

Tisková zpráva: EKS vydává knížku, která zvedá sebevědomí

Praha, 1. 12. 2015 Monice je čtyřicet a na první pohled jí nic nechybí: má dvě zdravé děti, manžela, který jí má stále rád, a práci, která jí baví. A přesto se začíná sama sebe ptát: *je tohle všechno, co život nabízí?* Odpovědi na tuto otázku s ní hledá nová publikace Evropské kontaktní skupiny **Průvodce světem (ne)praktické ženy**, kterou lze zdarma získat na www.ekscr.cz.

V dnešní době je stále běžné, že ženy na sebe myslí až jako poslední. Mnoho z nich však touží po seberealizaci a chce od života víc, než jen věčnou štafetu práce-domácnost. A o tom, že ani ve čtyřiceti není pozdě začít si plnit své sny, vypráví tento netradiční průvodce.

Čtenářky se v úvodu knihy seznámí s hlavní hrdinkou Monikou v jejím běžném rodinném a pracovním životě, ale zároveň mohou sledovat, kterak se vypořádává s pocitem hledání něčeho, co přesně neumí pojmenovat. V úvodu knihy si proto Monika dává rok na to, aby objevila, co ještě od života chce. Společně s čtenáři postupně přichází na to, v čem je dobrá, a při nejbližší příležitosti (která na sebe nenechá dlouho čekat) se rozhoduje konečně se za sebe jednou postavit.

Zjišťuje zároveň, jakou sílu v sobě skrývají i další ženy v jejím okolí. Například kamarádka Beáta, která se dvěma puberťáky odešla od žárlivého manžela. Milena, ke které se těsně před důchodem v práci rozhodně nezachovali féer. Nebo její vlastní máma, která jako pravá socialistická superžena stíhala úplně všechno, ale ztratila sama sebe.

Vydání **Průvodce světem (ne)praktické ženy** bylo inspirováno příběhy žen, se kterými EKS dlouhodobě pracuje v rámci projektu *Rovné příležitosti na každý den*. Od září 2014 pro ně v Novém Městě na Moravě pořádala sebezkušenostní semináře a workshopy s cílem šířit povědomí o genderových tématech a podporovat jejich iniciativu a občanskou angažovanost. Vydání publikace je tak symbolickým završením projektu a nabízí veselé i vážné počtení o životní realitě několika (ne)obyčejných žen, ale věrna kreativním metodám EKS zároveň pomáhá čtenářkám odhalovat vlastní silné stránky a vyzývá k zamyšlení nad tím, jak mít ze života znovu opravdovou radost. Tato neotřelá knížka si tedy (stejně jako celý projekt) neklade cíl o nic menší, než rozproutit ženské sebevědomí.

Knihy bude zdarma distribuována do ženských organizací, mateřských center a knihoven, ale zasílána bude i jednotlivým zájemkyním, které si o ni již nyní mohou psát na info@ekscr.cz.



Vydání publikace podpořila Nadace Open Society Fund Praha z programu Dejme (že)nám šanci, který je financován z Norských fondů.

EKS je vzdělávací a poradenská organizace s více než desetiletou tradicí. Našimi klíčovými tématy jsou profesní uplatnění, osobní rozvoj a rovné příležitosti. Máme dlouholetou praxi ve vzdělávání žen, migrantů a pracovníků v sociálních a neziskových organizacích. Prosazujeme zkušenostní a interaktivní formu výuky, která je zaměřena na praktický užitek. Věříme ve vzdělávání a zmocňování jako formu rozvoje člověka v každém věku a každé životní situaci.

EKS je organizací akreditovanou Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstvem práce a sociálních věcí. Jsme držiteli Národní ceny kariérového poradenství za rok 2012 a 2013 a ocenění Společnost přátelská rodině. Jsme rovněž členskou organizací Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR a People Management Fora.

Kontakt pro další informace:

Daniela Jungová, tel.: 774 454 970, daniela.jungova@ekscr.cz, www.ekscr.cz