodna 52, 00-872 Warszawa.

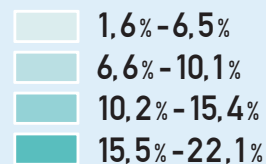
JEST O CO WALCZYĆ!

W każdej z dwóch kategorii konkursowych nagrodzimy najciekawsze prace. Jest o co walczyć, bo na laureatów czekają karty podarunkowe o wartości od 200 do 1000 zł. Wyniki ogłosimy 31 października. Podamy je na naszej stronie internetowej (wupwarszawa.praca.gov.pl), na naszych profilach w social mediach (Facebook, LinkedIn) oraz oczywiście prześlemy bezpośrednio do zwycięzców. Nagrody wręczymy na uroczystej gali.

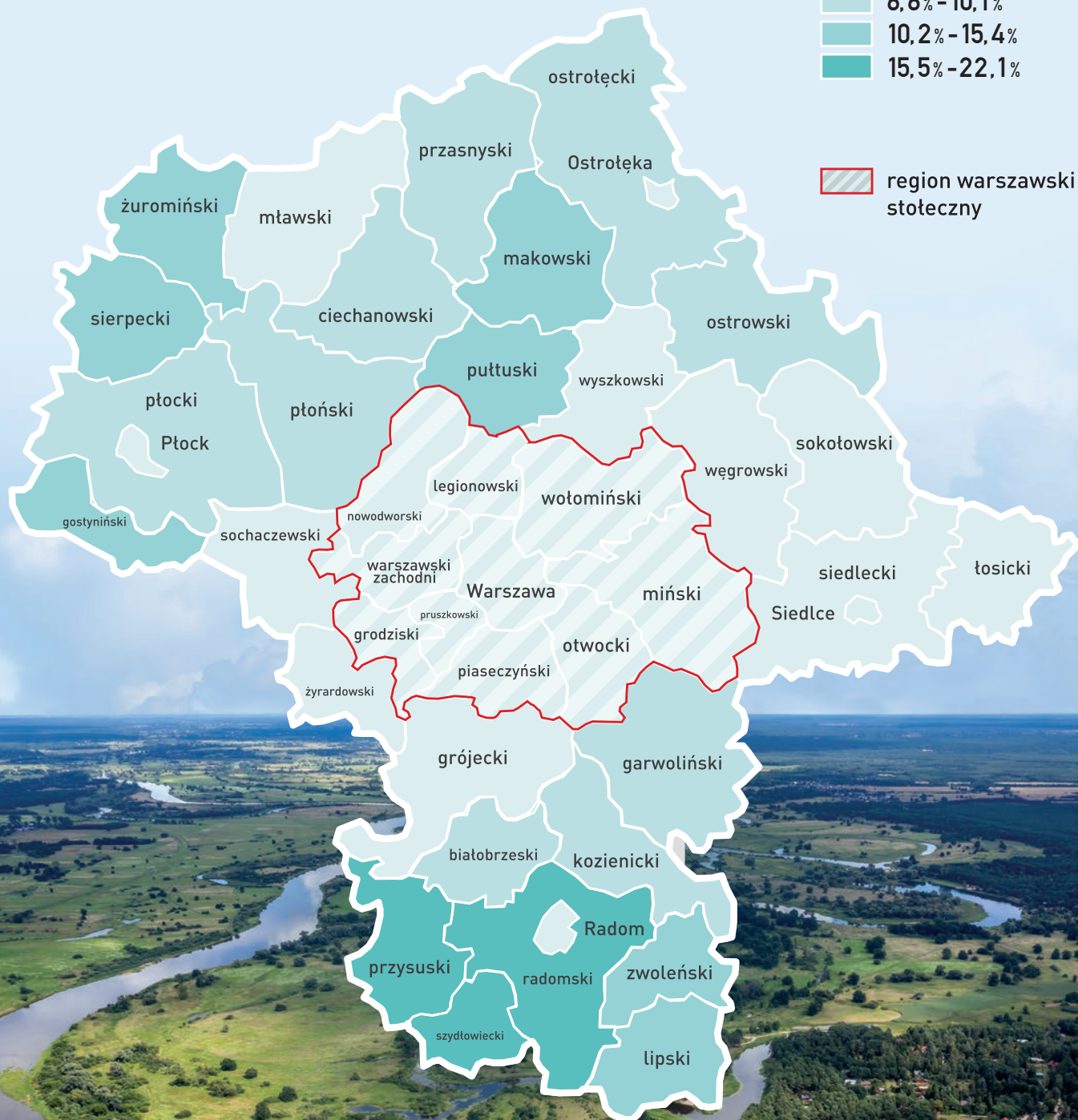
Zapraszamy uczniów z Mazowsza do udziału w konkursie! Pokażcie w swoich pracach, jak Fundusze Europejskie zmieniają Waszą codzienność i jak wyobrażacie sobie przyszłość naszego regionu!

Wydarzenie objęli patronatem honorowym: Wojewoda Mazowiecki Mariusz Frankowski, Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik oraz Mazowiecki Kurator Oświaty Wioletta Krzyżanowska. Patronat medialny sprawują m.in. Radio Kolor, „Tygodnik Siedlecki” oraz portale: iotwoczek.info i petronews.pl ♦

STOPA BEZROBOCIA
STAN NA KONIEC LIPCA 2025



 region warszawski
stołeczny



ZAPRASZAMY DO KONTAKTU

▶ WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W WARSZAWIE

✉ ul. Chłodna 52, 00-872 Warszawa
☎ 22 578 44 00
@ wup@mazowsze.pl
🌐 www.wupwarszawa.praca.gov.pl

Tomasz Sieradz
Dyrektor WUP w Warszawie
☎ 22 578 44 89
@ sekretariat@wup.mazowsze.pl

Emilia Jędrej
Zastępca Dyrektora ds. Funduszy Europejskich
i Rozwoju Zawodowego
☎ 22 578 44 94
@ wicesekretariat@wupmazowsze.pl

Artur Pozorek
Zastępca Dyrektora ds. Usług Rynku Pracy
☎ 22 578 44 91
@ wicesekretariat2@wup.mazowsze.pl

▶ FILIE:

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

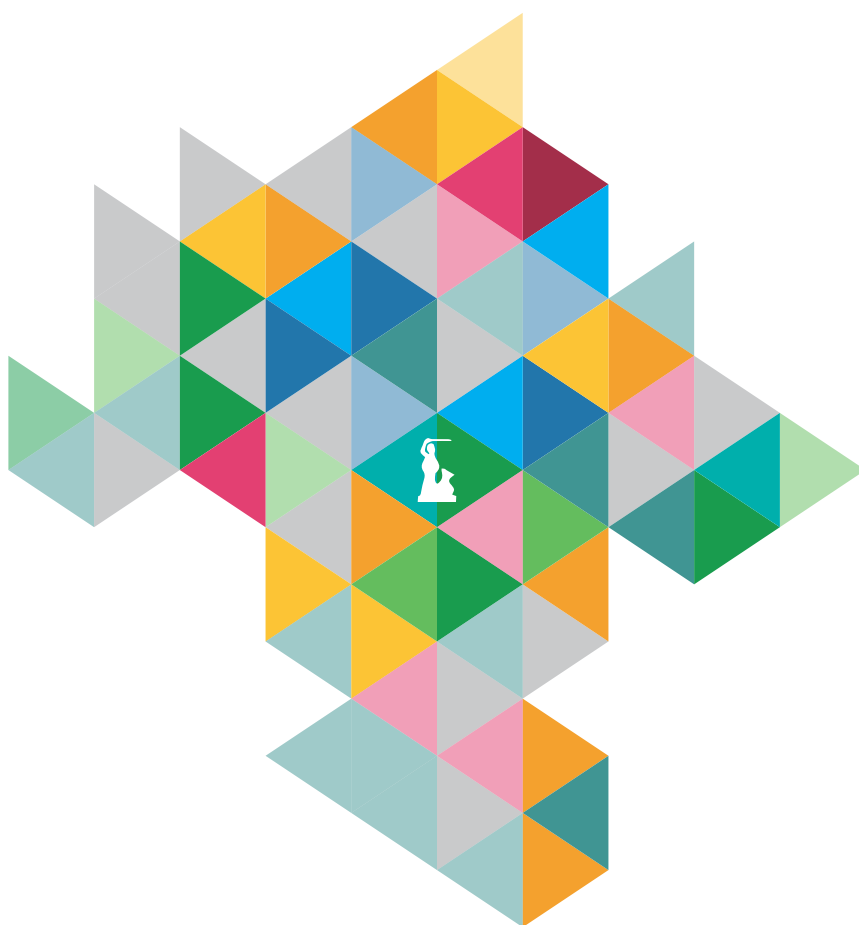
w Ostrołęce
✉ ul. Poznańska 17, 07-410 Ostrołęka
☎ 29 649 93 10
@ ostroleka@wup.mazowsze.pl

w Płocku
✉ ul. Kolegiarna 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





wupwarszawa.praca.gov.pl