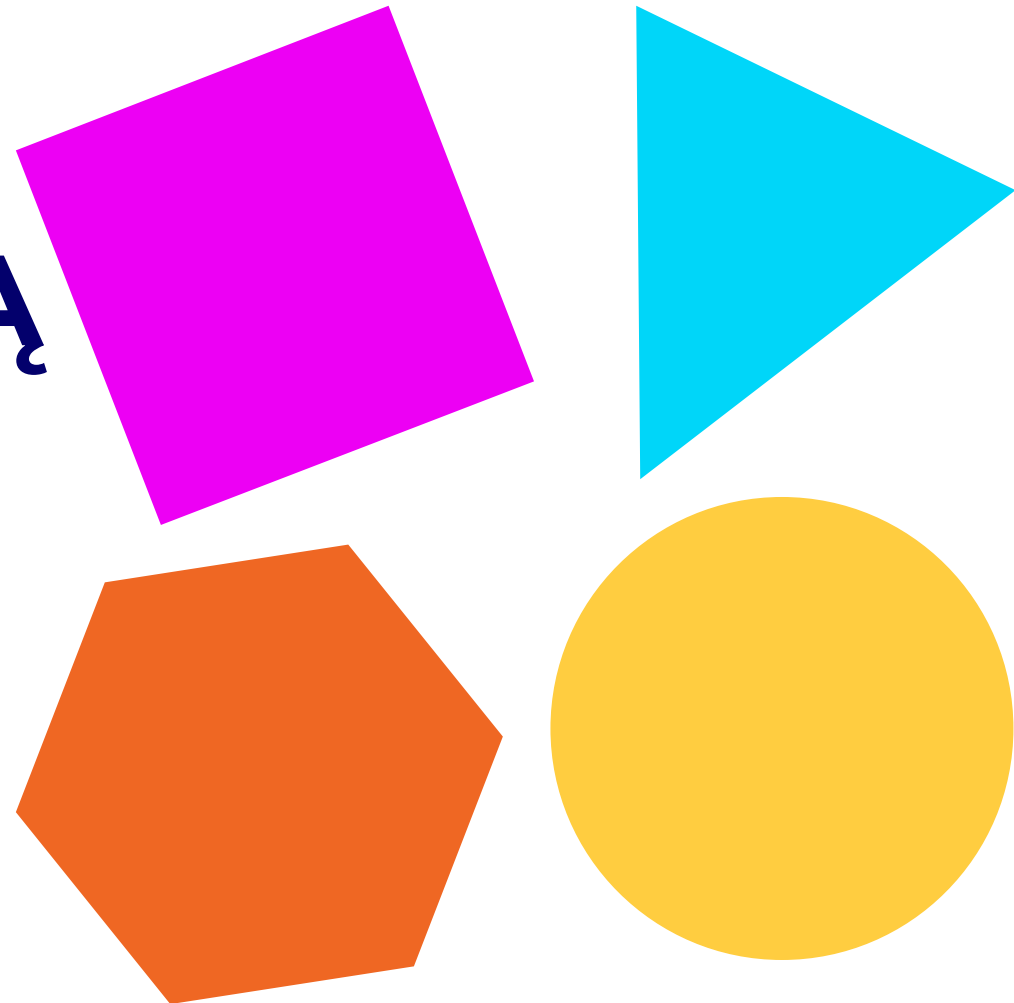


MOKINIŲ ĮSIDARBINIMO GALIMYBĖS VASARĄ

Ką svarbu žinoti darbinantis nepilnamečiams

Milda Kaminskienė

Kauno regioninio karjeros centro „Karjeras“ karjeros konsultantė
WWW.KARJERASTAU.LT



TURINYS

01

Darbo teisės
aspektai

02

Kaip parengti CV

03

Kur rasti darbo
skelbimus

04

Darbo pokalbis,
pageidaujamos
savybės

05

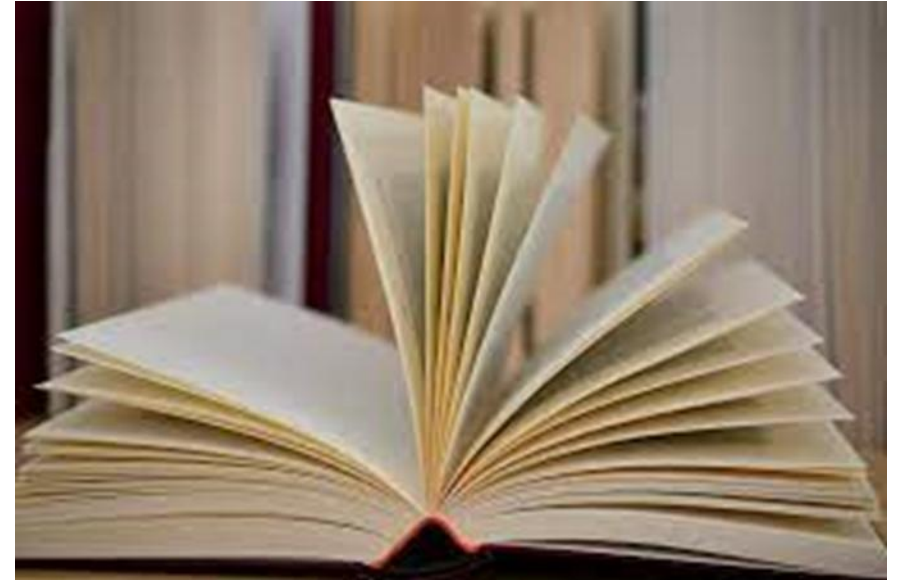
Pagalba
Užimtumo
tarnyboje ir
Karjere



ĮSTATYMINĖ BAZĖ

Su darbo santykiais susijusios ir vartojamos sąvokos apibrėžtos:

LR Darbo kodekse, LR darbuotojų saugos ir sveikatos įstatyme, LR profesinio mokymo įstatyme, LR švietimo įstatyme ir LR užimtumo įstatyme



ĮSIDARBINIMAS

- Įsidarbinti galima nuo 14, darbas turi būti įformintas darbo sutartimi:

įgyjamos darbo garantijos, kurios labai reikalingos, ypač jei darbe įvyktų nelaimingas atsitikimas

garantuojamas sutartas darbo užmokestis, o tuo atveju, jeigu darbdavys nevykdys šio susitarimo, bus pagrindas ginti savo pažeistas darbuotojo teises darbo ginčų komisijoje

KOKIO AMŽIAUS GALIU PRADĖTI DIRBTI



Lietuvoje nepilnamečiai gali pradėti dirbti nuo 14 metų:

- Asmenys nuo 14 iki 16 metų (vaikai)
- Asmenys nuo 16 iki 18 metų (paaugliai)

Nuo to priklauso darbo pobūdis, darbo ir poilsio režimas, saugos ir sveikatos reikalavimai ir kt.

Jaunas asmuo
(Asmuo nesulaukęs 18 metų)



Paauglys

Asmuo, kuriam yra ne mažiau kaip 16 ir ne daugiau kaip 18 metų

Vaikas

jaunas asmuo iki šešiolikos metų

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



DARBO VALANDOS

- Vaikams (iki 16 m.): ne mokslo metų laiku – **iki 6 valandų per dieną** ir **30 valandų per savaitę**; mokslo metų laiku – iki 12 valandų per savaitę: iki 2 valandų per dieną mokyklos lankymo dienomis ir iki 6 valandų per dieną kitomis.
- Paauglių (iki 18 m.) darbo laiko trukmė – **ne daugiau kaip 8 valandos per dieną** kartu su kasdiene pamokų trukme ir ne daugiau kaip **40 valandų per savaitę** kartu su pamokų trukme. Taip pat ir mokantis profesinėje mokykloje ir dirbant pagal pameistrystės darbo sutartį.
- Vaikai gali dirbti leidžiamus lengvus darbus **laisvu nuo mokymosi metu**, išskyrus prieš pamokas ir naktį. 14 – 15 m. asmenų darbas rytais nuo 6 iki 7 valandos prieš pamokas draudžiamas.
- Vaikų darbas, įskaitant ir praktinį mokymą, **nuo 20 iki 6 valandos draudžiamas**; Paauglių darbas, įskaitant ir praktinį mokymą, **nuo 22 valandos iki 6 valandos draudžiamas**;

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KOKS POILSIO LAIKAS NUSTATYTAS JAUNIEMS ASMENIMS?

Asmenų iki 18 metų poilsio laikas:

- 1) turi būti suteikiamos ne mažiau kaip 2 poilsio dienos per savaitę, jeigu įmanoma, paeiliui, viena iš jų turi būti sekmadienį;
- 2) kai darbo laiko arba praktinio mokymo laiko trukmė yra ilgesnė negu 4 valandos, privalo būti suteikta mažiausiai 30 minučių papildoma pertrauka pailsėti. Ji įskaitoma į darbo laiką arba praktinio mokymo laiką; 3) vaikų kasdienio nepertraukiamojo poilsio laikas per 24 valandų laikotarpį privalo būti ne trumpesnis kaip 14 valandų;
- 4) paauglių kasdienio nepertraukiamojo poilsio laikas per 24 valandų laikotarpį privalo būti ne trumpesnis kaip 12 valandų.



DARBO SUTARTYJE NUMATOMA



- įdarbinimo forma ir trukmė (terminuotas ar neterminuotas darbas)
- įdarbinimo data
- darbo pozicija
- darbo vieta
- darbo laiko trukmė (pilnu etatu ar daliniu 0,25; 0,5; 0,75)
- darbo užmokestis
- kitos darbo sutarties sąlygos



**Būtina atidžiai perskaityti darbo sutartį, pasitikslinti, jei kyla
neiškumų ir tik tada pasirašyti.**



PATIKSLINIMAS

- Dėl amžiaus nėra pajamų mokesčio lengvatų
 - Jei paauglys neuždirba MMA darbdavys neturi prievolės primokėti.
- „Sodrai“ yra mokamos valstybinio socialinio draudimo (toliau – VSD) ir privalomojo sveikatos draudimo (toliau – PSD) įmokos.
- Nepriklausomai nuo amžiaus, pirmą kartą pradėjus vykdyti individualią veiką 12 mėnesių nereikia mokėti VSD ir PSD.
 - Pirmus metus dirbant su verslo liudijimu VSD nereikia mokėti, o PSD reikia susimokėti.
 - Gaunantiems našlaičio pensiją iki 24 metų įsidarbinus, ji išlieka.



DARBO SUTARTIS

2022 m. balandžio 7 d. Nr. 65

Vilnius

(darbo sutarties sudarymo vieta)

Darbdavys UAB „Imonės pavadinimas“, į/k 123456789, Svajonių g. 7, Vilnius, LT-7653, tel.

(8 5) 222 3333, el. pašto adresas imones@pavadinimas.lt

(darbdavio pavadinimas, kodas, registruotos buveinės adresas, telefono numeris ir elektroninio pašto adresas; jeigu darbdavys fizinis asmuo – vardas ir pavardė, asmens kodas (jeigu jo nėra – gimimo data), nuolatinės gyvenamosios vietos adresas, telefono numeris ir elektroninio pašto adresas; jei sudaroma darbo keliems darbdaviams sutartis, nurodoma pirmojo ir kitų darbdavių pavadinimai, kodai, registruotos buveinės adresas, telefono numeriai ir elektroninio pašto adresai)

atstovaujamas direktoriaus Algirdo Algirdausko.

ir Darbuotojas Vardenis Pavardenis, a/k 3924444444, gyvenantis adresu Rugiagėlių g. 5, Vilnius,

LT-1234, tel. 861231232, el. pašto adresas vardenis.pavardenis@gmail.com

(vardas ir pavardė; paso ar asmens tapatybės kortelės duomenys (jei nėra šių dokumentų – duomenys iš kitų asmens tapatybę patvirtinančių dokumentų) – asmens kodas, jeigu jo nėra – gimimo data; gyvenamoji vieta; telefono numeris ir elektroninio pašto adresas)

sudarė šią darbo sutartį:

1. Darbuotojas priimamas dirbti šiomis būtinosiomis darbo sutarties sąlygomis:

1.1. UAB „Imonės pavadinimas“, adresas Svajonių g. 7, Vilnius, LT-7653

(darbdavio veiklą vykdančios struktūrinis organizacinis darinys (filialas, atstovybė ar kitas struktūrinis, gamybinis, prekybinis ar kitos veiklos padalinys, jo adresas)

1.2. Administratorius

(darbo funkcijos apibūdinimas ar aprašymas arba darbo (pareigybės arba pareigų, profesijos specialybės) pavadinimas ir, jeigu nustatyta – jos hierarchinis ir (arba) kvalifikacijos ar sudėtingumo lygis (laipsnis)

1.3. Mėnesio alga 1400 Eur (BRUTO), darbdavio iniciatyva gali būti skiriamos skatinamosios premijos

(darbo užmokestis (mėnesio alga arba valandinis atlygis) ir jo sudedamosios dalys, priedai, priemokos, premijos ar kitoks papildomas apmokėjimas; mokėjimo tvarka ir terminai)

2. Sudaroma terminuota darbo sutartis

(nurodoma darbo sutarties rūšis – neterminuota darbo sutartis, terminuota darbo sutartis, laikinojo darbo sutartis, pameistrystės darbo sutartis, projektinio darbo sutartis, darbo vietos dalijimosi darbo sutartis; darbo keliems darbdaviams sutartis, sezoninio darbo sutartis – įrašyti reikiamus žodžius; jei sudaroma darbo vietos dalijimosi darbo sutartis, nurodoma kito darbuotojo vardas ir pavardė, paso ar asmens tapatybės kortelės duomenys (jei nėra šių dokumentų – duomenys iš kitų asmens tapatybę patvirtinančių dokumentų) – asmens kodas, jeigu jo nėra – gimimo data, gyvenamoji vieta, telefono numeris ir elektroninio pašto adresas)

3. Nustatomas darbo sutarties terminas 2022 m. gruodžio 31 d.



(jei taikoma, nustatomas darbo sutarties terminas, nurodant kalendorinę datą, terminą, užduotį, kuri turi būti įvykdyta, arba tam tikrų aplinkybių atsiradimą, pasikeitimą ar pasibaigimą)

4. Nustatoma darbo laiko norma 40 valandų per savaitę, 8 valandos per dieną.

(nustatomas darbo valandų skaičius per dieną ar savaitę; jei sudaroma darbo keliems darbdaviams sutartis, gali būti nurodoma kiekvienam darbdaviui tenkanti darbo laiko normos dalis; jei sudaroma darbo vietos dalijimosi darbo sutartis, nurodoma kiekvienam darbuotojui tenkanti darbo laiko norma (valandų skaičius per dieną ar savaitę). Jei sutrumpinta darbo laiko norma nenumatyta darbo teisės normose arba šalys nesusitaria dėl ne viso darbo laiko, laikoma, kad susitarta dėl 40 valandų per savaitę darbo laiko normos)

5. Nustatomos papildomos darbo sutarties sąlygos: nustatomas susitarimas dėl išbandymo termino – 3 mėnesiai.

(nurodomos kitos papildomos darbo sutarties sąlygos – susitarimas dėl papildomo darbo, susitarimas dėl išbandymo termino, jei taikomas išbandymas, susitarimas dėl mokymo išlaidų atlyginimo, susitarimas dėl nekonkuravimo, susitarimas dėl konfidencialios informacijos apsaugos ar kiti susitarimai, dėl kurių šalys gali sulgti pagal Lietuvos Respublikos darbo kodeksą ir kitus darbo santykius reglamentuojančius teisės aktus. Tokie susitarimai gali būti įforminami kaip priedai prie darbo sutarties)

6. Kiti darbuotojo ir darbdavio tarpusavio įsipareigojimai: darbdavys įsipareigoja suteikti ne mažiau kaip 5 laisvas darbuotojo darbo dienas per metus skirtas sveikatos gerinimui apmokant jas darbuotojo darbo užmokesčiu.

(papildomos garantijos, kompensacijos ir kiti darbdavio ir darbuotojo įsipareigojimai, kurie neprivalomi pagal darbo santykius reglamentuojančius teisės aktus, bet jiems neprieštarauja. Tokie susitarimai gali būti įforminami kaip priedai prie darbo sutarties)

7. Darbo sutartis įsigalioja ir darbuotojas pradeda dirbti 2022 m. balandžio 8 d.

(nurodoma darbuotojo darbo pradžia)

8. Kasmetinių atostogų suteikimo trukmė, suteikimo tvarka ir apmokėjimo sąlygos nustatomos pagal Darbo kodekso 126–130 straipsnių nuostatas.

9. Darbuotojas draudžiamas valstybiniu socialiniu draudimu. Valstybinio socialinio draudimo išmokas ir paslaugas nustato atitinkamas valstybinio socialinio draudimo rūšis reglamentuojantys teisės aktai.

10. Įspėjimo terminas, kai darbo sutartis nutraukiama darbdavio ar darbuotojo iniciatyva arba kitais atvejais, nustatomas pagal Darbo kodekso 55–57, 59, 61 ir 62 straipsnių nuostatas.

11. Darbdavys darbuotojo asmens duomenis tvarko darbdavio teisinių prievolių vykdymo tikslu ir užtikrina, kad darbdavio vykdomas darbuotojo asmens duomenų tvarkymas atitiktų 2016 m. balandžio 27 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamento (ES) 2016/679 dėl fizinių asmenų apsaugos tvarkant asmens duomenis ir dėl laisvo tokių duomenų judėjimo ir kuriuo panaikinama Direktyva 95/46/EB (Bendrasis duomenų apsaugos reglamentas) (OL 2016 L 119, p. 1) bei Lietuvos Respublikos asmens duomenų teisinės apsaugos įstatymo nuostatas.

12. Ši darbo sutartis gali būti pakeista ar papildyta raštišku šalių susitarimu, išskyrus Darbo kodekse numatytus atvejus.

13. Ši darbo sutartis gali būti nutraukta Darbo kodekso nustatytais pagrindais.

Darbdavys – fizinis asmuo arba darbdavio atstovas

A.A.
(parašas)

Algirdas Algirdauskas
(vardas ir pavardė)

Darbuotojas

V. P
(parašas)

Vardenis Pavardenis
(vardas ir pavardė)

Darbo sutartis pasibaigė _____.

|

Pagrindas _____

(nurodoma darbuotojo pareiškimo data, susitarimo dėl darbo sutarties nutraukimo šalių susitarimu data, darbdavio sprendimo nutraukti sutartį ar konstatuoti darbo sutarties pasibaigimą data ir (jei taikoma) numeris)



ASMENŲ IKI 18 METŲ ĮDARBINIMO TEISINIS REGULIAVIMAS



LIETUVOS RESPUBLIKOS VYRIAUSYBĖ

NUTARIMAS

DĖL ASMENŲ IKI AŠTUONIOLIKOS METŲ ĮDARBINIMO, DARBO IR PROFESINIO PARENGIMO ORGANIZAVIMO TVARKOS, VAIKŲ ĮDARBINIMO SĄLYGŲ APRAŠO PATVIRTINIMO

2017 m. birželio 28 d. Nr. 518
Vilnius

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos darbuotojų saugos ir sveikatos įstatymo 36 straipsnio 1 ir 2 dalimis ir įgyvendindama 1994 m. birželio 22 d. Tarybos direktyvą 94/33/EB dėl dirbančio jaunimo apsaugos (OL 2004 m. *specialusis leidimas*, 5 skyrius, 2 tomas, p. 213) su paskutiniais pakeitimais, padarytais Europos Parlamento ir Tarybos direktyva 2014/27/ES (OL 2014 L 65, p. 1), Lietuvos Respublikos Vyriausybė **n u t a r i a**:

1. Patvirtinti Asmenų iki aštuoniolikos metų įdarbinimo, darbo ir profesinio parengimo organizavimo tvarkos, vaikų įdarbinimo sąlygų aprašą (pridedama).

<https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/15b820215cd411e7a53b83ca0142260e>



DARBO SUTARTIES RŪŠYS



- **Neterminuota** – tai įprasta darbo sutartis, sudaroma neapibrėžtam laikui;
- **Terminuota** – darbo sutartis, sudaroma tam tikram laikui arba tam tikrų darbų atlikimo laikui;
- **Laikinojo darbo** – kai darbas atliekamas laikinojo įdarbinimo įmonės (darbdavio) nurodyto asmens naudai;
- **Pameistrystės** – kai darbo vietoje siekiama įgyti profesijai reikalingą kvalifikaciją;
- **Projektinio darbo** – terminuota darbo sutartis konkrečiam projekto rezultatui pasiekti;
- **Sezoninio darbo** – darbo sutartis, sudaroma sezoniniams darbams atlikti;
- **Darbo vietos dalijimosi** – kai dėl vienos darbo vietos dalijimosi susitaria du darbuotojai;
- **Darbo keliems darbdaviams** – ta pati darbo funkcija atliekama keliems darbdaviams;



NELEGALUS DARBAS

- Jeigu darbdavio naudai atlieki darbą, už kurį pažadėtas atlygis, bet neturi rašytinės darbo sutarties, dirbi nelegaliai.
- Jei esi priimtas bandomajam laikotarpiui, tačiau nepasirašei darbo sutarties – dirbi nelegaliai. Net jei dirbi ar esi išbandomas vos vieną dieną.
- Darbdavys taip pat privalo apie Tavo darbo pradžią informuoti Sodrą. Būtinai pasidomėk, ar darbdavys tai padarė – kad neliktumei be socialinio draudimo, kuris labai svarbus ligos atveju.
- Dirbant nelegaliai Tavęs negina darbo įstatymai, darbdavys gali Tave apgauti nesumokėdamas atlygio, o susirgus ar įvykus nelaimingam atsitikimui darbe Tavo gydymo išlaidų niekas nekompensuos.
- Dirbti nelegaliai draudžia Lietuvos Respublikos įstatymai.

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KOKIUS DARBUS GALI DIRBTI VAIKAI (1)?

Vaikai nuo 14 iki 16 metų gali dirbti tik lengvus darbus, kurie dėl atitinkamų užduočių pobūdžio ir atlikimo sąlygų nekenkia vaikų saugai, sveikatai, vystymuisi, netrukdo lankyti mokyklos ir mokytis pagal privalomojo švietimo ir profesinio mokymo programas, gauti švietimo pagalbą.

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KOKIUS DARBUS GALI DIRBTI VAIKAI (2)?

- Skinti uogas/vaisius, rinkti ir perrinkinėti daržoves
- Prižiūrėti mažus naminius gyvulus ir paukščius
- Klijuoti reklamas/afišas gatvių stenduose
- Priimti/skaičiuoti/rūšiuoti/pakuoti smulkias ir lengvas prekes
- Dirbti lengvus pagalbinius darbus įvairių smulkių prekių/spaudos kioskuose/parduotuvės
- Rūšiuoti/pakuoti švarius skalbinius skalbykloje
- Valyti patalpas (išskyrus tualetus) vaikų ugdymo, maitinimo įstaigose ir t.t.
- Skrajučių platinimas, apklausų pildymas

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KOKIUS DARBUS GALI DIRBTI PAAUGLIAI?

- Platinti/rūšiuoti **spaudą** ir lankstinukus
- Tvarkyti **aplinką**, **prižiūrėti sodą**, **kirpti veją**
- **Prekiauti** ledais, gaiviaisiais gėrimais, suvenyrais, avalyne
- **Prekybos centre**, pvz., vežimėlių surinkėju, konsultantu
- **Restorane**, pvz., padavėju/indų plovėju
- **Gamykloje**, pvz., lankstyti klijuoti kartonines dėžutes, klijuoti etiketes
- **Sandėlyje**, pvz., rūšiuoti, žymėti smulkias prekes ir t.t.
- **Administracijoje** (su dokumentų suvedimu, apdorojimu)
- **Turizmo sektoriuje** (kambarių tvarkytojai)

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KOKIOS DAR LENGVATOS TAIKOMOS IKI 18 METŲ (1)?

- Negalima skirti pasyviam budėjimui ir pasyviam budėjimui namuose.
- Suteikiamos 25 darbo dienų kasmetinės atostogos (jeigu dirbama 5 dienas per savaitę) arba 30 darbo dienų kasmetinės atostogos (jeigu dirbama 6 darbo dienas per savaitę). Jeigu darbo dienų per savaitę skaičius yra mažesnis arba skirtingas, darbuotojui turi būti suteiktos 5 savaitių trukmės atostogos.
- Vaikams jų pageidavimu suteikiamos kasmetinės atostogos arba nemokamos atostogos per mokinių atostogas.
- Vaikams turi būti užtikrintas 14 kalendorinių dienų iš eilės poilsis per mokinių vasaros atostogas.
- Vaikams suteikiama ne mažiau kaip 14 kalendorinių dienų iš eilės kasmetinių atostogų arba nemokamų atostogų per mokinių vasaros atostogas, jeigu dirbama per visas tų metų mokinių vasaros atostogas.



KOKIOS DAR LENGVATOS TAIKOMOS IKI 18 METŲ (2)?

Asmenų iki 18 metų darbas naktį:

- 1) Vaikų, dirbančių lengvus darbus, darbas nuo 20 iki 6 valandos draudžiamas;
- 2) Paauglių darbas nuo 22 valandos iki 6 valandos draudžiamas;
- 3) Paaugliams, dirbantiems laivuose, naktis yra 9 valandų laiko tarpas, kuris prasideda ne vėliau kaip 22 valandą ir baigiasi ne anksčiau kaip 6 valandą.

Informacija: <https://easystart.lt/darbo-teise/nepilnameciu-idarbinimas/>



KOKIOS DAR LENGVATOS TAIKOMOS IKI 18 METŲ (3)?

Tiek vaikų, tiek jaunuolių amžiaus kategorijai priklausantys asmenys negali dirbti darbų, kuriuose turėtų sąlytį su sveikatai pavojingomis cheminėmis, biologinėmis ar sprogstamosiomis medžiagomis, elektra, medžio dulkėmis, alkoholiu (pvz., aptarnavimo srityje) ar prie kai kurių mechanizmų.

Visas draudžiamų darbų bei sveikatai kenksmingų ir pavojingų veiksmų sąrašas patvirtintas LR Vyriausybės 2017 m. birželio 28 d. nutarime Nr. 518 *“Dėl asmenų iki aštuoniolikos metų įdarbinimo, darbo ir profesinio parengimo organizavimo tvarkos, vaikų įdarbinimo sąlygų aprašo patvirtinimo”*.

Informacija: <https://easystart.lt/darbo-teise/nepilnameciu-idarbinimas/>



NAUJOKO DARBO ATMINTINĖ



- **Nesiimkite jokios užduoties, kol jūsų nemokė, kaip ją tinkamai vykdyti.**
- Prireikus **prašykite jus mokančiojo** kalbėti lėčiau ir **dar kartą pakartoti instrukcijas**. Drąsiai sakykite, kada jus reikia daugiau pamokyti ar ką nors paaiškinti.
- **Savavališkai neišeikite už savo darbo vietos ribų.** Kitose darbo vietose gali būti įvairių jums nežinomų pavojų, pavyzdžiui, virš galvos ištiesti laidai, slidžios grindys, nuodingos cheminės medžiagos ir pan.
- **Jei ko nors nežinote – klauskite.** Išvengti nelaimės darbe gali padėti jus prižiūrintis vyresnysis asmuo ar bendradarbis.
- **Laikykitės** gautų patarimų ir **instrukcijų**.



Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



NAUJOKO DARBO ATMINTINĖ



- **Naudokite tinkamas asmenines apsaugos priemones.** Tai gali būti specialus apavas, šalmas, pirštinės, specialūs akiniai, ausų kištukai ir kt. Įsitikinkite, kad tikrai žinote, kada ir kokią aprangą naudoti, kur ją rasti, kaip naudoti ir kaip prižiūrėti.
- **Sužinokite, ką daryti ypatingais atvejais,** pavyzdžiui, įsijungus priešgaisrinei signalizacijai, dingus elektrai ir pan.
- Nedelsdami savo darbų vadovui, darbuotojų saugos ir sveikatos atstovui, jei toks yra, **praneškite apie visus nelaimingus atsitikimus** darbo vietoje.
- **Neignorukite jokių nemalonių, neįprastų požymių,** pavyzdžiui, kai ima skaudėti galvą ar kitą kūno dalį, sukasi galva, niežti kūną, graužia akis, nosį ar gerklę. Praneškite apie šiuos pojūčius darbų vadovui, prižiūrinčiam vyresniam asmeniui, kad jus nukreiptų pas gydytoją, į darbo medicinos tarnybą.



Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



ĮSIDARBINANT:

- Reikalinga **medicininė sveikatos pažyma** darbo vietai kurioje dirbsite;
- Pasirašoma **darbo sutartis** (vaikams iki 16 m. - kartu su tėvų/globėjų leidimu dirbti);
- Vaikams nuo 14 iki 16 metų leidžiama dirbti lengvus darbus, kurie nekenkia jų saugai, sveikatai, vystymuisi;
- Platesnė informacija: Valstybinės darbo inspekcijos tinklapyje www.vdi.lt, skiltyje „Jaunimui“.

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



DARBDAVIO PAREIGOS



- Informuoja apie galimas **profesines rizikas** darbe prieš įsidarbinant ir prieš pasikeičiant jo darbo sąlygoms
- Užtikrinti **tinkamas darbo sąlygas** ir asmuo iki 18 m. neturi patirti ekonominio išnaudojimo
- **Aprūpina** reikiamomis **darbo priemonėmis**
- **Paveda dirbti konkrečius darbus**- apibrėžia pareigas, supažindina su atsakomybėmis
- Paaiškina ir akivaizdžiai parodo, kaip **saugiai atlikti** kiekvieną **praktinio operaciją**
- Supažindina su **priešgaisrinės saugos reikalavimais**, supažindina su darbuotojų **saugos ir sveikatos reikalavimais**
- Supažindina su **pavojingais objektais ar pavojingomis zonomis**, naudojamais saugos ir **sveikatos ženklais, darbuotojų evakavimo gaisro ar stichinių nelaimių atveju planais**

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



DARBUOTOJO PAREIGOS

- Numatytu laiku būti darbo vietoje
- Atlikti pavestas pareigas
- Laikytis gautų instrukcijų darbo vietoje
- Informuoti jei kyla sunkumų (dėl darbo situacijos ar asmens sveikatos)
- Atsakingai elgtis su patikėtomis darbo priemonėmis ir turtu

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



KADA PRADE DAMA DIRBTI

Darbdavys leidžia pradėti dirbti tik tada, kai pasirašytinai supažindina darbuotoją su darbo sąlygomis, tvarką darbovietėje nustatančiomis darbo teisės normomis, darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimais. Apie darbo sutarties sudarymą darbdavys privalo pranešti Sodrai mažiausiai prieš vieną darbo dieną iki numatytos darbo pradžios, todėl dirbti galima pradėti ne anksčiau kaip kitą dieną, kai sudaryta darbo sutartis.



Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



MMA

- 1038 eur neatskaičius mokesčių
- 777 eur į rankas
- Minimalus valandinis atlygis (neatskaičius mokesčių) 6,35 eur

Šaltinis: Valstybinė darbo inspekcija



SAVIVALDYBIŲ PARAMA JAUNIMO VASAROS DARBUI

Savivaldybė	Jaunimo vasaros užimtumo ir integracijos į darbo rinką programa	Numatyta finansuoti darbo vietų
Alytaus miesto savivaldybė	Taip	Skirta 40000 Eur
Alytaus rajono savivaldybė		6-7 asmenys
Elektrėnų savivaldybė		
Ignalinos rajono savivaldybė	Taip	20
Joniškio rajono savivaldybė	Taip	45
Jurbarko rajono savivaldybė	Taip	Skirta 15 000 Eur, o kiek finansuojamų vietų gausis negalime atsakyti.
Kauno miesto savivaldybė		
Kauno rajono savivaldybė	Taip	15
Klaipėdos miesto savivaldybė	Taip	70
Klaipėdos rajono savivaldybė	Taip	43-45
Kupiškio rajono savivaldybė	Taip	4
Marijampolės savivaldybė	Taip	20
Mažeikių rajono savivaldybė	Taip	20
Panevėžio miesto savivaldybė	Taip	40
Panevėžio rajono savivaldybė		
Plungės rajono savivaldybė		
Prienų rajono savivaldybė		
Raseinių rajono savivaldybė	Taip	30
Skuodo rajono savivaldybė		
Šalčininkų rajono savivaldybė	Taip	20 (1 mėn.) arba 10 (2 mėn)
Šiaulių miesto savivaldybė		
Šiaulių rajono savivaldybė	Taip	15
Tauragės rajono savivaldybė		
Trakų rajono savivaldybė	Taip	Duomenys nepateikti
Ukmergės rajono savivaldybė	Taip	26
Vilniaus miesto savivaldybė	Taip	Yra nustatyta 100 000 Eur finansavimo suma, o ne vietų skaičius.
Vilniaus rajono savivaldybė	Taip	20



Atlyginimai pagal pareigas

Bendrojo grynojo darbo užmokesčio skaičiuoklė

Atlyginimų reitingai

Palyginkite atlyginimą

Pagrindinis puslapis

Palyginkite atlyginimą Lietuvoje

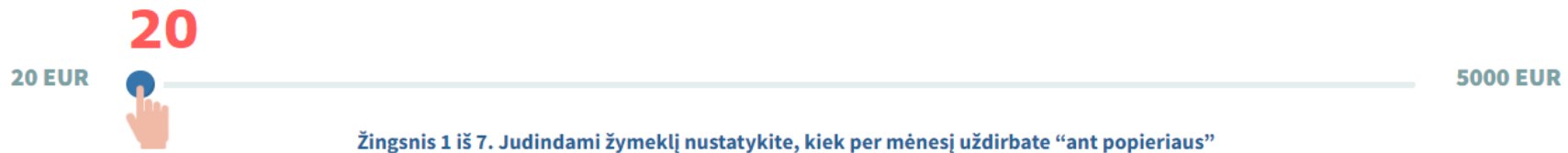
Pasiruoškite deryboms dėl atlyginimo su didžiausiu atlyginimų tyrimu šalyje.

Palyginkite atlyginimą >



SUŽINOKITE, KIEK MOKESČIŲ SUMOKATE NUO ATLYGINIMO

Per mėnesį:
0
EUR



PRADEDU INDIVIDUALIĄ VEIKLĄ – VMI **PASIKONSULTUOTI +370 5 260 5060 ARBA 1882**



Pagrindinis / Pradedu individualią veiklą

Individuali veikla pagal pažymą

Verslo liudijimas

Individualios veiklos pagal pažymą
ir verslo liudijimo palyginimas

Virtualus buhalteris i.APS

Tinklaidė „Kad individuali veikla
būtų paprasta“

Ką turi žinoti individualią veiklą
pradėję gyventojai (nauji mokesčių
mokėtojai)?

Informacija naujiems PVM mokėtojams

Atmintinė "Mokesčiai įregistravusiems individualią maisto kurjerio ar keleivių pavežėjo veiklą"

Atmintinė užsieniečiams (nuolatiniais ir nenuolatiniais Lietuvos gyventojams) "Mokesčiai įregistravusiems individualią maisto kurjerio ar keleivių pavežėjo veiklą" (Lietuvių kalba) (Anglų kalba) (Ukrainiečių kalba) (Rusų kalba)

Atmintinė "Korepetitorių veikla"

Atmintinė "Elektroninė prekyba"

Atmintinė "Atmintinė prekybininkams masinių renginių, mugių ir švenčių metu"





Iki 18 metų draudžiamų darbų sąrašą galite rasti [VDI.LT/NEPILNAMEČIŲ JDARBINIMAS](https://vdi.lt/NEPILNAMECIUJDARBINIMAS);



Ne mokslo metų laiku **vaikas** gali dirbti **iki 6 val. per dieną** ir 30 val. per savaitę (mokslo metais – iki 2 val. per dieną ir iki 12 val. per savaitę);



Paaugliams ne mokslo metų laiku darbo laikas gali būti pailgintas **iki 8 val. per dieną** ir 40 val. per savaitę. **Vaikams draudžiama dirbti nuo 20 iki 6 valandos.**



Primename, kad darbas prasideda nuo darbo sutarties sudarymo!



PARENGTA REMIANTIS:

1. Darbo kodeksas; e-tar.lt
2. Darbuotojų saugos ir sveikatos įstatymas; e-seimas.lrs.lt
3. Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2017 m. birželio 28 d. nutarimas Nr. 518 “*Dėl asmenų iki aštuoniolikos metų įdarbinimo, darbo ir profesinio parengimo organizavimo tvarkos, vaikų įdarbinimo sąlygų aprašo patvirtinimo*”; e-seimas.lrs.lt
4. Socialinės apsaugos ir darbo ministro ir sveikatos apsaugos ministro 2012 m. spalio 25 d. įsakymas Nr. A1-457/V-961 “Dėl Profesinės rizikos vertinimo bendrųjų nuostatų patvirtinimo”. e-seimas.lrs.lt
5. Valstybinė darbo inspekcija



GYVENIMO APRAŠYMAS

- **Pirmasis kontaktas** su darbdaviu.
- Priemonė **gauti pakvietimą** į darbo pokalbį.
- Dokumentas, kuris Jus **išskiria iš kitų**.
- Patenka į duomenų bazes ir **“kovoja už jus”**.
- Nėra vieno teisingo būdo, kaip tinkamai parengti CV, tačiau yra veiksmingos gairės ir erdvė kūrybiškumui.
- CV rašymas beveik visiems žmonėms sukelia stresą.



PRIEŠ RAŠANT CV:

1. **Kokio darbo ieškote?** Nuspręskite į kokias pozicijas, pareigyles, laisvas vietas, įmones galėtumėte pretenduoti. Nevertinkite pagal tai, ar yra paskelbtų laisvų darbo vietų.
2. **Kokie Jūsų pagrindiniai įgūdžiai ir patirtis?** Sudaryti sąrašą pagrindinių įgūdžių ir ką geriausiai sekasi daryti.
3. **Kokie Jūsų pavyzdžiai ir naudingumas?** Kiekvienam įgūdžiui ir patirčiai sudarykite sąrašą atliktų darbų ar pasiekimų, kad parodytumėte, koks esate stiprus toje srityje ir kaip buvote naudingas.
4. **Koks Jūsų buvusių darbdavių sąrašas?** Jeigu neturite, įtraukite praktikas, savanorystę, stažuotės, laikinus/padienius darbus, kuriuos atlikote mokyklos arba bendruomenės naudai.



CV STRUKTŪRA:

Kontaktinė informacija

- Kas Jūs esate?
- Kaip galima su Jumis susisiekti?

Pagrindinis prisistatymas ir/ar kompetencijų sąrašas

- Kokia Jūsų pagrindinė profesija, įgūdžiai, patirtis?
- Ką geriausiai sekasi daryti?
- Ką norite dirbti?

Išsilavinimas ir kvalifikacijos kėlimas

- Koks Jūsų išsilavinimas ir žinios?
- Kaip tobulėjate?

Patirtis

- Kokius darbdavius, veiklas turėjote ir kuo buvote naudingas?

CV:

1. Kontaktinė informacija
2. Nuotrauka?
3. Prisistatymas
4. Įgūdžiai / kompetencijos / kalbos
5. Išsilavinimas
6. Darbo patirtis
7. Hobiai / interesai?



Tomas Budrys

Moksleivis

Kaunas, Lietuva

+370 6 000 0000

tomas.budrys@pastas.lt

PATIRTIS

„Ledainė“, Klaipėda — *Pardavėjas*

2019 02 – 2019 07

Maloniai komunikavau su klientais.

Vedžiau apskaitos žurnalą.

Išmokau naudotis kasos aparatu.

SAVANORYSTĖ

Gyvūnų prieglauda, Kaunas — *Savanoris*

2018 06 – 2018 09

Rūpinausi gyvūnais.

Susipažinau su prieglaudos darbo procesu.

Asistavau kolegoms.

IŠSILAVINIMAS

Daukanto gimnazija, Klaipėda — *Vidurinis išsilavinimas*

2015 09 – DABAR

ĮGŪDŽIAI

Naudojimasis kasos aparatu

HTML/CSS

Adobe

Fotografija

Gyvūnų priežiūra

Grafinis dizainas

QuickBooks

Laiko valdymas

Komunikacija

KALBOS

Rusų

Anglų

MOKSLEIVIO
CV PAVYZDYS

CV KŪRIMO ĮRANKIAI / ŠABLONAI



- **Wozber.lt** - siūlo įvairių CV šablonų.
- **Canva.lt** - siūlo daug įvairių CV šablonų, kuriuos galite sukurti pats.
- **Microsoft Word** - programoje yra pateiktų CV šablonų.
- **Europass.lt** - siūlo įvairių CV šablonų.
- **Zety.com** – suteikia galimybę kurti CV su įvairiais šablonais ir patarimais.
- **Kickresume.com** – leidžia kurti CV ir portfelius su gražiais šablonais.
- **NovoResume .com** – leidžia kurti profesionalius CV su šablonais.



DARBO SKELBIMAI



    1883

 Registracija



Darbo ieškantiems

Darbdaviams

Organizacijoms

Darbo rinka

Mokymai

1. www.uzt.lt
2. www.cvbankas.lt
3. www.cvonline.lt
4. www.cvmarket.lt
5. www.cv.lt
6. www.biuro.lt
7. www.workis.online

[Pradžia](#) > Laisvos darbo vietos

Laisvos darbo vietos

Mėnesinis atlyginimas nuo: 0 €

ieškoti skelbimų

[Detali paieška](#) (Išorinis portalas)



INFORMACIJA

DARBO PAIEŠKA

DARBUOTOJŲ PAIEŠKA

Lietuvių

English (Machine translation)

Русский (Машинный перевод)

Українська (Машинний переклад)

UZT > Ieškantiems darbo > Darbo vietų paieška

Pagalba

Darbo vietų paieška

Darbo vietos atsargos kariam

Mokymo programos

Mano Užimtumo tarnyba

Kaip naudotis?

- ✓ Registracijos gidas
- ✓ Kaip susikurti CV ir išsiųsti darbdaviui
- ✓ SDP ataskaitos pildymo gidas

ATSARGOS KARIŲ BANKAS



EURES DARBUOTOJŲ PAIEŠKA EUROPOJE



Darbas autobusų ir troleibusų vairuotojams

Darbo pasiūlymai

Vietovės



Norėdami gauti daugiau informacijos, spragtelėkite ant apskrities žemėlapyje

Šalyje yra laisvų darbo vietų: 6440
[Naujausi darbo pasiūlymai](#)

Profesijų grupės

Administravimas, ekonomika (223)
Amatininkai (223)
Apsaugos darbas (119)
Gamtamokslinis darbas (22)
Įrengimai, techninė priežiūra (865)
Kompiuterija / IT (57)
Kultūra, sportas, žiniasklaida, dizainas (29)
Nekvalifikuoti darbai (1121)
Pardavimai, pirkimai, rinkodara (652)

Paslaugos (621)
Statyba (597)
Sveikatos apsauga, farmacija (270)
Švietimas, moksliniai tyrimai (185)
Techninis darbas (466)
Teisė, socialinė veikla (142)
Transportas, ryšiai (968)
Valdymas ir organizavimas (124)
Viešbučiai, maitinimas, turizmas (530)
Žemės ūkis, miškininkystė, žuvininkystė (385)

Greita paieška

LDV šaltinis:

Reikšminis žodis:

Darbo vietos teritorija:

Lietuva

Savivaldybė:

Kauno miesto sav., Kauno

Kauno miesto sav., Kauno

☐ Kalvarijos sav.

☒ Kauno miesto sav.

☒ Kauno rajono sav.

☐ Kazlų Rūdos sav.

☐ Kėdainių rajono sav.

☐ Kelmės rajono sav.

☐ Šilutės rajono sav.

☐ Gali dirbti ir atsargos kariai

☐ Gali dirbti ir asmenys iki 18 m.

☐ Gali dirbti ir neįgalieji

☐ Gali dirbti ir ukrainiečiai

Ieškoti

[Detali paieška »](#)

Kodėl verta registruotis?

Galėsite sukurti savo CV, nusiųsti CV darbdaviui, pasinaudoti registracijos Užimtumo tarnyboje paslauga, užsisakyti pranešimus apie naujus darbo pasiūlymus...

Darbo vietų paieška

Darbo vietos atsargos kariams

Mokymo programos

Mano Užimtumo tarnyba

Kaip naudotis?

- ✓ Registracijos gidas
- ✓ Kaip susikurti CV ir išsiųsti darbdaviui
- ✓ SDP ataskaitos pildymo gidas

ATSARGOS KARIŲ BANKAS



Darbo pasiūlymai

Išsaugoti paiešką

Viso įrašų: 113

Rodyti po 25 50 75 įrašų

Paskelbtas	Galioja iki	Pareigybė	Darbdavys	Darbovietės / Įmonės vietovė
2024-02-07	2024-02-28	SIUNTŲ SKIRSTYMO OPERATORIUS (-Ė)	Uždaroji akcinė bendrovė "DPD Lietuva"	Kauno rajono sav., Biruliškės
2024-02-07	2024-02-26	Valytoja (-as)	MB "Valauskas ir Ko"	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-07	2024-02-28	PREKIŲ KOMPLEKTUOTOJAS	UAB "Aibės logistika"	Kauno rajono sav., Biruliškės
2024-02-07	2024-03-06	Vamzdyno montuotojas	UAB "HENKESTA"	Kauno rajono sav., Radikiai
2024-02-07	2024-02-29	Prekių priėmėjas-tikrintojas	Uždaroji akcinė bendrovė "Samsonas"	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-07	2024-03-06	Logopedas	Kauno lopšelis-darželis "Šnektis"	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-06	2024-02-29	Patalpų valytojas (-a) poliklinikoje rytais	UAB "Gilana"	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-06	2024-02-29	Valytojas (-a) Kaune, Viliampolės turgus	ŠVAROS MISIJA, UAB	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-06	2024-02-29	Patalpų valytojas Nepriklausomybės al.	UAB "Gilana"	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-06	2024-02-29	Maisto išdavėja (-as)	Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninė Kauno klinikos	Kauno miesto sav., Kaunas
2024-02-06	2024-03-08	Metalo šlifautojas (-a)-poliruotojas (-a) (be patirties apmokoma)	Human Capital Center, MB	Kauno rajono sav., Karmėlava

Greita paieška

LDV šaltinis:

Reikšminis žodis:

Darbo vietos teritorija:

Savivaldybė:

☒ Tik savivaldybėje registruotos darbo vietos

Profesijų grupė:

Skelbimas paskelbtas:

☒ Gali dirbti ir moksleiviai

☒ Gali dirbti ir studentai

☐ Gali dirbti ir atsargos kariai

☐ Gali dirbti ir asmenys iki 18 m.

☐ Gali dirbti ir neįgalieji

☐ Gali dirbti ir ukrainiečiai

Ieškoti

Detali paieška »

KUR IEŠKOTI PAPILDOMAI



- **LinkedIn profilis ir kontaktų tinklo kūrimas**

- **Karjeros centrai**
- **Karjeros mugės ir renginiai**

- **Įmonių tinklapiai ar profiliai soc. tinkluose**
- **Facebook grupės**

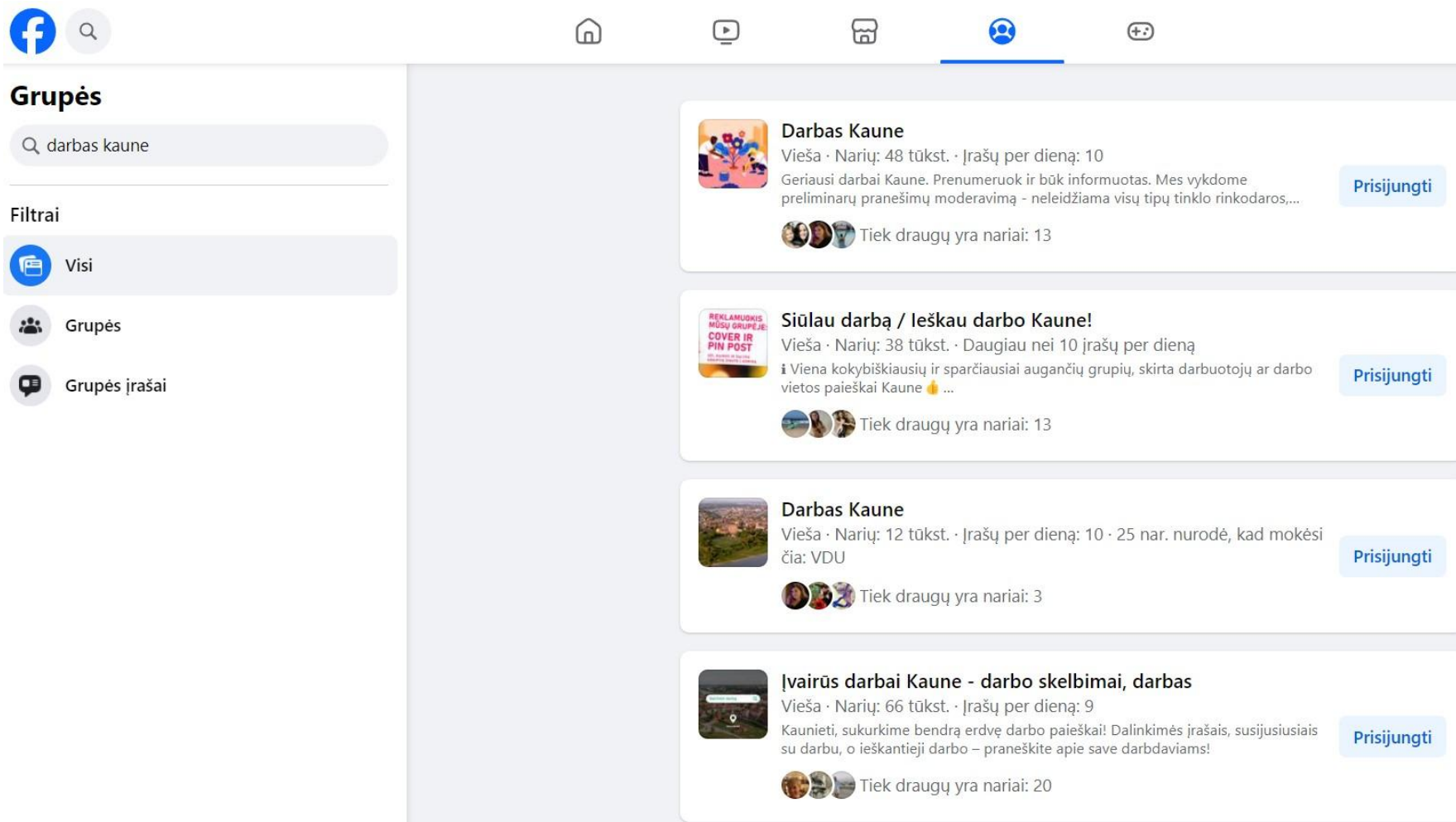
- **Asmeniniai socialiniai kontaktai / rekomendacijos**



FACEBOOK GRUPĖS

Taip pat galima rasti darbo pasiūlymų susibūrusiose bendraminčių grupėse.

Šiuo atveju svarbu skelbimus vertinti su atsarga.



The screenshot shows the Facebook interface for a group search. The top navigation bar includes the Facebook logo, a search icon, and icons for home, video, marketplace, and profile. The left sidebar shows the 'Grupės' (Groups) section with a search bar containing 'darbas kaune' and filter options: 'Visi' (All), 'Grupės' (Groups), and 'Grupės įrašai' (Group posts). The main content area displays four group listings, each with a cover image, title, location, member count, post frequency, and a 'Prisijungti' (Join) button.

Group Name	Location	Members	Posts per Day	Description	Action
Darbas Kaune	Vieša	48 tūkst.	10	Geriausi darbai Kaune. Prenumeruok ir būk informuotas. Mes vykdome preliminarų pranešimų moderavimą - neleidžiama visų tipų tinklo rinkodaros,...	Prisijungti
Siūlau darbą / Ieškau darbo Kaune!	Vieša	38 tūkst.	Daugiau nei 10	Viena kokybiškiausių ir sparčiausiai augančių grupių, skirta darbuotojų ar darbo vietos paieškai Kaune 📍...	Prisijungti
Darbas Kaune	Vieša	12 tūkst.	10 · 25 nar.	nurodė, kad mokėsi čia: VDU	Prisijungti
Įvairūs darbai Kaune - darbo skelbimai, darbas	Vieša	66 tūkst.	9	Kaunieti, sukurime bendrą erdvę darbo paieškai! Dalinkimės įrašais, susijusiais su darbu, o ieškantieji darbo – praneškite apie save darbdaviams!	Prisijungti



PASIRUOŠIMAS DARBO POKALBIUI



- Dar kartą gerai perskaitykite darbo skelbimą bei įvertinkite, kokio profilio darbuotojo įmonė ieško;
- Apgalvokite, kuo Jūs galėtumėte būti naudingas įmonei;
- Apgalvokite, kokius savo privalumus derėtų išryškinti ir kaip Jūsų turimos žinios, kompetencija ir asmeninės savybės praverstų tokiame darbe;
- Apgalvokite, kas jus gali išskirti iš kitų kandidatų tarpo.
- Apsilankykite įmonės svetainėje, socialiniuose tinkluose (facebook, LinkedIn) - stebėkite kaip įmonė save pozicionuoja.
- Pasidomėkite apie ekonominį veiklos sektorių, kuriame įmonė veikia ir kokios tendencijos vyrauja.
- Pasižymėkite iškilusius klausimus, kuriuos norėtumėte pateikti darbo pokalbio metu.



DARBO POKALBYJE



- Būkite laiku,
- Atrodykite tvarkingai,
- Būkite pozityvūs ir sąžiningi,
- Parodykite entuziazmą,
- Išlaikykite akių kontaktą,
- Venkite asmeniškumų ir nekalbėkite asmeninių dalykų,
- Pabrėžkite savo privalumus, teigiamas puses,
- Kalbėkite apie tai, kuo jūs galite prisidėti,
- Būkite geras klausytojas,
- Būkite savimi,
- Atlyginimas aptariamas pabaigoje.



10 SAVYBIŲ

- Bendravimo įgūdžiai, komunikabilumas,
- Gebėjimas dirbti komandoje ir savarankiškai,
- Organizacinės savybės ir gebėjimas planuoti savo užduotis,
- Noras tobulėti, mokytis,
- Atsakomybė,
- Dėmesys detalėms, kruopštumas,
- Orientacija į rezultatą,
- Analitinis, strateginis mąstymas,
- Savarankiškumas,
- Problemų sprendimo įgūdžiai.





PASLAUGOS UŽIMTUMO TARNYBOJE IR KARJERE

Kuo galime padėti

UŽIMTUMO TARNYBA



VEIKLOS SRITYS:

1. Darbo pasiūlos ir paklausos derinimas,
2. Darbo ieškančių darbingo amžiaus asmenų užimtumo galimybių didinimas,
3. Bendradarbiavimas su socialiniais ir darbo rinkos partneriais,
4. Socialinės atskirties mažinimas,
5. Nedarbo prevencijos ir darbuotojų atleidimo iš darbo pasekmių švelninimas,
6. Padėties darbo rinkoje stebėseną, vertinimas ir prognozavimas,
7. Laisvas asmenų judėjimas,
8. Viešųjų paslaugų teikimas ir užimtumo rėmimo priemonių įgyvendinimas,
9. Europos Sąjungos, tarptautinių ir kitų fondų lėšų įsisavinimas,
10. Užimtumo tarnybos veiklos užtikrinimas ir modernizavimas.

www.uzt.lt

1883

Užimtumo tarnyba

[Registracija](#) [Svetainės struktūra](#) LT

[Darbo ieškantiems](#) [Darbdaviams](#) [Organizacijoms](#) [Darbo rinka](#) [Mokymai](#) [Švieslentės](#) [Kontaktai](#)

[Pradžia](#) > [Jaunimui](#) > Patarimai ieškantiems darbo

Regioniniai karjeros centrai

Jaunimo naujienos

Kontaktai

Teikiamos paslaugos

Jaunimo garantijos

Patarimai ieškantiems darbo

Facebook

Patarimai ieškantiems darbo

Patarimai ieškantiems darbo	Kaip ir kur ieškoti darbo?	Registracija Užimtumo tarnyboje	Užsiregistravau, kas toliau?	Verslumas	Naudingos nuorodos
-----------------------------	----------------------------	---------------------------------	------------------------------	-----------	--------------------

Reikia pagalbos? Pasitarti dėl dokumentų pildymo ir pasirengimo darbo pokalbiui gali su Regioninių karjeros centrų darbuotojais. Užsuk į [Karjero](#) puslapį.

Tai vieta, kur profesionalai savo žiniomis ir patirtimi dalinasi su Tavimi!

Apsilankyk konsultavimo grupėms užsiėmimuose! Užsiėmimų metu:

- išmoksi parašyti gyvenimo aprašymą ir motyvacinį, kreipimosi bei padėkos laiškus;
- išmoksi drąsiai ir sklandžiai papasakoti darbdaviui apie save;
- surasi bendraminčių, pasidalinsite tarpusavyje gerąja patirtimi;
- įgysi pasitikėjimo savo jėgomis.



KARJERASTAU.LT PASLAUGOS



https://www.karjerastau.lt



LT • 🔍 ♿ ☰ Menu

Jaunimui 29+ Karjeros specialistams Įmonėms

Jaunimui

Svarstai, kokią specialybę rinktis studijuoti? Norėtum pamatyti iš arti, kaip atrodo specialisto darbo diena? O gal nori atlikti testą ir sužinoti savo karjeros kryptį? Visa tai ir dar daugiau gali surasti tavo Karjere.

Skaityti daugiau



Individuali karjeros konsultacija



Grupinė karjeros konsultacija



Karjeros renginiai



Profesinis veiklinimas
(vizitai į įmones,
šešėliavimas, praktika)



PASLAUGOS KARJERE



Sunku apsispręsti dėl karjeros krypties, profesijos? O gal nori atlikti testą ir sužinoti savo profesinius interesus, asmenines savybes ir įsivertinti bendruosius gebėjimus? Nemokamos individualios konsultacijos, užsiėmimai grupėms ir renginiai. Visa tai ir dar daugiau gali surasti tavo Karjere.

www.karjerastau.lt



LT Meniu

[Jaunimui](#) [29+](#) [Karjeros specialistams](#) [Įmonėms](#)

29+

Nori išbandyti darbo rinkoje paklausiausias profesijas, bet bijai, kad neturi įgūdžių? Karjeras tau gali padėti. Nemokamos konsultacijos, galimybės persikvalifikuoti ir įgyti naujų įgūdžių – visa tai gali rasti savo Karjere.

[Skaityti daugiau](#)



Individuali karjeros konsultacija



Grupinė karjeros konsultacija



Karjeros renginiai



Profesinis veiklinimas
(vizitai į įmones,
šešėliavimas, praktika)

KARJEROS PLANAVIMO FORMULĖ

GALIMYBĖS – NORAI – REALYBĖ

MANO GALIMYBĖS (SVEIKATA, INTELEKTAS, GABUMAI, SUGEBĖJIMAI, ASMENYBĖS
BRUOŽAI (ATSAKOMYBĖS LYGIS, PATIKIMUMAS), CHARAKTERIS, BENDRAVIMO
YPATUMAI



MANO NORAI (SVAJONĖS, POMĖGIAI, INTERESAI, POREIKIAI, VERTYBINĖS
ORIENTACIJOS)



REALYBĖ RINKOJE (ŽINIOS APIE PROFESINĮ RENGIMĄ, DARBO RINKOS SITUACIJA,
NUMATYMAS ĮGŪDŽIŲ REIKALINGŲ ATEITYJE, PAKLAUSŪS DARBAI, DARBDAVIŲ
REIKALAVIMAI)



NUSITEIKIMAS SVARBU

Darbo paieška — irgi
darbas!

**Tu darai didelę įtaką jos
sėkmei.**

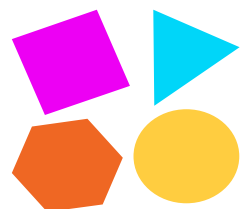


NAUDINGOS NUORODOS



- Karjeras (Karjeros planavimas ir darbo paieškos įgūdžių ugdymas): <https://www.karjerastau.lt/>
- Užimtumo tarnyba (Paramos priemonės, renginiai): <https://portal.uzt.lt/LDBPortal/Pages/ServicesForEmployees.aspx?> , <https://uzt.lt/mokymai/parama-mokymuisi/111> ir <https://uzt.lt/renginiai/422>
- Darbo pasiūlymai terminuotam laikui: <https://www.workis.online/> ir <https://www.biuro.lt/>
- Kaunas IN (Kaunastic Business) (Informacija apie įmones ir karjeros galimybes Kaune): <https://karjerakaune.lt/>
- AIKOS (Visos mokymosi programos Lietuvoje ar tavo mieste): www.aikos.smm.lt
- Jaunimo reikalų agentūra (nevyriausybių organizacijų veiklų ir savanorystės skatinimas, tarptautiniai mainų projektai, pvz. Erasmus): <https://jra.lt/>
- Erasmus ir Erasmus+ projektai: <https://erasmus-plus.lt/> ir <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/lt/opportunities/opportunities-for-individuals>
- Inovacijų agentūros verslo e-gidas (versliams): <https://versloegidas.inovacijuagentura.lt/>
- Inovacijų agentūros „Spiečiai“ (versliam jaunimui): <https://spiecius.inovacijuagentura.lt/>





KARJERAS

INFO@KARJERASTAU.LT

WWW.KARJERASTAU.LT

