

KARIJERA

POSLOVI.RS

Tema
broja

STRES

Ko kontroliše stres:
mi njega ili on nas?

Šta znači biti...
Digital Media Manager

INTERVJU

Vladimir Arandželović

Digital Media Manager u Direct Media

Poslodavac meseca



NEVEROVATNA PONUDA

Poslovna Žena

TRI PRETHODNA IZDANJA SADA



~~750 din~~

samo
550 din

* Mogu se kombinovati bilo koja tri izdanja

ili samo **JEDNO izdanje po ceni od 200 din**
~~250 din~~

Ne može se kombinovati sa drugim popustima, vaučerima i specijalnim ponudama. Ponuda važi do 30.04.2012. godine. U cenu su uključeni troškovi poštarine za narudžbenice u okviru Srbije. Za više informacija možete nas kontaktirati putem telefona 011/398-7871 ili na email marketing@poslovnazena.com.

Pozovite **011/398-7871** opcija 2 ili posetite
www.poslovnazena.com

Drugačija od svih



Poslovna Žena[®]
BUSINESS MAGAZINE

Broj 6 | April 2012.
Cena: 250 DIN | 3 EUR | 6 KM

Vaskršnji
specijal
na
10 strana

6 ZABLUDA
roditelja

Šta je potrebno za efektanu
KOMUNIKACIJU

UVEK visoko
dignute **GLAVE**
Zorica Selaković

POLE DANCE FITNESS
Vitko telo i samopouzdanje

ISSN 2217-7132
9 772217 713004



Poslovna Žena[®]

B U S I N E S S M A G A Z I N E

KARIJERA



April 2012.

IMPRESSUM

Izdavač

Business Press d.o.o.
Kralja Vladimira 51/2
11010 Beograd
Srbija

Tel/Fax: +381 398 7871
Email: karijera@poslovi.rs
URL: www.poslovi.rs/karijera

Glavni urednik

Jelena Gajić

Marketing

Snežana Čpajak

Saradnici

Jasmina Lazić
Milica Nastasić

Foto

Fotolia.com

Broj: 28
Godina: 2012.

ISSN: 2217-4486 (online)
Registarski broj: 60498
Zavod za intelektualnu
svojину Republike Srbije

*Magazin Karijera je besplatan i može se slobodno preuzimati u PDF formatu.
Magazin Karijera se može štampati i koristiti u obrazovne svrhe.
Komercijalna upotreba bilo kog dela magazina Karijera nije dozvoljena.*

SADRŽAJ

6 TEMA BROJA

- Stres - Kako pobediti stres?.....6
- Stres na poslu.....7
- Ko kontroliše stres: on vas ili vi njega?.....14

8 ISTRAŽIVANJE

- U borbi protiv stresa.....10
- Stres na radnom mestu je u porastu12

20 ŠTA ZNAČI BITI

- Digital Media Manager.....20
- U praksi - Vladimir Arandžević, Digital Media Manager u Direct Media... 22

25 POSLODAVAC MESECA

- Neoplanta.....26

28 POSLODAVCI

- Osobine uspešnih menadžera.... 28

30 AKTUELNO

- Posao za 3.500 ljudi na javnim radovima.....30
- Javni radovi za osobe sa invaliditetom..... 31

32 PREPORUČUJEMO

- Mladi su zakon.....32
- Najbolja tehnološka inovacija.....33

34 ZANIMLJIVOSTI

- Soba besa.....34

35 VESTI

- Sajam zapošljavanja - 24. aprila u Belexpocentru.....35
- Održan Career Days.....35

STRES

Kako pobediti stres?

U

brzani tempo života nameće sve veće zahteve i poslovne obaveze. Može se slobodno reći da je savremeni čovek neprestano izložen pritisku. U takvoj situaciji neminovna je pojava stresa. Manje više svi radimo pod stresom, ali ga ne podnosimo svi podjednako.

Neke osobe lakše izlaze na kraj sa pritiskom, ne dozvoljavajući da stres utiče na njihovo ponašanje i odluke. Za razliku od njih, mnogim to ne polazi za rukom. Takve osobe pod pritiskom jednostavno



izgube kontrolu, dopuštajući da emocije preovladaju nad razumom. Koliko to može biti opasno pokazuju sledeće činjenice: ljudi koji su duži vremenski period izloženi stresu postižu slabije rezultate na poslu, imaju lošiju komunikaciju sa saradnicima i skloniji su konfliktima više nego obično, a često dolazi i do povećanja broja grešaka u radu.

Preterana nervoza i razdražljivost, nagle promene raspoloženja i konstantan umor kao posledice takvog stanja, dodatno povećavaju strah od gubitka posla, koji je i inače jedan od osnovnih uzroka stresa u današnje vreme.

Da bi uspešno savladao stres čovek mora da uspostavi kontrolu nad svojim životom, u onoj meri u kojoj je to u njegovoj moći. To, pre svega, podrazumeva rešavanje problema koji su uzrokovali takvo stanje. Iako kod različitih ljudi različiti uzroci dovode do stresa, u njegovoj osnovi nalazi se strah od neizvesnosti. Što se više odlaže rešavanje problema, strahovi se produbljuju a neizvesnost povećava.

Suočavanje sa problemom, u svakom slučaju, smanjuje napetost i umanjuje osećaj bespomoćnosti. Ako osoba strahuje od gubitka posla ne treba da se prepušta strahovima, već da više radi. To se odnosi i na fizičke aktivnosti. Naučno je dokazano da fizička aktivnost povoljno utiče na smanjenje stresa. Razgovori sa prijateljima, hobi i kvalitetan san, takođe, doprinose ublažavanju nervoze i razdražljivosti.

Najgore rešenje je pasivno prihvatanje situacije i prepuštanje emocijama. Takav stav ubrzo doprinosi da strahovi postanu realnost, jer stres smanjuje efikasnost čoveka u svim segmentima života.

STRES NA POSLU

U modernom poslovanju, stres je predstavlja svakodnevicu zaposlenih i gotovo se doživljava kao nezaobilazan deo svakog redovnog radnog zadatka. Međutim, to što se tretira kao svakodnevna pojava, ne umanjuje njegova štetna dejstva na koja niko nije otporan.

Istraživanje koje je sprovedla Evropska agencija za sigurnost na radu i zaštitu zdravlja, pokazalo je da svaki treći zaposleni u Evropskoj Uniji doživljava neku vrstu stresa na radnom mestu. Posledica ovoga je čak oko pet miliona nesreća na poslu, što za kompaniju takođe znači i velike novčane gubitke.

Ako ste jedan od zaposlenih koji su izloženi stresu duže vreme, trpećete razne štetne posledice. Često ćete biti nervozni, neraspoređeni, osećaćete glavobolju, slabost, a nekad možete trpeti i ozbiljne zdravstvene probleme.

Najčešći uzroci stresa na radnom mestu su:

- Premorenost i kratki rokovi
- Nemogućnost da vladate svojim vremenom
- Strah od gubitka posla
- Osećanje bespomoćnosti i nemogućnost da se utiče na tok i način na koji se posao odvija i planira
- Konflikti i nerazumevanje u odnosu sa nadređenim
- Neslaganje sa drugim zaposlenima, osećaj isključenosti
- Loše planirano vreme – gotovo je jednako stresno ako je zaposleni "pretrpan" poslom i kratkim rokovima, i ako je bez zaduženje i ima osećaj beskorisnosti.

Ipak, iako ste svaki dan okruženi nekim negativnim uticajima na poslu i stres počinjete da doživljavate kao nešto što je neizbežno, nemojte samo da se predate i dozvolite da budete žrtva ovih loših faktora. Postoje stvari koje možete da uradite za sebe, kako biste se borili protiv svakodnevnog stresa na poslu.

Nešto od onoga što vam može pomoći, zapravo može biti veoma prosto i jednostavno. Na primer, ako vam se desi neka loša situacija na poslu, možete da se odbranite smehom i humorom. Jednostavno pokušajte da napravite neku šalu i time premostite neku neprijatnu situaciju. Na kraju krajeva, sve zavisi od toga kako se postavite i kako gledate na neki događaj.



Evo nekih saveta kako da se borite protiv loših iskustava na poslu:

- *Porazgovarajte sa prijateljima o stvarima koje vas muče – čak i sama činjenica da to delite sa nekim će vam olakšati teret;*
- *Ako vam se neka situacija čini neizdrživom, pokušajte da mislite na neke lepe stvari kojima se radujete i koje tek treba da vam se dese;*
- *Kad vam se desi neko loše iskustvo na poslu, pokušajte malo da se distancirate i razmislite o tome koliko vam je to zaista važno – često nam stvari izgledaju lošije nego što zaista jesu.*

Iskoristite ove savete da se otrgnete iz svakodnevice koja vam je ispunjena stresom, oduprite mu se i umesto da on savlada vas, vi izađite kao pobednik. Sve zavisi samo od vaše volje i želje da pomognete sebi.

PRAKSE

#1
U SRBIJI

Izaberi svoj put!

Praksa

Obuka

Volontiranje



www.**PRAKSE**.rs

U borbi protiv **STRESA**



G

de god da krenete možete čuti priče o stresu zbog posla ili njegovog gubitka, preopterećenosti i slično. Postalo je gotovo neizbežno da se izbegne stress na poslu. To je pojava sa kojom se pre ili kasnije susretne svaki zaposleni bez obzira na zanimanje i radno mesto.

Istraživanju sprovedeno tokom aprila na portalu Poslovi.rs pokazalo je da najveći broj ljudi na poslu oseća stres svakodnevno, što tvrdi čak 75,2% ispitanika. Povremene stresne situacije tokom radnog vremena ima 15,7% učesnika ankete, dok retko kada i skoro nikad ukupno 9,1% re-spodenata.

Stres na poslu imate...

Svakodnevno	75,2%
Povremeno (jednom do dva puta nedeljno)	15,7%
Veoma retko (jednom do dva puta mesečno)	3,9%
Skoro nikada (par puta godišnje)	5,2%

Istraživanje: Poslovi.rs

ŠTA UZROKUJE STRES?

Razlog ovako velikog procenta ispitanika koji su ocenili da su pod stresom svakodnevno, može biti izazvan pritiskom zbog sve veće nazaposlenosti. Da je to zaista tako potvrđuju podaci da je strah od gubitka posla najčešći uzrok stresa (41,6%).

Prema anketi portala Poslovi.rs drugi uzrok stresa mogu biti konflikti i neslaganja (34,4%), dok je znatno manji broj anketiranih ocenio manjak vremena (14,0%) i lošu organizovanost (10,0%) kao glavni uzrok takvog osećanja.

Iako sasvim sigurno postoje i još puno drugih uzročnika stresa, ipak je mnogo važnije krenuti u borbu protiv stresa. I kao što u komunikaciji nije bitno šta kažete, nego kako nešto kažete, tako i pri oslobađanju od stresa nije toliko važno ko je njegov glavni uzrok (novac, kratki rokovi, konflikti...), već kako mu pristupate i borite se protiv njega.

Šta je najčešći uzrok stresa?

Strah od gubitka	41,6%
Konflikti i neslaganja	34,4%
Loša organizovanost	10,0%
Manjak vremena	14,0%

Istraživanje: Poslovi.rs

SAMOSTALNO ILI U DRUŠTVU

Univerzalni i idealni recept protiv stresa ne postoji. Svako stres doživljava, podnosi i amortizuje na sebi svojstven način. Nekima je lakše da sami pristupe

rešavanju stresnih situacija, dok postoje i oni kojima je potrebna pomoć prijatelja, roditelja, kolega da brže savladaju stres. Anketa na Poslovi.rs je pokazala da je za nijansu više onih koji smatraju da je bolje samostalno boriti se sa stresom.

U borbi protiv stresa...

Tražite pomoć drugih (razgovarate sa prijateljima, kolegama i saradnicima,...)	(42.5%)
Pokušavate sami da nađete rešenje (razmišljate koliko je sve to važno,...)	(57.5%)

Istraživanje: Poslovi.rs

Na koji vid borbe protiv stresa će se neko odlučiti, može zavistiti od brojnih faktora, a možda najviše od tipa ličnosti. Ono što je zajedničko i jednim i drugima jeste želja za pobedom, samo što biraju drugačije "oružje".

AKTIVNO ILI PASIVNO

Istraživanje koje je sprovedeno na portalu Poslovi.rs pokazalo je da je znatno veći broj onih ispitanika (76%) koji aktivno nastupaju, tj. odmah traže rešenje stresnih situacija, dok se 24% anketiranih rukovode narodnom izrekom strpljen spašen i radije odlučuju za pasivniji pristup oslobađanja od stresa.

Aktivan pristup predstavlja nastojanje pojedinca da odmah identifikuje izvor stresa, kako bi mogao da pređe u akciju i blagovremeno ga se oslobodi. Nasuprot aktivnom je pasivan pristup rešenju stresnih situacija, a njega karakteriše odsustvo inicijative za pronalaskom brzog odgovora na stres. Jednostavno, ljudi se prepuštaju situaciji i čekaju da se stvari reše same od sebe.

Druga šansa

STRES NA RADNOM MESTU U PORASTU

Stres u vezi sa radom je predmet zabrinutosti velike većine evropske radne snage, zaključak je 2. Evropskog ispitivanja javnog mnjenja o bezbednosti i zdravlju na radu. Istraživanje koje je sproveo Ipsos MORI u ime Evropske agencije za bezbednost i zdravlje na radu (EU-OSHA), prikupio je mišljenja preko 35.000 anketiranih građana iz 36 evropskih zemalja o sadašnjim pitanjima vezanim za radna mesta uključujući i stres na poslu, i koliko su važni bezbednost i zdravlje na radu za konkurentnost u privredi i u kontekstu dužeg radnog veka.

Osam od deset zaposlenih širom Evrope misli da će broj ljudi koji pate od stresa u vezi sa radom porasti u sledećih pet godina (80%), a čak 52% anketiranih očekuje da će „biti znatno u porastu“. Ovi podaci odražavaju rezultate istraživanja ESENER, pod okriljem EU OSHA o novim rizicima i rizicima na novim radnim mestima, pri čemu se došlo do podataka da 79% rukovodilaca misli da je stres problem u njihovim kompanijama, i da je stres u vezi sa radom isto toliko važan za kompanije kao što su i povrede na radu.

Stres u vezi sa radom je jedan od najvećih izazova sa kojim se Evropa suočava, kada gov-

orimo o bezbednosti i zdravlju na radu, i predstavlja ogroman trošak kada su u pitanju ljudsko zdravlje, bezbednost zaposlenih i privredni učinak. Anketa je pri tom pokazala da se velika većina Evropljana (86%) slaže da je neophodno sprovesti dobru praksu bezbednosti i zdravlja na radu da bi neka zemlja mogla da bude privredno konkurentna, dok se 56% anketiranih u tome veoma slaže. Gledišta su slična i među zaposlenima i onima koji ne rade (86% prvih i 85% drugih se u tome slažu).

Da li mislite da će se broj ljudi koji pate od stresa u vezi sa radom u Vašoj zemlji tokom narednih 5 godina.....?

<i>U mnogome povećati</i>	52%
<i>Neznatno povećati</i>	28%
<i>Ostati u otprilike istom broju</i>	12%
<i>Neznatno smanjiti</i>	4%
<i>U mnogome smanjiti</i>	3%
<i>Ne znam</i>	1%

„Finansijska kriza i promene u svetu rada nameću veće zahteve zaposlenima, pa stoga ne iznenađuje da ljudi prvo pomisle na stres kao faktor koji ih najviše ugrožava na radnom mestu” kaže dr Krista Sedlaček, Direktor EU-OSHA.

NORVEŽANI NAJMANJE ZABRINUTI, GRCI NAJVIŠE

„Bez obzira na godine, pol i veličinu organizacije, ogromna većina ljudi veruje da će stres u vezi sa radom biti u porastu. Uprkos tome postoje interesantne nacionalne varijacije kod onih koji očekuju da se stres u vezi sa radom „u mnogome uveća“, pri čemu su Norvežani najmanje zabrinuti (16%), na primer, a Grci najzabrinutiji u vezi porasta stresa (83% „u mnogome će se povećati“). Pozabaviti se problemom psihosocijalnih rizika jeste glavni stožer na kome EU-OSHA insistira da bi se poboljšali životi zaposlenih širom Evrope.”

STRES NA POSLU U SRBIJI

„Kada je stres u vezi sa radom u pitanju, praktično četiri od pet (78%) anketiranih građana Srbije veruje da će se broj ljudi koji pate od stresa u vezi

sa radom povećati u narednih pet godina, što je praktično u skladu sa odgovorom koji su dali i građani iz EU-27.

Takođe, devet od deset anketiranih građana (89%) se slaže sa tvrdnjom da poštovanje mera bezbednosti i zdravlja na radu doprinosi Srbiji da bude ekonomski konkurentnija zemlja. Nama ništa drugo ne preostaje nego da nastavimo da zajednički radimo sa socijalnim partnerima kako bi unapredili bezbednost i zdravlje na radu zaposlenih – ističe gđa Vera Božić-Trefalt, direktor Uprave za bezbednost i zdravlje na radu.

ZDRAVLJE NA RADU U EVROPI

Na kraju, u Evropskoj godini aktivnog starenja i solidarnosti među generacijama, ispitivanje javnog mnjenja je otkrilo da 87% javnog mnjenja širom Evrope veruje da su dobre prakse bezbednosti i zdravlja na radu važne kako bi pomogle ljudima da rade duže pre nego što odu u penziju (uključujući 56% onih koji kažu da su te dobre prakse „vrlo važne“).

Stres na radnom mestu je u porastu, izjavilo je oko 8 od 10 učesnika u velikom pan-evropskom ispitivanju javnog mnjenja.

Nedavno istraživanje Evrobarometra pokazuje da su mnogi Evropljani spremni da aktivno stare, ali trenutno stanje bezbednosti i zdravlja na njihovim radnim mestima im možda neće dozvoliti da nastave jos dugo da rade. Mada je širom Evrope tipično starosno doba za penzionisanje 65 godina, prosečno doba penzionisanja u 2009. godini bilo je oko 61.5 godina prema Eurostatu.

U istraživanju Eurobarometra, četiri od deset (42%) Evropljana veruje da će biti u stanju da obavljaju posao koji sada obavljaju do svoje 65 godine ili više, dok 17% očekuje da neće biti u stanju da nastave sa svojim sadašnjim poslom pošto navršše 59 godina. EU-OSHA je aktivno uključena u promociju Evropske godine za aktivno starenje u toku 2012. godine, kako bi pojačala potrebu za dobrom bezbednošću i zdravljem na radu u svim fazama radnog veka.

*Izvor: Evropska agencija za bezbednost i zdravlje na radu (EU-OSHA)
<http://osha.europa.eu>*



KO KONTROLIŠE STRES: mi njega ili on nas?

M

nogi ljudi govore da je život prepun stresnih situacija, i da ih na ovom svetu najviše nervira konstantna neizvesnost, jer se svet stalno menja, i zato što niko od nas ne može dugoročno da se opusti posle nekog postignutog rezultata. Zapravo, celog života se takmičimo i trudimo se da ne izgubimo igru koju igramo, što mnogima predstavlja najveći izvor stresa.

Hajde da sada zamislimo drugu situaciju. Oko nas je sve mirno, nema više takmičenja, više nije bitno da li će neko biti bolji, više nije bitno „igrati na uspeh“. Vreme prolazi i ništa se ne dešava. Nema uzbuđenja, monotonija je svuda oko nas. Svet polako tone u beskonačan san, nema razlike između godina, vekova... Pa da li to želimo? I da li je to konačna pobeda koju priželjkujemo, ili je to dokaz da više ne igramo?

Kada god pomislite da ste previše opterećeni, da vas stres strašno pritiska, da vam je on nametnut, da uslovno rečeno „nosite veliki teret“, setite se izreke koja kaže: „najteži teret osećate onda kada nemate šta da nosite“.

Ispričaću vam jednu priču...

Čuo sam za jednog ambicioznog menadžera po imenu Aleksandar. Rođen je u siromašnom predgrađu kao deveto dete od oca rudara i bolešljive neuke majke, koja u finansijskom smislu nije mogla da pomogne porodici. Ono što je za mnoge ljude bilo skromno, za njih je bilo gotovo raskoš. Ali uprkos tome, u njihovom domu se uvek osećala neka

topla atmosfera. Svi se slažu da je pileća supa koju je spremala njegova majka, bila nešto najukusnije, iako je u njoj, istini za volju piletine jedva i bilo. Za nekoga ko ima prevelike ambicije, kao što je Aleksandar, ova situacije nije bila ni malo povoljna. Bio je svestan činjenice da želi mnogo više ali nije znao kako doći do toga. Godine su prolazile, a njegovo nezadovoljstvo je bilo sve veće. Njegove želje nisu nikada bile u skladu sa realnim mogućnostima. To je njemu predstavljalo još veći napor, zapravo izvor nezadovoljstva i stresa. Odlučio je da se suprotstavi stresu, tako što će učiniti sve što je u njegovoj moći, ne bi li dostigao svoje visoke ciljeve. Bio je spreman da konstantno radi, uči, greši, sporo napreduje, ali rešen da stigne do svog tako jako željenog cilja. Stvari su počele da se menjaju. Od običnog honorarnog prodavca, relativno brzo napreduje u hierarhiji rukovođenja jedne velike korporacije. Ali, kojom brzinom je napredovao, tom brzinom se i onaj pomenuti teški stres uvećavao, zbog težine obaveza i odgovornosti koje je preuzimao. Dakle, stres zbog loše materijalne situacije i velikog raskoraka između želja i mogućnosti je zamenio sa još većim stresom, zbog prevelikih obaveza i odgovornosti.

Međutim, Aleksandar po prirodi uporan, i ovoga puta ne odustaje, već donosi odluku da se stresu suprotstavi još žestocije tako što će raditi još više i konačno zaraditi dovoljno novca da može prestati sa preteranim radom, i obezbediti sebi trajnu egzistenciju i lagodan život. Godine su prolazile a on je zaista naporno radio. Gotovo da i nije primetio period kada je

stekao ogromno materijalno bogatstvo, koje mu je omogućilo da prestane sa radom, koji ga čini tako stresnim i nervoznim. Ubrzo se to i dogodilo! Aleksandar se povlači sa svih funkcija u miran život, uveren da će konačno dobiti bitku sa stresom.

Ali da li je stres stvarno nestao? Kraće vreme, koje bukvalno nije trajalo više od par dana, izuzetno mu je prijalo. Nema gužve, teških i napornih sastanaka, borbe sa konkurencijom na tržištu, previranja u okviru korporacije, nezadovoljnih klijenata, radnika sa lošim navikama, telefona i kompjutera, konstantna jurnjava za novim znanjem, i večitog pitanja, kako biti za korak ispred konkurencije? Ničeg više nema! Svuda je mir i spokoj. Dani su mirniji a istovremeno i sve više dosadni. Nervozna opet navire, nezadovoljstvo izbija na površinu, i eto ga opet onaj njegov večiti trabant u vidu stresa.

Opet su se njih dvojica sreli! Stres i on, oči u oči. Ovoga puta, Aleksandar vidno iznenađen i zatečen, prokomentarisao sebi: „zar sam se za ovo borio? Da li je ovaj mir i spokoj ono što ja zaista želim?“ Za trenutak je pomislio da je dugogodišnji rat koji vodi protiv stresa, izgubio, jer on nema više načina kako da ga pobedi, jer se on tako uporno vraća, bez obzira na to šta je radio i kakvo bogatstvo imao. U trenutku tog očajanja, setio se one majčine pileće supe koju su svi voleli a njega je tako nervirala. Osetio je da mu samo ta supa može pomoći, jer je ona trenutno nešto najlepše čega se seća u životu. E da mu je bar jedna porcija te skromne pileće supe, u kojoj je jedva bilo piletine. Tada oseti veliku

prazninu, jer postade svestan da njegove majke već duže vreme nema. Davno je umrla, a on od silnih obaveza nije ni stigao da je propisno ožali. Sada bi ceo svoj život, i bogatstvo koje je stekao, menjao upravo za tu pileću supu i dane kada su oni u svom skromnom domu živeli teško ali na neki način spokojno. Da li je sada vreme za kajanje i novi stres? Par trenutaka kasnije njegove misli ispuni neka vedrina. Odjednom, kao da mu bi jasno zašto se sve ono dešavalo predhodnih godina. Odgovor je tu! On je pokušao da pobegne od stresa, a stres je bio u njemu: „*otkrio sam protivnika, to sam ja sam! Ja stresu dajem na značaju, on je posledica moje percepcije, mojih misli.*“

Kako vam se čini ova priča? Možda neki prepoznaju sebe.

A šta je zapravo stres?

Većina ljudi stres doživljava kao nešto što se ne može izbeći kao sastavni element svakog uspeha, karijere, braka, veze i života uopšte, kao surovu stvarnost koja nas okružuje. Neki stres nazivaju „kugom“ 21-og veka. Teoretski, svaki stres uključuje sledeća tri faktora:

- 1. STRESOR** – svaki događaj ili samo određena okolnost uopšte, koja izaziva stres.
- 2. POJEDINAC** – svaki čovek sa svojim specifičnostima ima različitu percepciju ili doživljaj određenih događaja, pa samim tim i različite reakcije na isti.
- 3. REAKCIJA** – odgovor pojedinca kroz različito reagovanje u fizičkom i

Tri faktora stresa:

- 1. Stresor*
- 2. Pojedinač*
- 3. Reakcija*

psihološkom smislu.

Većina nas reč – stres, koristimo kao dominantan razlog za sve ono što ne valja u našim životima, odnosno kao moguće opravdanje za mnoge naše neuspehe. Ali ako uspeemo da shvatimo odakle dolazi i u kakvoj tesnoj vezi je sa našim mislima, onda imamo mogućnost da ga otklonimo, uprkos situaciji u kojoj se nalazimo. Zapravo, možemo konstatovati da je stres društveno prihvatljiv vid mentalne bolesti, koji kao takav može biti eliminisan, kada shvatimo da dolazi iz naših umova. Intezitet stresa se značajno uvećava sa većim intezitetom naših negativnih misli.

Velika nevolja sa stresom je činjenica da ga ogromna većina, doživljava kao određeni mehanizam koji ne potiče od njih, već je od spolja usmeren ka njima. E, tu je zamka u koju upadaju i postaju njegove potencijalne žrtve. Oni pokušavaju da se tada „bore“ sa svojim

okruženjem i sa mnogim stvarima na koje ne mogu ni u snu uticati, i na taj način stupaju u beskonačnu borbu koja ih frustrira i kao rezultat daje još veći stres, umesto da na stres gledaju kao na nešto što u realnosti ne postoji, već egzistira samo u njihovim mislima.

Dokle god budemo obraćali veliku pažnju na svoje negativne misli, mi ćemo biti izloženi stresu. Da bismo se rasteretili stresa, prvo što moramo da uradimo, jeste da shvatimo da je on samo naša percepcija određenih događaja, a ne nešto što je sastavni deo i glavna karakteristika tog događaja.

Stres zapravo možemo definisati kao nezdravo psihološko funkcionisanje, i naš odgovor bi morao biti izražen u vidu smirenosti, nepanichenja i odsust-



va samosažaljenja. Odnosno, moramo posmatrati situaciju čistog uma, krajnje objektivno i korišćenjem raspoloživih činjenica, doneti racionalnu i realnu odluku. To bi onda predstavljalo naše zdravo psihološko funkcionisanje. Ma koliko bilo apsurdno, možemo reći da stres može imati isvoju pozitivnu stranu, jer nas upozorava da se udaljavamo od normalnog psihičkog stanja, odnosno stanja sreće, kojem svi mi težimo.

I na kraju, možemo reći da se javljaju dve vrste stresa koje imaju suprotno emocionalno značenje:

1. EUSTRES – nastaje kao rezultat pozitivnog doživljaja
2. DISTRES – nastaje kao posledica neprijatnog doživljaja.



Preporuka

Ako uspemo da ne dozvolimo svojim negativnim mislima da dominiraju našim umom, postaćemo produktivniji i efikasniji u svim sferama posla i života uopšte. Pokušajmo da stres shvatimo kao nešto što je u nama, a ne kao nešto što nam je nametnuto, jer samo se tada protiv njega možemo boriti. Pored toga što nam zagorčava život, stres i puno košta. Procenjuje se da u Velikoj Britaniji on odnese čak 10% društvenog bruto dohotka a u SAD-u preko milijardu dolara svake godine. Zato, kada god osetite stres, setite se da vas od zadovoljstva deli samo jedna misao. Kako ćemo se osećati, zavisi od naših misli a ne od okolnosti u kojima se nalazimo.

„Kontrolišite vaš stres, ili će on kontrolisati vas“

- D.R.Gilbert

*Tekst je priređen po knjizi „Dobijaju svi oni koji igraju“, D.R.Gilberta (Dragiše Ristovskog), direktora i osnivača D.R.Gilbert centar grupa i D.R.Gilberta consultinga.
www.drgilbert-centar.com*

**NOVO!
UPIS JE U TOKU!**

Za polaznike I generacije
smo obezbedili
popust od 50%!

AKADEMIJA KOMERCIJALNE KOMUNIKACIJE D.R.Gilbert Centra

(Akademija prodaje i pregovaranja)

D.R.Gilbert centar group i D.R.Gilbert consulting u saradnji sa Privrednom komorom Beograda pokreću najnoviji projekat – šestomesečnu Akademiju komercijalne komunikacije namenjenu profesionalnim prodavcima, menadžerima i svim onima koji u svakodnevnoj komunikaciji nude svoje proizvode, usluge, ideje, projekte... Celokupan program Akademije bazira se na standardima i principima obuke u okviru D.R.Gilbert centra. Svi predavači su dugogodišnji treneri sa velikim praktičnim iskustvom iz pomenutih oblasti.

O svim temama značajnim za vrhunskog



pregovarača iz bilo koje oblasti govorićemo kroz XIII modula u toku šest meseci. Svi polaznici će pre početka i na kraju Akademije biti testirani putem Testa prodajnih i komunikacijskih veština i biće im svečano dodeljene diplome sa ocenama A, B ili C. Za najbolje polaznike je ostavljena mogućnost da postanu licencirani treneri D.R.Gilbert centra.

Detaljnije informacije možete dobiti na telefone 011/32-30-738, 062/235-913 ili putem e-maila akademija@drgilbert-centar.com.



DIGITAL MEDIA MANAGER

Iako su mnogi čuli za Account Executive ili Account Manager zanimanja, malo njih je pak čulo za Digital Media Managera. Za razliku od prethodna dva, ovo zanimanje je prvenstveno vezano za digitalni svet marketinga.

Budući da internet mreža neprestano raste i evoluira, te da se ovde odvija značajan deo marketinških aktivnosti kompanija, Digital Media Manager je profesija koja će se samo širiti i postajati sve potrebija.

Šta znači ovo zvanje?

Digital Media Manager je stručnjak zadužen za projekte u oblasti internet marketinga. To je neko ko se brine o pozitivnom imidžu kompanije, te proširenju njene prisutnosti i distribuiranju proizvoda i usluga koje ona nudi, ali u – digitalnom virtuelnom svetu. Ovo postiže uglavnom kroz izgradnju dobrih odnosa sa postojećim, ali i potencijalnim klijentima i potrošačima, putem društvenim mreža, blogova, kao i brojnih drugih onlajn servisa.

Ako ste Digital Media Manager možete raditi u...

Stručnjaci za onlajn marketing neophodni su svakoj kompaniji, organizaciji, vladinoj

i nevladinoj, ustanovama i institucijama u različitim oblastima. Naročito su ovakvi profesionalci potrebni pri promovisanju nekog događaja, kao što je koncert ili sportska manifestacije, gde je važno da ova informacija dođe do što više zainteresovanih. Ipak, najčešće ovakav stručnjak vodi svoj tim u nekoj marketinškoj agenciji, te tako posrednim putem radi za različite kompanije, organizatore događaja i slično.

Kako izgleda jedan radni dan u životu Digital Media Managera?

Većina radnog vremena onih koji se bave ovom profesijom vezana je za onlajn medije, društvene mreže, kao što je fejsbuk, blogove i slična onlajn „mesta za druženje“. Oni se trude da komuniciraju sa što više posetilaca ovih veb portala, da unaprede svoja znanja



i iskoriste što više prednosti ovih onlajn ser-
visa, koji mogu koristiti za poslovanje.

Cilj i zadaci:

Cilj svakog Digital Media Manager-a je izgradnja prepoznatljivog, pozitivnog i uspešnog imidža kompanije i njegovo širenje među što većim brojem potrošača, poslovnih saradnika, ili onih koji to tek treba da postanu. Ovo se postiže kroz plasiranje zanimljivih i pozitivnih informacija i priča, organizovanje raznih onlajn akcija, nagradnih igara i slično. Ovo podrazumeva stalnu komunikaciju sa onlajn korisnicima.

Zadaci Digital Media Managera:

- Upravljanje svim aktivnostima vezanim za digitalne medije u agenciji.
- Povećanje prodaje proizvoda ili usluga klijenta za kojeg radi.
- Upravljanje svih aspekata onlajn projekta koje vodi.
- Izrada i upravljanje budžetom projekta.
- Upravljanje timom stručnjaka koji rade na projektu.
- Pisanje izveštaja za klijente.
- Prisustvovanje redovnim poslovnim sastancima sa klijentima i ostalim učesnicima u projektu.
- Koordiniranje aktivnosti među dizajnerima, animatorima i kreativnim timom.
- Održavanje veze sa klijentima i obaveštava ih o razvoju projekta.



VLADIMIR ARANĐELOVIĆ

Digital Media Manager u Direct Media



Kako izgleda jedan Vaš tipičan radni dan?

- Ako su oblast vašeg rada digitalni mediji, tipičan radni dan jednostavno ne postoji. Razvoj i brze promene interneta se prenose i na naš posao i, samim tim, na radni dan. Svako ko se bavi ovim poslom mora da računa na prosečno dva sastanka dnevno. Pregovori sa medijima i razvojnim timovima sa jedne, i klijentima sa druge strane, dovoljno govore

o našem poslu – mi smo posrednici i organizatori. Sa klijentima se uglavnom razgovara o projektu, njegovoj realizaciji i izveštavanju. Sa planerima i razvojnim timovima su najčešće teme kreiranje strategije, medijsko planiranje i razvoj kreativnog koncepta kampanje, ali i razvoj novih tehnologija koje koristimo u radu, dok sa medijima uglavnom pregovoramo oko realizacije projekata. Važno je napomenuti da oko dvadeset odsto

radnog vremena posvećujemo razvoju i testiranju novih ideja, tehnologija, procesa i modela, jer je inovacija konkurentska prednost nas i naših klijenata.

Kada počinjete, a kada obično završavate svoj radni dan?

- Sa radom počinjemo oko 9, a na raspolaganju smo uvek kada smo budni. Dinamičnost medija često zahteva brze reakcije, a ponekad i stalno praćenje razvoja projekta. Da bi se postigli vrhunski rezultati za klijente, neophodno je detaljno istraživanje, planiranje projekata, koordiniranje tima stručnjaka, praćenje rezultata i, na kraju, izveštavanje, što je jedini zadatak koji nije vremenski uslovljen.

U prirodi interneta leži i njegova osnovna snaga u odnosu na tradicionalne ili *off-line* medije, a to je interakcija, bilo između medija i korisnika, samih korisnika ili samih medija. Takva sloboda interakcije predstavlja i svojevrsnu „medijsku“ opasnost, što može da se uporedi sa osobom koja je na trgu iznela svoje stavove pred skoro četiri miliona ljudi, koliko ima korisnika interneta u Srbiji.

Ako shvatite da se komentar svake od tih osoba čuje jasno i glasno koliko i vaši stavovi – razmeli ste prirodu digitalnih medija. U suprotnom ćete dobiti „eho“ koji je potpuno van kontrole i vaših prvobitnih planova. Otuda i pomalo nestandardno radno vreme - korisnici na internetu neće čekati da se vi vratite u kancelariju, jer jednostavno ne moraju.

Šta je to što ovu profesiju izdvaja od drugih, šta je to što digital media menadžer može što drugi ne mogu? Koji su najzanimljiviji i najzudljiviji zadaci jednog digital

media menadžera?

- Uz informacije i nove tehnologije u internet marketingu, moguće je saznati sve o prosečnom predstavniku ciljne grupe i prikazati reklamnu poruku proizvoda za koji ste verovatno zainteresovani, pri tome stvarajući win-win ishod – klijent je precizno pronašao svoje korisnike, a vi niste zatrpani irelevantnim reklamama. Prednost ovog posla, ujedno i obaveza, predstavlja stalno praćenje i testiranje novih tehnologija. Jedan od najvećih izazova je brzo snalaženje u potpuno novim situacijama. Brz napredak i veliki broj medija i servisa na internetu su u stanju da stvore neograničen broj scenarija u kojima se nalaze vaši projekti.

Šta je za Vas uspeh u ovoj profesiji?

- Uspeh naših klijenata je i naš uspeh. Kao lideri na tržištu nosimo i veliku odgovornost za razvoj tržišta i društva. Zbog toga pojam uspeha proširujemo i na rezultate koje postizemo u razvoju medijskog tržišta, podršci malim i perspektivnim medijima, razvoju samoregulatornih tela i kodeksa koji uređuju ponašanje oglašivača i poštovanje korisnika i njihove privatnosti na internetu. Ukratko, najveći uspeh je kada svoj posao organizujete i realizujete tako da se ciljevi klijenta, agencije, medija, društva i vas samih podudaraju.

Koje osobine treba da poseduje uspešan digital media menadžer, prema vašem iskustvu?

- Osobi koja nema sklonost ka strateškom i analitičkom razmišljanju bi bilo veoma naporno da se bavi ovim poslom. Količina informacija koju internet marketing može da generiše je ogromna, pa u ovoj profesiji

morate da izdvojite najvažnije. Čak i nakon toga ostaje puno podataka koje treba procesuirati kako bi se donela ispravna odluka u kratkom roku. Takođe, efikasna komunikacija i upravljanje raznovrsnim timovima ljudi je osobina koja je u ovoj profesiji na svakodnevnom testu.

Ako govorimo o određenom profilu...

- Svoje tehničko obrazovanje sam uspeo da spojim sa hobijem i znanjem i iskustvom u oblasti medijskog planiranja koje sam stekao u prvih par godina rada u Direct Mediji. Ono što odlikuje profesionalce u ovoj oblasti je odlično poznavanje i svakodnevno korišćenje novih tehnologija – popularnih „gedžeta“ i ostalih uređaja, društvenih medija, eksperimentalnih servisa... Za uspešno bavljenje ovim poslom je neophodno stalno nadograđivati znanje, jer biste u suprotnom verovatno i sami zastareli za godinu dana.

Savet

- Svima u ovoj profesiji bih preporučio da se potrudite da steknu što širu sliku o digitalnim medijima. Razumevanje pozicije interneta u životu pojedinca, marketingu, biznisu, ekonomiji i društvu uopšte je velika prednost, jer rapidni razvoj ne ostavlja dovoljno vremena za stvaranje kvalitetne teorijske osnove koja bi bila dostupna široj javnosti.

Pripremila: Milica Nastasić



BUDITE U KLUBU NAJBOLJIH POSLODAVACA



**PREDSTAVLJAJU
POSLODAVCA MESECA
ZA MART 2012.**



NEOPLANTA

Neoplanta je jedan od najstarijih brendova u Srbiji sa tradicijom dugom 126 godina. Od davne 1885.godine do danas, Neoplanta je očuvala tradicionalnu preradu mesa, visok kvalitet i strogu zdravstvenu ispravnost i bezbednost svojih proizvoda. Na preko hiljadu hektara zemljišta uzgajamo kulture koje koristimo kao sirovinu za proizvodnju stočne hrane i tako počinje lanac koji je od početka do kraja pod našom kontrolom.

Sledeća snažna karika je naša farma svinja, jedna od najvećih u regionu, i u čijem sklopu, kao osnov garancije kontinuiteta kvaliteta, imamo svoj repro centar u kojem vršimo remont osnovnog stada. Snaga naše kompanije ogleda se u svakom segmentu proizvodnje i poslovanja – svakog meseca proizvedemo blizu million kilograma mesa i mesnih prerađevina. U portofliju imamo 85 delikatesnih proizvoda, koji se neprestano razvija i širi u skladu sa novim zahtevima potrošača.

Od oktobra 2007.godine Neoplanta ulazi u sastav kompanije Nelt, vodeće distributerske kuće i provajdera logističkih usluga na teritoriji Južnog Balkana. Za Neoplantu, to je značilo početak nove faze razvoja, poslovanja i modernizacije. Sa svojom dugom tradicijom i kvalitetom proizvoda, a u sinergiji sa znanjem i energijom Nelta, Neoplanta je sve bliža cilju da postane apsolutni regionalni lider u mesnoj industriji.

U kompaniji Neoplanta radi blizu 700 ljudi koji svakodnevno sa sobom nose znanje, volju i optimizam. Zapošljavamo iskusne stručnjake ali i mlade i vredne ljude, spremne na stalno usavršavanje i unapređivanje znanja i veština. Od svojih zaposlenih očekujemo inicijativu i kreativnost uz visok nivo profesionalnosti i odgovornosti.

Neoplanta podstiče otvorenu, dvosmernu komunikaciju sa svojim zaposlenima. Redovno ih informišemo putem portala i internog časopisa, dok kroz različite projekte i programe nastojimo da čujemo njihove stavove, predloge i sugestije. Nastojimo da kroz stvaranje pozitivne radne atmosfere i povećanje stepena zadovoljstva radnika, podstaknemo njihovo puno radno angažovanje i efikasnu realizaciju postavljenih ciljeva i zadataka.

Svojim zaposlenima, Neoplanta nudi mogućnost za lično i profesionalno usavršavanje. Njihova znanja i veštine nastojimo da unapredimo kroz raznovrsne edukativne aktivnosti (seminare, obuke, kongrese, posete, sajmove...). Obuke se sprovode eksterno (u saradnji sa edukativnim kućama i organizacijama), i interno (treninzi organizovani od strane kompanije Nelt), a u toku je i formiranje Neoplantinog internog trening tima, koji ima za cilj aktivan transfer znanja među našim zaposlenima.



Rad u Neoplanti predstavlja rad u dinamičnom i proaktivnom okruženju kao i rad u kompaniji koja krupnim koracima grabi napred ka ostvarenju svojih visoko postavljenih ciljeva. Na tom putu, Neoplanta intenzivno radi na tome da unapredi položaj i znanja svojih zaposlenih kao i da pruži inspirativnu sredinu za nove zaposlene koji se svakog dana priključuju našem timu.

Naša vizija je postati jedna od vodećih prehrambenih kompanija u region proizvođači i distribuirajući proizvode najvišeg kvaliteta jer mi verujemo da je zdrava i kvalitetna hrana osnov za zdrav i kvalitetan život.

Mi želimo da "danas" učinimo ukusnim.

Patelina

Stvorena za
uživanje!



OSOBI NE USPEŠNIH MENADŽERA

Šta čini menadžera uspešnim?

Ako želite da znate šta jednog menadžera čini uspešnim, zapitajte se prvo šta sama ta reč znači i odakle potiče. Reč *manager* je preuzeta iz engleskog jezika i potiče od glagola *manage* što znači upravljati, rukovoditi, nadgledati. Dakle, menadžer je neko ko upravlja ili rukovodi projektom, kompanijom, zaposlenima.

Danas postoje razni kursevi i škole koji su posvećeni podučavanju menadžmenta i cilju da kod učenika razviju upravljačke sposobnosti. Međutim, uspešnog menadžera ne čini samo znanje i veština, nego i njegove lične vrednosti i osobine.



USPEŠAN MENADŽER JE DOBAR ORGANIZATOR

Da biste kao menadžer uspešno obavljali svoj posao, najpre je potrebno da imate izuzetne upravljačke i organizacione veštine. Menadžer se najčešće nalazi na vrhu nekog proizvodnog procesa ili projekta i njegov je osnovni zadatak da njima dobro koordinira i omogućava da se oni odvijaju bez prestanka. Zbog toga je neophodno da menadžer uvek planira i organizuje, da bi dobro upravljao.



USPEŠAN MENADŽER JE OSOBA OD POVERENJA

Pošto je menadžer neko ko upravlja ne samo procesom, nego i ljudima, veoma je bitno da je on osoba u koju zaposleni mogli da se pouzdaju, zato što njihov posao zavisi od njega. Ukoliko se zapitate da li ste vi prava osoba za ovu poziciju, razmislite da li bi vas drugi opisali kao „čoveka od poverenja“, kao nekog kome bi poverili svoj posao, neku svoju tajnu, pa čak i svoj život. Vi morate da budete neko ko može da stekne poverenje svojih zaposlenih.



USPEŠAN MENADŽER JE DOBAR LIDER

Mnogi afirmisani menadžeri imaju u sebi razvijene liderske sposobnosti. Ovo je veoma bitno kada vaš posao zahteva da upravljate

manjom ili većom grupom ljudi. Zaposleni od vas očekuju da ih vodite pravim putem, da vidite dalje od njih, da šire sagledate situaciju, da imate viziju.

Da biste saznali da li ste uspešan vođa, prisjetite se da li ste nekada bili u prilici da vam saradnici ili prijatelji prepuste da vi upravljate nekim zajedničkim poslom ili prosto da organizujete nešto za njih. To je pokazatelj da u vama vide nekog ko je sposoban da ih vodi.



USPEŠAN MENADŽER JE VEOMA VEŠT U KOMUNIKACIJI

Zbog stalnog kontakta sa zaposlenima, dobar menadžer mora da ima veoma razvijene komunikacione sposobnosti. Često nije bitno šta zaposlenima kažete, nego kako to kažete, odnosno da li ste sposobni da izaberete način saopštavanja koji će izazvati pozitivne reakcije zaposlenog, bez obzira na neprijatan sadržaj koji mu saopštavate.



Uspešan menadžer je onaj koga svi prate, onaj koji ima viziju, ali i sposobnost da je prezentuje na dobar način, neko kome se poklanja poverenje i organizacija. Vi ste snažniji od drugih i tu snagu upotrebljavate da im pomognete da se kreću u pravom smeru, vi vidite dalje i šire i tu sliku dočaravate drugima. Kao dobar menadžer, uporni ste i istrajni, i što je veoma bitno, imate sposobnost da svoju snagu, volju i pozitivnu energiju prenesete svojim zaposlenima.

POSAO ZA 3.500 LJUDI NA JAVNIM RADOVIMA

Na izvođenju 365 projekata javnih radova u Srbiji ove godine će biti angažovano 3.500 ljudi, za šta će iz republičkog budžeta biti izdvojeno oko 450 miliona dinara.

Prema rečima Dejana Jovanovića, direktora NSZ, javne radove izvodice oko 2.000 osoba koje nemaju kvalifikaciju, sa trećim i četvrtim stepenom stručne spreme biće angažovano oko 1.200 ljudi, dok će oko 200 njih biti angažovano sa fakultetskom diplomom.

Javni radovi mogu da traju najduže šest meseci i u radnu knjižicu se upisuje radni staž, dok je neto zarada koja će se isplaćivati u rasponu od 20.000 do 24.000 dinara.

Javni radovi će biti sprovedeni u tri ključne oblasti: socijalne, humanitarne i kulturne delatnosti - oko 158 projekata na kojima će biti zaposleno 1.242 osobe, u oblasti životne sredine - 126 projekata koji će uposliti 1.459 osoba i infrastrukture - 81 projekat gde će biti angažovano 777 osoba.

Kao i ranijih godina, najveći broj javnih radova (44,11 posto) biće sproveden u devastiranim područjima, nerazvijenim opštinama i područjima od posebnog interesa. Javni radovi će doprineti prevazilaženju problema koje budžeti opština i gradova imaju i gde postoji realna potreba, da se određenim javnim radovima reše određeni lokalni problemi.

Angažovanje gerento-domaćica da brinu o starima i iznemoglima, medicinska nega osoba, samo su neka od zanimanja iz socijalne oblasti gde se u ulozi izvođača radova nalaze socijalne ustanove, domovi zdravlja. Takođe, učestala je i potreba za održavanjem određenih javnih površina, bilo da je reč o parkovima ili održavanju seoskih grobalja, što se pokazalo kao velika potreba jer veliki broj sela nema dovoljno novca da odrati takve

poslove.

Interesovanje nezaposlenih za obavljanje javnih radova je veliko, pa su zbog toga u NSZ primenjivali stroge kriterijume pri likom odabira javnog rada koji će biti finansiran. Jedan od kriterijuma bio je stepen razvijenosti opština i gradova, a imao se u vidu i prioritet konkretne lokalne zajednice.

Direktor NSZ-a je istakao da će se sprovoditi striktna kontrola poštovanja ugovornih obaveza od strane izvođača, da li su angažovali sve osobe, da li redovno izmiruju plate i doprinose za radnike i da li teče radni staž, ali i da li je ono što je predviđeno projektom sprovedeno.

Za javne radove vlada veliki interes i kod romske populacije, a NSZ ima posebne programe, koji su isključivo namenjeni Romima.





JAVNI RADOVI ZA OSOBE SA INVALIDITETOM

Nacionalna služba za zapošljavanje (NSZ), odobrila je 311 projekata u okviru javnih radova namenjenih osobama sa invaliditetom na kojima će posao dobiti 2.074 građana.

Na projektima će se zaposliti 1.355 osoba sa invaliditetom i 719 asistenata. Iz budžeta Ministarstva ekonomije i regionalnog razvoja u ovoj godini je za te namene izdvojeno više od 470 miliona dinara.

U saopštenju NSZ se navodi da se sprovođenje ovih javnih radova može realizovati zapošljavanjem osoba sa invaliditetom ili zapošljavanjem drugih nezaposlenih lica - za pružanje usluga asistencije osobama sa invaliditetom. Korisnici usluga asistencije mogu biti osobe sa invaliditetom koje su radno angažovane ili se obrazuju, kao i osobe kojima je potrebna pomoć za zadovoljavanje osnovnih životnih i socijalnih potreba.

Od ukupnog broja odobrenih javnih radova, jedna polovina će biti sprovedena u nerazvijenim opštinama, koje pripadaju III ili IV grupi po razvijenosti, kao što su opštine Brus, Lebane, Rača, Merošina, Svrljig, Babušnica. Najviše projekata odobreno je za socijalne, humanitarne i kulturne

delatnosti - 275 na kojima će biti zaposleno 1.690 nezaposlenih, zatim iz oblasti zaštite životne sredine i prirode 30 na kojima će se uposliti 340 osoba, kao i šest projekata održavanja infrastrukture na kojima će raditi 44 lica.

Iz NSZ se ističe da se nezaposleni angažuju na period do šest meseci. Na poslovima javnih radova mesečno će im biti isplaćivane zarade prema stepenu stručne spreme i to 20.000 za I i II stepen, 22.000 za III i IV, 23.000 za V i VI i 24.000 za VII stepen stručne spreme, a ako se lica angažuju na poslovima asistencije 22.000 dinara bez obzira na stepen stručne spreme.

Na ovogodišnjem konkursu za sprovođenje javnih radova za zapošljavanje osoba sa invaliditetom ili angažovanje asistenata, podnet je 371 zahtev iz cele zemlje u vrednosti od 750 miliona dinara. NSZ će kontrolisati sprovođenje javnih radova, kao i redovnost isplate sredstava, dodaje se u saopštenju.

Konkurs za finansiranje omladinskih projekata

MLADI SU ZAKON 2012.



U skladu sa Zakonom o mladima i Nacionalnom strategijom za mlade, Ministarstvo omladine i sporta u partnerstvu sa 25 Resurs centara nastavlja da pruža podršku udruženjima mladih i neformalnim omladinskim grupama širom Srbije da kroz obuku i realizaciju omladinskih projekata podstiču aktivizam i volonterizam u svojim lokalnim zajednicama.

U 25 okruga Srbije raspisani su konkursi za finansiranje omladinskih projekata u cilju podsticanja aktivizma i volonterizma mladih.

Konkurs je namenjen mladim i kreativnim ljudima koji kroz aktivno učešće i volontersko angažovanje:

- motivišu i druge mlade, stvaraju uslove i aktivnosti za aktivno i kreativno provođenje slobodnog vremena
- učestvuju u uređenju javnih prostora u

kojima mladi provode slobodno vreme i/ili organizujete aktivnosti za mlade u tim prostorima

- promovišu solidarnost i humanost
- promovišu razumevanje, toleranciju i jednake šanse za sve mlade
- promovišu zdrave i bezbedne stilove života
- učestvuju u akcijama zaštite životne sredine.

Na konkurs mogu da se prijave udruženja mladih i neformalne omladinske grupe sastavljene od najmanje pet članova, kao što su đачki ili studentski parlamenti, razne omladinske sekcije i druge grupe mladih. Neformalne omladinske grupe moraju imati minimum jednu punoletnu osobu, a udruženja mladih moraju biti upisana u Jedinственu evidenciju udruženja mladih, udruženja za mlade i njihovih saveza, koju vodi Ministarstvo omladine i sporta, do trenutka podnošenja

NAJBOLJA INOVACIJA

konačnog predloga projekta nakon realizovane obuke. Neformalne omladinske grupe ne treba da budu evidentirane.

Konkurs je otvoren od 11. aprila do 11. maja 2012. godine.

Nastanak programa „MLADI SU ZAKON“

Da bi se stvorili uslovi da se podrže aktivni mladi ljudi koji žele da doprinesu boljem životu u mestu u kome žive, Ministarstvo omladine i sporta je 2010. godine pokrenulo program „MLADI SU ZAKON“ i u saradnji sa Resurs centrima u 25 okruga Srbije i finansiralo 178 omladinskih volonterskih akcija realizovanih u 91 opštini i gradu u Srbiji.

Tokom ovog programa, mladi su aktivno bili uključeni u proces izrade i promocije Zakona o mladima, a program je omogućio i da oko 270 različitih udruženja mladih i neformalnih udruženja mladih prođe obuku za pisanje projekata.



Република Србија
МИНИСТАРСТВО
ОМЛАДИНЕ И
СПОРТА

Ministarstvo prosvete i nauke, zajedno sa Privrednom komorom Srbije, Zavodom za intelektualnu svojinu i Fakultetom tehničkih nauka iz Novog Sada, i ove godine kao i prethodnih sedam, organizuje Takmičenje za najbolju tehnološku inovaciju u Srbiji 2012. godine.

Na takmičenju mogu učestvovati svi stanovnici Srbije, nezavisno od starosti, pola ili obrazovanja, koji imaju već realizovanu ili inovaciju koja je pred neposrednom realizacijom, uz uslov da su oformili tim od najmanje tri člana, koji će biti nosilac inovacije.

Dosadašnji rezultati sa 65 novotvorenih preduzeća, sa preko 490 pozitivno ocenjenih biznis i 270 marketing planova i sa više od 5.000 učesnika su potvrda opravdanosti organizacije takmičenja i podstrek za nove takmičare da stvaranjem inovacija, kao pokretačke snage razvoja svakog društva, svoje stvaralaštvo pokažu, provere, budu ocenjeni i osvoje vredne nagrade u okviru početnog nagradnog fonda od 5.5 miliona dinara.

Počev od 2007. godine u sistem takmičenja su uključeni i inovatori Republike Srpske, za koje nagrade obezbeđuje Ministarstvo nauke i tehnološkog razvoja Republike Srpske, tako da se i ove godine ta saradnja nastavlja u nepromenjenom formatu.

Rok za prijavu na ovogodišnje takmičenje je 15. maj 2012. godine, a sva komunikacija sa organizatorima i prijava se vrši putem sajta www.inovacija.org.

**НАЈБОЉА
ТЕХНОЛОШКА
ИНОВАЦИЈА**



Република Србија
Министарство
просвете и науке

SOBA BESA

Bes izazvan zbog partnera, dece, komšija koji sluša glasno muziku, kašnjenja plate, stalnog povećanja cena, gužve u saobraćaju, kratih rokova... može bitno ugroziti zdravlje ljudi, posebno usled dužeg nagomilavanja takvih osećanja.

Kako ga otkloniti? Uspešna žena iz Dalasa, Dona Aleksandar, došla je na ideju da otvori sobe u kojima će ljudi, zavisno od novca koji žele da izdvoje za to, moći da lome stvari od 5-25 minuta i tako se za vrlo kratko vreme oslobode besa.

Prema njenim rečima, do sada su usluge ovih soba koristili svi, od intelektualaca do domaćica...

Soba besa nije obična. Ona može izgledati kao kancelarija, spavaća soba, kuhinja i slično, u zavisnosti od toga šta je izvor nečijeg gneva. Kad klijent uđe u sobu, dozvoljeno mu je da razbija sve pred sobom i u te svrhe može da ponese od kuće palicu ili jednostavno da lomi rukama.

Kako to izgleda u praksi? Pisac Deni Galager, priuštio je sebi jednu takvu "tera-

piju" i posle toga odlučio da podeli svoje iskustvo sa svima, posredstvom medija. Njegova soba imala je izgled kancelarije i rezervisao je na 15 minuta. Međutim, bilo mu je dovoljno trinaest, da se oslobodi stresa i oseća kao nov.

Galager je samo jedan od velikog broja ljudi koji su do sada koristili sobu besa. S obzirom na činjenicu da je većina ljudi svakodnevno pod stresom, Doni izgleda nije bilo toliko teško da razvije ovaj biznis.



SAJAM zapošljavanja 24. april Beograd

Nacionalna služba za zapošljavanje organizuje Sajam zapošljavanja mladih "Zajedno do poslovnog cilja" u utorak, 24. aprila 2012. godine, od 10 do 17 časova, u Belexpocentru, na Novom Beogradu, ulica Španskih boraca 74.

Na sajmu će se predstaviti 40 poslodavaca među kojima su i Coca Cola HDC, Fiat automobili, IDEA, Nestle Adriatic Foods, Delhaize Serbia, Metro Cash & Carry, Robert Bosch, ORION Telekom, Galenika, Vojska Srbije, Delta Sport, DDOR Novi Sad i mnoge druge uspešne kompanije i preduzetnici.

Na ovogodišnjem velikom sajmu u Beogradu poslodavci su ponudili različita slobodna radna mesta, te će biti šansi za nezaposlene svih profila. Otvorene su pozicije za diplomirane farmaceute, inženjere arhitekture, građevinske, elektrotehničke i mašinske inženjere, diplomirane ekonomiste, pravnike i veterinare, ali i za ostale diplomce društvenih fakulteta. Poslodavci su ponudili i slobodna radna mesta za prodavce, mesare, trgovce, kuvare, vozače, administrativne radnike, poslovne sekretare, operatere na CNC mašinama, komercijaliste, ali i mnoga druga radna mesta koja nismo naveli.

Sajmovi zapošljavanja omogućavaju direktan kontakt poslodavaca i nezaposlenih. Pozivamo sve nezaposlene koji žele da posete Sajam da se jave svojim savetnicima za zapošljavanje, od kojih će dobiti sve neophodne informacije o tome kako da se predstave budućim poslodavcima.

ODRŽAN Career Days

Sajam edukacije, praksi i poslova - Career days, održan je sredinom aprila u Belexpocentru na Novom Beogradu. Njegovo otvaranje uveličali su predstavnici kompanija učesnica, brojni sponzori i medijski partneri sajma, među kojima su bili portal Poslovi.rs i Magazin Karijera.

Otvarajući sajam Career Days gradonačelnik Beograda je istakao da je "prošlo vreme kad se radilo od 7h-15h, a od toga se od 7h – 9h doručkovalao, do 13h radilo, a od 13h spremalo za odlazak kući," želeći na taj način da istakne da u gradu nema mesta za one koji ne žele da rade, već samo za one koje poseduju kvalitet i znanje.

Career days je drugačiji od ostalih sajмова zapošljavanja, ne samo po osamnaestogodišnjoj tradiciji, već i zato što se prošle godine posredstvom njega zaposlilo stotinu maladih i školovanih ljudi, a njih 150 obezbedilo je sebi praksu u nekoj od kompanija učesnica.

Iz organizacionog tima AIESC-a poručeno je da je ovaj sajam još jedna šansa mladima da pronađu posao i da se bliže upoznaju sa radom velikih kompanija.



POMISLI

POŽELI

OSTVARI

**Brzo
Lako
Jednostavno**

Poslovi.rs