

# Sociálně-právní a psychologické poradenství pro pečující o závislé osoby a osoby 50+

Bezplatná právní poradna organizace Alternativa 50+ je určena především pro muže a ženy, kteří se potýkají s diskriminací a znevýhodňováním na základě věku a pohlaví na trhu práce, v péči o závislou osobu nebo ve vzdělání.

## HLEDÁTE PRÁCI? BEZPLATNĚ NABÍZÍME:

- kariérové poradenství a koučing – pomoc při hledání práce, s výběrovým řízením, přijímacím pohovorem, přechodem do nových oborů, se změnou v pracovním životě, s demotivací, řešením problémů v práci a vyhořením;
- pomoc s řešením nezaměstnanosti – co můžete očekávat od úřadu práce, kde a jak hledat práci, jak hledat práci prostřednictvím sociálních sítí, jakou vybrat rekvalifikaci a jak na ni získat nárok od úřadu práce;
- poradenství při řešení nezaměstnanosti v předúchodovém věku;
- pomoc s vytvořením i aktualizací životopisu a motivačního dopisu;
- poradenství k tomu, jak nejlépe postupovat při rozvázání pracovního poměru jak ze strany zaměstnavatele, tak v případě Vašeho rozhodnutí;
- poradenství v sociální oblasti – sociální dávky, jednání s úřady.

## MÁTE V PRÁCI PROBLÉMY S DISKRIMINACÍ NEBO POTŘEBUJETE PRACOVNĚ-PRÁVNÍ PORADENSTVÍ? BEZPLATNĚ NABÍZÍME:

- poradenství v případě šikany ze strany nadřízeného či obtěžování ze strany pracovního týmu, v případě diskriminace na základě věku a pohlaví při přijímacím pohovoru nebo v zaměstnání;
- informace o náležitostech uzavření či rozvázání pracovního poměru a pracovních smluv;
- informace o tom, co po Vás zaměstnavatel (ne)může požadovat.

**Na sociálně-právní a kariérové poradenství navazují bezplatné vzdělávací semináře, které jsou určené nezaměstnaným po padesátce.**

 Více zde: [www.alternativaplus.cz](http://www.alternativaplus.cz)

 **Kancelář:**

**U Průhonu 1567/7a, Praha 7**  
**Poradenské hodiny: každou středu 11:00–15:00**  
**(možnost sjednání individuální návštěvy v jiný den)**  
**poradna@alternativaplus.cz**  
**+420 777 564 332 (platíte jen hovor dle Vašeho tarifu)**

*Bezplatná právní poradna je součástí projektu „Život začíná v padesáti: motivace a vzdělávání lidí 50+ zvyšující uplatnitelnost na trhu práce“, který je financován z Operačního programu Praha Adaptabilita.*

  
**ALTERNATIVA**  
50+

Alternativa 50+, o.p.s.,  
U Průhonu 1567/7a,  
Praha 7, 170 00



EVROPSKÝ SOCIÁLNÍ FOND  
PRAHA & EU: INVESTUJEME DO VAŠÍ BUDOUCNOSTI