



PROIECT DE LECȚIE

Profesor: Slate Lavinia Eugenia

Unitatea școlară: Liceul Tehnologic Lorin Sălăgean

Modulul: „Planificarea carierei”

Tema activității: PAȘAPORT SPRE CARIERĂ

1.Competențe generale:

Explorarea resurselor personale care influențează planificarea carierei

Utilizarea adecvată a informațiilor, în propria activitate, pentru obținerea succesului

2.Valori și atitudini:

- Valorizarea relațiilor interpersonale.
- Valorizarea critică și selectivă a informațiilor;
- Motivație și flexibilitate în elaborarea propriului traseu educațional și profesional;
- Responsabilitate și disponibilitate pentru decizii și acțiuni privind propriul traseu educațional și a carierei;
- Orientare spre o viață de calitate, în prezent și în viitor.

3.Competențe specifice:

- identificarea relației dintre calitățile personale, valorile personale și reușita personală;
- exersarea deprinderilor de utilizare a eficientă a diferitelor resurse,

4. Competențe derivate:

La sfârșitul activității, elevii vor fi capabili:

C1 –să descrie profesia de vis;

C2 –să identifice mijloacele de informare despre carieră/ liceul preferat ;

C3 –să numească pașii în vederea stabilirii traseului profesional ;

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



C4 –să enumere mijloacele care conduc la dezvoltarea carierei/alegerea liceului potrivit ;

5.RESURSE:

a) Materiale: hârtie, post-it- uri, laptop, video-proiector

b) Umane: elevi ai Liceului Tehnologic Lorin Sălăgean

c)De timp: 50 de minute.

6.STRATEGIILE DIDACTICE:

a) Forme de organizare: frontal, individual, pe grupe.

b) Metode și procedee didactice: metoda “World Caffé”, conversația euristică, observația sistematică, problematizarea, lucrul individual și în grup etc.

c) Mijloace de învățământ și material didactice: laptop, video-proiector, fișe de lucru.

7.MOTIVAȚIA ÎNVĂȚĂRII

Lumea se schimbă în mod constant, dar putem profita de oportunități planificându-ne cariera. Cunoscând cât mai multe lucruri despre noi, putem să determinăm oportunitățile care se potrivesc cel mai bine cu nevoile noastre. Trebuie să ne dezvoltăm o arie de abilități și o atitudine flexibilă raportată la carieră.

Cariera reprezintă exercițiul alegerii personale, iar pentru realizarea unui plan de carieră trebuie început de la evaluarea propriei noastre persoane cât și informarea referitor la factorii externi: profilul de personalitate, atitudini și deprinderi dobândite, interesele ocupaționale, cunoștințe, analiza pieței etc.

Alegerea profesiei se face pe baza experienței, a intereselor, a stărilor afective, a influențelor exterioare.

8.BIBLIOGRAFIE:

[2].Planificarea calendaristică

[3].Agenția Națională pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale, *Astăzi este o zi bună pentru non formal*, București, 2010.

[4].Albulescu,I., Albulescu, M., *Predarea și învățarea științelor socio –umane. Elemente de didactică aplicată*, Iași, Edit. Polirom, 2000

[5].Ciocar, L.; Oprea, A.,; Ștefan, E., (coord.), *Exerciții de dirigenție*, vol. I, Editura Atelier Didactic, București, 2014.

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



- [6].Costea, O.,Cercez, M., Sarivan, L., *Educație nonformală și informală*, Editura Didactică și Pedagogică, București,2009.
 [7].Oprea,C.L., *Pedagogie. Alternative metodologice interactive*, Editura Universitatea din Bucuresti, 2003

9. SCENARIUL DESFĂȘURĂRII ACTIVITĂȚII DIDACTICE:

Nr. crt.	Etapetele lecției (timp)	Competența derivată	CONȚINUTUL INFORMAȚIONAL AL LECȚIEI		STRATEGIA DIDACTICĂ		
			Activitatea profesorului	Activitatea elevilor	Metode și procedee	Forme de organizare	Resurse materiale
1.	Moment organizatoric (2 minute)		- Salută clasa -Se verifică existența resurselor materiale și se pregătește clasa pentru oră	Răspund răspund la salut și se pregătesc pentru începerea orei.	Conversația	Frontal	
2	Captarea atenției. Energizer (5 minute)		Elevii sunt rugați să participe la energizerul „Inițialele calităților” (fiecare elev își va scrie numele și prenumele pe un cartonaș, adăugând și o calitate care îl caracterizează; ex: Ion Vasile – Istețul Vesel) .	Elevii participă la energizer	Individual	Frontal	
3.	Anunțarea temei și comunicarea competențelor		Profesorul anunță ca astăzi se va discuta despre Tema: Pașaport spre carieră. Se comunică	Elevii își notează titlul lecției în caiete și competențele.	Conversația	Frontal	<i>Prezentare ppt</i> Slide 1 – Titlul lecției Slide 2 –



**Instrumente Structurale
2014-2020**

[illegible]

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)
Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

		C1	propus să urmez ? b) În ce constă cariera mea de vis și care sunt motivele care mă fac să cred că voi fi împlinit/ă profesional?				
		C2	c) Cum îmi adun informațiile despre cariera visată ?				
		C3	d) Care sunt pașii pe care trebuie să-i faci în vederea obținerii carierei de vis ?	Elevii lucrează în echipe			
		C4	e) Prin ce mijloace pot să îmi ating scopul ? Pentru fiecare întrebare profesorul va acorda un timp de aproximativ 5 minute de discuție. La expirarea timpului, toți clienții cafenelei vor schimba masa, pentru a avea alți parteneri de discuții. Singurii care nu se pot muta sunt elevii/elevele gazde, care au datoria să-i informeze,	Elevii lucrează în echipe Fiecare elev contribuie la completarea informațiilor notate de gazdă. Grupele se rotesc la mese astfel încât toate grupele să ia cunoștință și să analizeze fiecare întrebare.	Lucrul în echipă Lucrul în echipă	Grupe Grupe	

			pe scurt, pe nou-veniți, asupra discuțiilor avute anterior în cafenea. Aceștia vor lipi post-it – urile pe o filă de flipchart, ca la final să se poată face prezentarea. Elevii lucrează pe echipe axându-se pe întrebarea specifică fiecărei mese. Fiecare gazdă prezintă concluziile mesei respective Profesorul cere grupului să aducă completări.	După ce elevii finalizează sarcinile de lucru, gazdele vor prezenta rezumatul discuțiilor din cafeneaua lor..	Discuția colectivă Conversația		
5.	Obținerea feedback-ului (3 minute)	C1, C2, C3, C4.	- Profesorul concluzionează asupra punctelor comune care apar la nivelul fiecărei întrebări. Prezentarea unul PPT ce vizează factorii care sunt implicați în alegerea celui mai bun drum de urmat în privința carierei potrivite.	După ce elevii finalizează sarcinile de lucru, vor analiza metoda și trag concluziile.	Conversația Explicația	Grupe	Prezentare PPT slide 4 ,5



Instrumente Structurale
2014-2020

6.	Evaluare formativă (2 minute)		Elevii sunt invitați să ajungă la vamă și să relateze vameșilor într-un mod cât mai convingător, dar demn, de ce trebuie să fie lăsați să-și urmeze călătoria spre destinația finală. Vameșul va pune sau nu ștampila de trecere APPROVED	Elevii își spun propriile opinii.	Conversația	Frontal Individual	

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)
Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



UNIUNEA EUROPEANĂ

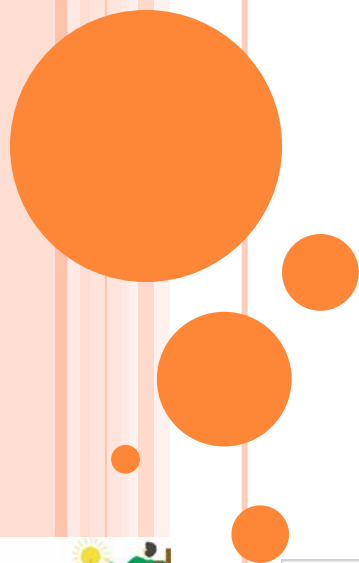


Instrumente Structurale
2014-2020

A3.1 Campanie de informare privind nevoile de instruire practică și beneficiile acesteia

PAȘI SPRE MESERIA DORITĂ

PRACTICA FACE DIFERENȚA!



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

În contextul societății bazate pe cunoaștere și al preocupărilor pentru creștere sustenabilă și inclusivă, investițiile în dezvoltarea capitalului uman au devenit indispensabile, iar interesul pentru dezvoltarea învățământului profesional și tehnic s-a intensificat. În ultimii ani, politicile în domeniul educației s-au concentrat din ce în ce mai mult pe **actualizarea constantă a competențelor și corelarea acestora cu cerințele pieței muncii**. O contribuție importantă la sincronizarea celor două sisteme o aduce **învățarea la locul de muncă**, ce permite elevilor să-și dezvolte abilitățile practice în contexte reale de muncă și care este integrată în grade diferite în cadrul programelor de învățământ profesional și tehnic din statele europene și nu numai, alături de învățarea în școală.



Disciplinele de specialitate trebuie privite ca părți ale aceluiași întreg constituit de procesul de învățământ. Ele nu pot fi privite unilateral, ca o parte teoretică pe care se construiesc abilitățile practice ale viitorului profesionist, ci în unitate cu ele: ceea ce le diferențiază este conținutul facilităților pedagogice pe care urmează a le realiza elevii. Cât privește raportul acestora cu instruirea practică, trebuie menționat că prin astfel de activități de instruire, elevii își însușesc cunoștințe și își formează în același timp deprinderi, o sarcină comună a tuturor disciplinelor de instruire fiind aceea a formării capacităților intelectuale, a aptitudinilor și deprinderilor.

Formarea competenței profesionale a unui absolvent este asigurată prin instruirea sa complexă și progresivă, pornind de la problemele generale ale profilului spre cele specifice unui grup de meserii. Astfel, studiul diferitelor discipline de specialitate și efectuarea activităților practice complementare, se vor baza pe fondul de cunoștințe formate prin studierea disciplinelor de cultură generală. Între acestea se stabilesc legături complexe, fiecare având importanța sa proprie.

BENEFICII ALE PRACTICII LA LOCUL DE MUNCĂ

Unul dintre cele mai importante beneficii este însă faptul că, în companiile în care formarea profesională a fost desfășurată în mod responsabil și asumat, până la 60% dintre absolvenți au rămas în companie ca și angajați

Absolvenții, cunoscând foarte bine compania în cei trei ani, devin imediat productivi ca angajați, nu mai implică alte costuri și pot contribui la o eficientizare a resurselor. Pentru că ei cunosc foarte bine procesele și producția, există un risc mai mic de producere a erorilor. De asemenea, întrucât ei stăpânesc foarte bine mașinile și aparatele, le pot utiliza la potențial maxim și pot evita blocarea acestora din cauza unor greșeli de operare. Astfel, ei contribuie per total la o mai mare productivitate.



Practica la locul de muncă reprezintă un **avantaj pentru companie** și pentru faptul că elevii, pe parcursul formării profesionale, trec prin mai multe departamente și au posibilitatea de a cunoaște procese în complexitatea lor. Astfel, după angajare, aceștia devin flexibili și pot lucra chiar pe mai multe posturi, pot identifica și rezolva mai repede posibile erori. Ei pot gândi sistemic și pot găsi sinergii (coordonare ori asociere de mai multe acțiuni în vederea obținerii unui rezultat comun cu economie de mijloace) în procesele desfășurate.



Prin angajați bine calificați se poate crește calitatea produselor realizate, se reduce numărul de reclamații, se crește gradul de mulțumire al clienților și se reduce rata de neproductivitate din cauza calității deficitare a proceselor de lucru.

De asemenea, prin **angajarea elevilor deja formați în companie**, se economisesc costurile de recrutare, cele de învățare a noilor angajați, deficitele de producție ale noilor angajați, cât și cheltuielile rezultate din angajarea de oameni nepotriviți.

BENEFICII

- Beneficiile formării profesionale prin instruirea practică la locul de muncă sunt greu cuantificabile, dar analizând raportul dintre avantajele și costurile pe care le presupune implicarea din partea companiilor în învățământul profesional, balanța înclină categoric către avantaje.
- Pentru o companie este profitabil să își formeze proprii angajați, cu atât mai mult cu cât aceștia sunt exact la începutul carierei lor profesionale.
- Beneficiile aduse de instruirea practică sunt vizibile atât pe parcursul formării, însă mai mult după finalizarea ei, atunci când cei formați profesional devin angajați.
- Pe parcursul formării, se pot cuantifica timpul și productivitatea elevilor.



Cele mai importante beneficii sunt însă **cele mai puțin cuantificabile și vizibile**. Ele apar mai ales după terminarea formării și sunt pe termen lung. Astfel, prin formarea profesională se aduce o plusvaloare prin:

- dezvoltarea companiei prin forță de muncă calificată;
- optimizarea organizării companiei prin sisteme mai sigure de colaborare, identificarea cu compania și cultura sa, posibilitatea de a controla diferențele de vârstă;
- o formare după necesitățile companiei, elevii formați având posibilitatea să-și însușească cunoștințele și să-și dezvolte competențele specifice proceselor companiei;
- o imagine bună prin implicarea în societate și educație;
- o creștere a competitivității pe piață.



INSTRUIREA PRACTICĂ UN ATU PENTRU A PRACTICA CU SUCCES MESERIA ALEASĂ!



***Îndrumător practică elevi,
Ponea Monica***





A2.2 Campanie de informare a elevilor privind importanța consilierii și orientării profesionale

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare -secțiunea consiliere- CONSILIERE PROFESIONALĂ



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Orientarea profesională reprezintă ansamblul acțiunilor consultative, a activităților de asistență psihopedagogică și socială a cadrelor didactice, elevilor și părinților, proiectată la nivelul sistemului de învățământ, în vederea unor alegeri corecte, profesionale.



Consilierea profesională este un proces de descoperire a valorilor, intereselor, aptitudinilor care să corespundă profesiei, dar și ajutorul concret acordat pentru dezvoltarea personală pe calea împlinirii profesionale



Scopul este acela de a evalua potențialul unei persoane, de a găsi și trasa o cale profesională potrivită pentru ea și de dorit pentru societate.



Dezvoltarea carierei este un proces de creștere ce implică educația și profesia

- se desfășoară pe durata întregii vieți
- deși dezvoltarea carierei se poate întâmpla într-un mod neintenționat (nimeni nu poate opri dezvoltarea, acumularea de experiențe și schimbarea), atunci când se desfășoară într-un mod conștient și intenționat, înseamnă a-ți crea în mod activ activitatea pe care vrei să o desfășori în cadrul vieții pe care vrei să o trăiești.

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Alegerea unei cariere și parcurgerea demersurilor necesare formării unei persoane ca specialist în domeniul ales este un proces complex care are un impact definitoriu în viitorul său profesional.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Pregătirea pentru aceasta nu este un proces ireversibil ce nu poate fi schimbat, însă alegerea corectă a carierei și existența unor mecanisme care să ajute la dezvoltarea tuturor competențelor necesare tranziției către piața muncii pot reprezenta garanția unei bune investiții a timpului și a altor resurse în educația unei persoane.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Consilierea profesională este o activitate prin care persoana consiliată se cunoaște mai bine, își descoperă abilitățile pentru o anumită carieră și realizează un management eficient al acestora.



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

De asemenea, ca urmare a consilierii, acesta înțelege piața muncii și alege o ocupație corespunzătoare aspirațiilor, valorilor, intereselor și aptitudinilor sale.

Consilierea mai înseamnă și asistența acordată pentru adaptarea la carieră.



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Tendențe în evoluția carierei:

- 1.Înlocuirea stabilității carierelor profesionale cu mobilitatea acestora;
- 2.Accentuarea gradului de slab, predictibilitate a cursului unei cariere;
- 3.Trecerea de la carierele legate aproape exclusive de lumea muncii și cea a organizațiilor la cariere deschise spre o paletă largă de perspective;
- 4.Scăderea în importanța traiectoriei ascendente a carierei în favoarea traiectoriei complexe a unor căi diferite;

5. Trecerea de la axarea pe prezentul carierei la cea pe elaborarea unei viziuni de perspectivă privind parcursul profesional;

6. Acțiunea concomitentă a carierelor singulare cu carierele duble, cu o ușoară predominanță a acestora din urmă;



Cariera nu se rezumă numai la viața individului în cadrul organizației, ci și la cea extraprofesională. Întreaga existență a unui om își pune amprenta asupra carierei sale, de aceea se și stabilește frecvent o prioritate între cele două componente majore ale vieții individului: familia și profesia



S-a observat că termenul de carieră este echivalat uneori cu alte noțiuni: avansare, profesie, înșiruire de posturi de-a lungul vieții, succesiune de roluri dependente de experiență, serie de experiențe individuale dobândite în muncă.



Ansamblul activităților ce definesc o carieră se caracterizează printr-o permanentă evoluție și sunt însoțite de acumulări individuale impuse de posturile și funcțiile deținute.





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Bibliografie:

- Băban, Adriana, 2001, Consiliere educațională, Cluj – Napoca;
- Jigău, Mihai, 2001, 8. Consilierea carierei, Sigma, București;
- Tomșa, Gheorghe, 1999, 11. Consilierea și orientarea în școală, București, Viața Românească.

Coordonator experți consiliere profesională,
Borugă Bianca



DE CE CONSILIERE SI ORIENTARE PROFESIONALĂ?





UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



INFORMAȚII DESPRE CARIERĂ:

- Starea generală a pieței muncii
- Structura locului de muncă
- Starea generală a economiei
- Mituri legate de carieră
- Oportunități de formare

RELAȚII SEMNIFICATIVE:

- Așteptările celorlalți
- Tradiții de familie
- Planuri legate de relații interpersonale (căsătorie, copii)
- Statut socio-economic
- Planurile persoanelor semnificative (părinți, soț, prieteni)

ALEGEREA CARIEREI

AUTOCUNOAȘTEREA:

- Stilul decizional
- Atitudini și credințe
- Interese
- Deprinderi și abilități
- Valori
- Trăsături de personalitate
- Stil de viață

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySms 2014+:131146)
Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



INVESTIGAREA CARACTERISTICILOR PERSONALE RELEVANTE PENTRU CARIERĂ

- din multitudinea trăsăturilor personale ale indivizilor ne interesează doar acele caracteristici care au o relevanță mai mare pentru deciziile de carieră.



Interesele

Interesele unei persoane reprezintă preferințele acelei persoane pentru anumite domenii de cunoștințe sau de activitate. Aceste preferințe favorizează alegerea ocupațiilor în care aceste interese pot fi valorificate.

Valorile – reprezintă convingerile de bază ale indivizilor.

Aceste convingeri reprezintă o anumită sursă motivațională pentru individ în a alege viitoarea profesie.

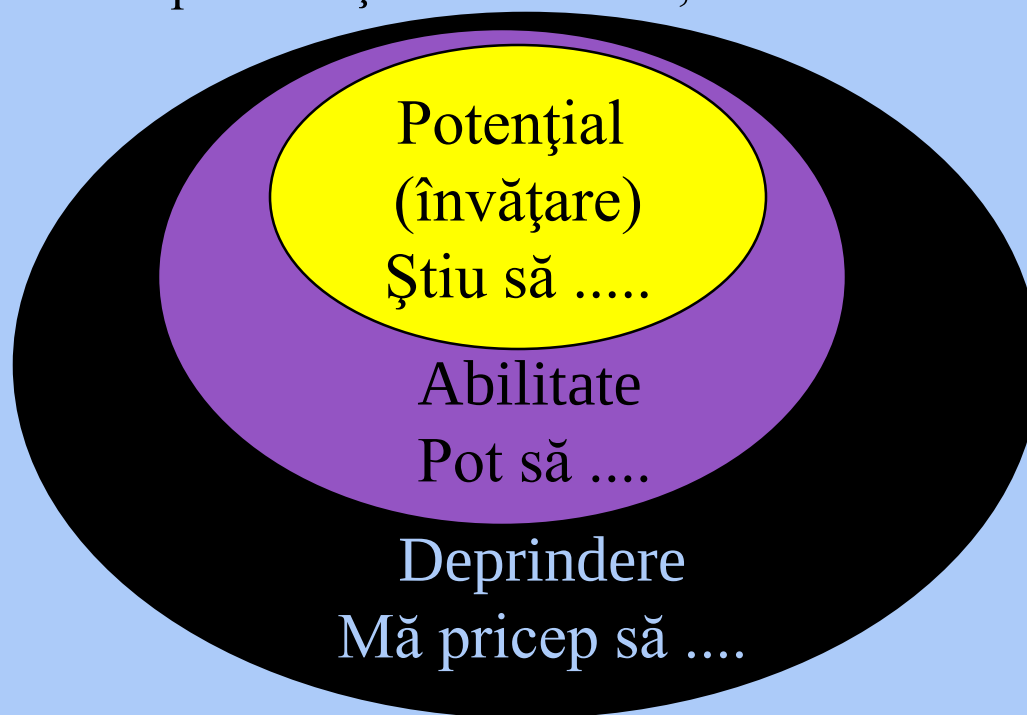
Cum pot să descopăr ce valori de bază am?

- există anumite teste prin care se cere să se ierarhizeze anumite valori date, iar după studierea răspunsurilor se pot extrage concluzii semnificative privind caracteristicilor personale;
- există anumite aplicații bazate pe formularea fanteziilor personale legate de carieră (De exemplu: descrie ocupația ideală, descrie stilul de viață pe care ți-l dorești)
- identificarea modelelor :- persoane pe care elevii le admiră reprezintă indicatori ai valorilor lor personale. Profesia acestor persoane îl poate determina pe elev să se orienteze spre acel domeniu de activitate și în acest fel să-i orienteze deciziile privind cariera.

APTITUDINI ȘI DEPRINDERI

Aptitudinea reprezintă potențialul unei persoane de a învăța și obține performanță într-un anumit domeniu.

Dezvoltată prin învățare și exersare, aptitudinea devine abilitate, iar prin aplicarea în practică și automatizare, abilitatea devine deprindere.



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySms 2014+:131146)
Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



Fiecare persoană are anumite aptitudini. Pentru mulți însă este dificil să le recunoască și să le pună în valoare sau să-și construiască un plan de carieră pornind de la acestea.

Planul de carieră al unui elev poate fi influențat de nivelul de dezvoltare al unor aptitudini precum ar fi:

- nivelul de înțelegere al limbajului scris sau oral ;
- exprimarea orală sau scrisă ;
- aptitudine numerică ;
- capacitatea memoriei ;
- dexteritate manuală ;
- atenția distributivă ;
- reprezentare spațială ;
- capacitatea de stăpânire a emoțiilor ;
- spirit de observație.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

DECIZIA PRIVIND CARIERA

-reprezintă procesul prin care îmi selectez o anumită alternativă de carieră din mai multe variante disponibile la un moment dat.

Există mai multe stiluri prin care pot să iau o decizie :

- stilul planificat <<sunt organizat și îmi fac planuri>>
- stilul agonizant << nu mă pot decide >>
- stilul impulsiv << decid acum și mă gândesc mai târziu >>
- stilul intuitiv << simt că așa este bine >>
- stilul delăsător << mă voi gândi mâine >>
- stilul fatalist << ce va fi, va fi.....>>
- stilul compliant << dacă crezi că e bine ... >>
- stilul paralic << știu că trebuie, dar pu și simplu nu pot să o fac >>



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



ETAPE ALE DEZVOLTĂRII IDENTITĂȚII VOCAȚIONALE

-Perioada tatonărilor (11-17 ani) . În ciclul gimnazial, elevii dezvoltă un comportament explorator : își explorează propriile interese vocaționale, experimentează mai multe tipuri de activități și observă necesitatea de a lua în considerare balanța “interese - aptitudini” în exprimarea unei alegeri educaționale sau profesionale.

Alegerile pe care le fac elevii în această perioadă pot avea un caracter vag și tranzitoriu, putând fi abandonate relativ ușor în momentul în care apare o altă direcție vocațională care pare să-i ofere satisfacții.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020



ETAPE ALE DEZVOLTĂRII IDENTITĂȚII VOCAȚIONALE

-**Perioada realismului (18-25 ani)** se caracterizează prin cristalizarea identității vocaționale și o viziune de ansamblu asupra factorilor care influențează alegerea traseului educațional sau profesional, ceea ce determină luarea unor decizii mult mai pragmatice.



OPȚIUNILOR DE CARIERĂ

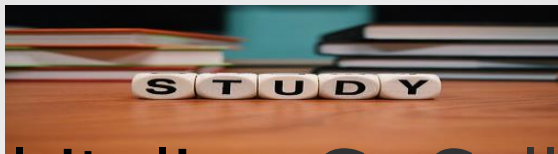
- fetele înclină pentru anumite domenii “feministe”, iar băieții pentru domenii “masculine” ;
- statutul socio-economic este o altă variabilă care influențează opțiunile și deciziile de carieră. Distingem aici familii care optează pentru trasee educaționale scurte sau mai lungi ;
- puterea modelului “ migrației forței de muncă în străinătate” este asociată de obicei cu trasee educaționale scurte ;
- incidența fenomenului de absenteism și abandon școlar asupra perioadei de școlarizare, circa 7 % din numărul elevilor din ciclul gimnazial nu definitivează ciclul studiilor obligatorii.

Expert consiliere profesională,
Rotariu Verdea Simona

A2.2 Campanie de informare a elevilor privind importanța consilierii și orientării profesionale

ORIENTAREA ÎN CARIERĂ A ADOLESCENȚILOR





Pedagogul italian G. Callo considera:
„a orienta înseamnă a educa”.
Nu poți să educi, spune Callo, dacă nu
educi atitudini, interese, trăsături de
caracter și nu poți să instruiști dacă nu
orientezi pe fiecare om în direcția
semnalată de trăsătura specifică a
personalității sale.

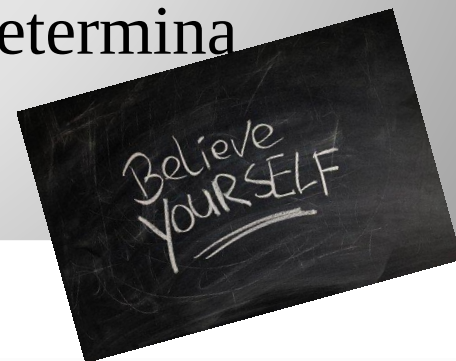
Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Această dificultate a tinerilor de a-și alege o carieră pe care să o urmeze în viitor, reprezintă una din marile probleme ale societății.

Ei au nevoie de ajutor pentru a depăși această etapă problematică a dezvoltării personale și profesionale.

Omul este propriul său manager, el trebuie să-și evalueze resursele cu realism, să-și stabilească obiectivele și să elaboreze proiecte existențiale pe termen lung, mediu și scurt, să se folosească de oportunități pentru a atinge scopurile de etapă.

Identificarea unor scopuri de succes va determina persoana să acționeze în consecință.



Orientarea în carieră este expresia unor talente personale sau aptitudini dominante.

Pe măsură ce ele se intersectează cu interesele, motivațiile și valorile personale ale individului și ale mediului extern, social și economic, se poate ajunge la modelarea unui traseu profesional optim.



Orientarea profesională este o activitate bazată pe un sistem de principii, metode și procedee de îndrumare a persoanei către o profesie sau un grup de profesii, în conformitate cu aptitudinile, înclinațiile și interesele sale și, pe de altă parte, în funcție de perspectivele pieței forței de muncă și dinamica sferei ocupaționale

Parcursarea unor module de orientare și consiliere profesională, a unor ateliere de lucru este de dorit să includă activități și exerciții legate de următoarele domenii de competență:

- cunoașterea de sine: stima de sine, încrederea în sine;
- rolul abilităților de comunicare eficientă;
- rezolvarea de probleme și negocierea conflictelor;
- lucrul în echipă;
- luarea deciziei în alegerea și decizia carierei;
- instrumente de marketing personal;
- informații despre piața muncii și profesii;
- pregătirea teoretică și practică de specialitate;





UNIUNEA EUROPEANĂ

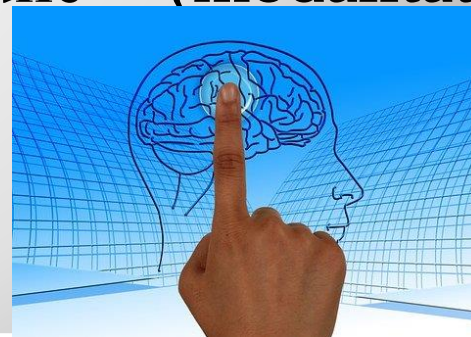


Instrumente Structurale
2014-2020

- **Alegerea unei profesii** trebuie să țină cont de mai multe criterii cumulate pentru a avea un rezultat profesional cu satisfacție pe termen lung:
- activitatea desfășurată să fie propria alegere;
- să aibă aptitudini și abilități necesare profesiei alese;
- dorința de a face această profesie o perioadă de timp cât mai îndelungată;
- activitatea desfășurată să îi aducă satisfacție și împlinire;
- condițiile de lucru să fie cele dorite;
- câștigul financiar să corespundă așteptărilor fiecăruia;
- să fie o activitate cu cerere pe piața muncii și peste 10 ani pe cât posibil;
- să nu simtă că depune efort, ci că va fi plătit pentru a face ceea ce îi place (situație ideală);
- să îi facă plăcere să se perfecționeze continuu în acest domeniu;
- să creeze un echilibru profesie/viață.

În traseul decizional privind cariera, orientarea carierei cuprinde următoarele etape:

- Fixarea scopului (ați fost influențat de anumite evenimente, de rezultate dezirabile);
- Programarea unor obiective de scurtă durată (ceea ce persoana dorește să realizeze);
- Alegerea strategiilor de acțiune (modalitatea practică de a îndeplini obiectivele).



Conform Declarației Asociației Internaționale de Orientare Școlară și Profesională (AIOSP) de la Stockholm (1995), consilierea și orientarea sunt servicii care au menirea să ajute tinerii și adulții:

- „să se înțeleagă și să se evalueze;
- să comunice eficient cu alții;
- să elaboreze planuri cu privire la propria carieră și la formarea adecvată necesară;
- să aibă în vedere cariere alternative;
- să facă față cu succes diferitelor obstacole pentru a-și câștiga locul în societate și pe piața muncii” (Jigău, 2001).

Cum să obținem informații despre posibile locuri de muncă? Sursele sunt:

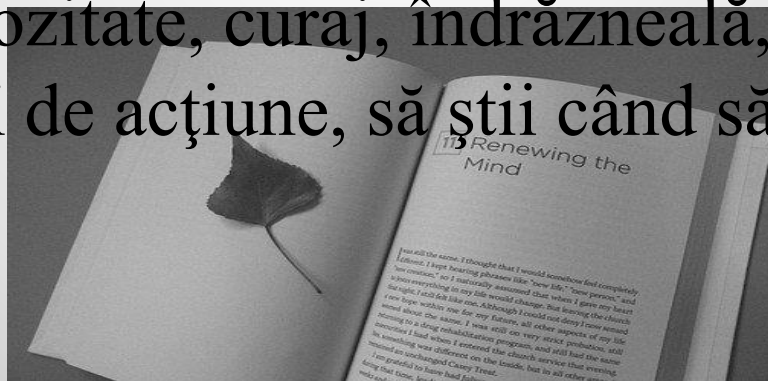
- Reviste de orientare profesională;
- Presă: ziare, reviste cu oferte de angajare;
- Agenții private de recrutare și de plasament a resurselor umane;
- Agenții de ocupare și formare profesională (centre de consiliere privind cariera pentru șomeri);
- Internet;
- Târguri de locuri de muncă.



- În demersul consilierii de carieră, un loc important îl are activitatea: cunoașterea de sine, care presupune identificarea și analizarea aspectelor ce țin de propria personalitate și care influențează alegerea și succesul în carieră.
- Acestea reprezintă variabilele subiective, adică țin de individ și pot fi într-o măsură importantă modificate prin proprie voință și autoeducație.



Pentru a avea succes în carieră (a face alegeri adecvate și eficiente pe piața muncii, a obține un loc de muncă preferat, a practica profesia dorită) sunt necesare anumite calități, prin care să atingeți obiectivele stabilite: să te cunoști, să fii motivat, să știi să te exprimi corect, să comunici asertiv, să respecți angajamentele, să fii pregătit pentru schimbare, să manifesti seriozitate, curaj, îndrăzneală, să ai obiective clare, strategii de acțiune, să știi când să renunți, să fii persuasiv.



Pentru reușita în cariera profesională este important să ne dezvoltăm în mod intenționat acele calități care au o mai mare importanță în activitatea pe care dorim să o desfășurăm.

Există unele abilități, calități care sunt apreciate și valorizate de mulți angajatori:

- abilități de comunicare: înțelegerea mesajelor verbale și nonverbale, exprimare clară;
- abilități interpersonale: cooperare, adaptabilitate în munca de echipă, respect față de colegi, diplomatie, discreție, empatie, toleranță;
- abilități de investigare și manipulare de date: capacitate de analiză, explorarea surselor de informații și utilizarea eficientă a informațiilor;

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

- abilități de planificare și rezolvare de probleme: capacitatea de a-și planifica singur munca, inițiativă în realizarea diverselor sarcini și acțiuni, capacitatea de a dobândi cu ușurință noi deprinderi;
- abilitatea de a lua decizii, conștiinciozitate;
- asumarea responsabilității pentru munca realizată;
- abilități de utilizare a tehnologiilor informatice;
- adaptare la schimbare;
- orientare spre progres și autodezvoltare;
- stabilitate emoțională, bună dispoziție, entuziasm în muncă;
- loialitate, sinceritate, onestitate, spirit de observație, imaginație;
- perspicacitate, fermitate în apărarea principiilor;

Viitorul profesional este și o „consecință” a prezentului, în termeni de investiție în educație, formare, dezvoltarea abilităților și aptitudinilor personale, maturizarea generală sau structurarea unei personalități orientate spre activitate.



Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

Bibliografie:

- <https://www.stasalba.ro/orientarea-in-cariera-a-adolescentilor-si-rolul-familiei/>

**Expert consiliere profesională,
Slate Lavinia**



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

A3.1 Campanie de informare privind nevoile de instruire practică și beneficiile acestora

Rolul comunicării în asistența medicală

- Comunicarea este deosebit de importantă în asistența medicală, în condițiile în care pacienții sau clienții sunt vulnerabili din punct de vedere emoțional, se simt singuri și, de cele mai multe ori, speriați de ceea ce îi poate aștepta.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- Abilitățile medicului/asistentului de a explica, asculta și empatiza pot avea un efect profund asupra rezultatelor de sănătate biologică și funcțională, precum și a satisfacției pacientului în experiența de îngrijire. Mai mult, comunicarea dintre membrii echipei medicale influențează calitatea relațiilor de muncă și are un impact profund asupra siguranței pacienților.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- În munca de zi cu zi, comunicarea reprezintă mijlocul esențial prin care asistentul medical culege informațiile relevante, indispensabile adaptării actului profesional la nevoile pacientului. În plus, beneficiile unei comunicări adecvate se pot vedea în gradul mai ridicat de satisfacție al pacientului și în schimbări pozitive la nivelul stării de sănătate. Pacienții care beneficiază de o comunicare adecvată vor înțelege mai bine problemele care îi afectează și măsurile care se iau pentru recuperarea lor, fiind mai cooperanți și mai în măsură să anunțe personalul atunci când ceva nu are efect sau când starea lor se înrăutățește.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Buna comunicare ajută pacienții să se simtă în largul lor

- Se știe că persoanele care au nevoie de asistență medicală sau de servicii medicale de urgență devin îngrijorate, anxioase, panicate, mai ales dacă, pe parcurs, starea de sănătate se agravează ori se deteriorează. Acest lucru poate conduce la stări de nesiguranță, uneori de agresivitate. Fie că este vorba de un simplu test de analize, de o nouă schemă de tratament, uneori chiar de o urgență maximă, pacientul simte nevoia să fie ajutat, înțeles dar, mai ales, să i se asigure revenirea în zona de confort, dacă starea sa clinică se agravează. O bună comunicare reduce factorii de stres enumerați anterior, ajută pacientul să capete încredere în staff-ul medical cu care intră în contact și îl face să se simtă în largul lui.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Buna comunicare face ca pacienții sau clienții să se simtă valoroși și apreciați

- În sistemul ideal de asistență medicală, cel mai prețios lucru pe care-l putem oferi altei persoane este timpul alocat. Când vom demonstra că suntem pregătiți să lăsăm deoparte alte sarcini pentru a aloca timp suplimentar unui pacient (uneori doar pentru a asculta, a înțelege sau a încuraja!), vom comunica eficient cu acea persoană. Posibilitatea de a comunica mai mult, mai bine, mai eficient ne ajută să construim o relație directă cu pacienții noștri și ne ajută să-i evaluăm cât mai corect din punct de vedere psihologic și medical.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- Asistenții medicali dețin, fără îndoială, o cantitate mare de informații medicale și expertiză clinică, dar de cele mai multe ori comunicarea ajunge să fie una dintre provocările majore ale acestora. De aceea, învățarea și dezvoltarea abilităților de a utiliza strategii eficiente de comunicare în serviciile de asistență medicală sunt necesare pentru a oferi cele mai bune îngrijiri posibile pacientului, cu impact asupra stării de bine fizice și psihice ale acestuia.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- De altfel, profesia de asistent medical, în funcție de organizarea unei clinici sau a unui spital, este facilitatorul comunicării și ghidul orientativ al pacientului, în absolut toate direcțiile de care acesta are nevoie.
- În acest proces, comunicarea ca abilitate dobândită este nu doar o însușire a asistentei medicale, ci o necesitate. A ști cum și ce să comunici la timpul potrivit, este esențial și are o importanță poate mai mare decât o bănuim pe termen lung în dezvoltarea sistemului medical din România.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- „A ști să ascuți este prima condiție a unui dialog”. Comunicarea reprezintă un ansamblu de cuvinte și gesturi prin intermediul cărora se transmit și primesc mesaje. Ca proces important în actul medical, comunicarea este un proces activ de transmitere și recepționare de informații, în care cel puțin unul dintre partenerii de comunicare trebuie să aibă abilități de ascultare activă, înțelegere a mesajului și de a răspunde unor întrebări, interpretare a limbajului nonverbal, motivare a interlocutorului pentru ca acesta să susțină conversația.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- Scopul comunicării medicale implică stabilirea relației terapeutice, înțelegerea perspectivei pacientului, explorarea gândurilor și emoțiilor acestuia și ghidarea acestuia în rezolvarea de probleme. Cadrele medicale trebuie să se aproprie și să-i cunoască mai bine pe beneficiarii îngrijirilor, să ofere îngrijiri mai bune, individualizate, complete și continue. Altfel spus, ar fi de preferat ca pacienții să fie tratați necondiționat.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Filozofia îngrijirilor medicale centrate pe pacient are patru principii de bază:

- 1) comunicare deschisă și completă – cadrele medicale împărtășesc pacientului, la timp, informații complete și obiective, într-un mod care este încurajator și util pacientului, astfel încât acesta să poată participa la luarea deciziilor medicale;
- 2) demnitate și respect – cadrele medicale îi asculta pe pacienți și iau în calcul valorile, convingerile și preferințele acestora în luarea deciziilor medicale;
- 3) participare – pacienții și familiile lor sunt încurajați și sprijiniți pentru a participa în actul medical și deciziile pe care le implică;
- 4) colaborare – cadrele medicale, pacienții, familiile lor și conducerea administrativă a unităților medicale colaborează pentru realizarea unui act medical de înaltă calitate, eficacitate și eficiență.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

Bibliografie

- DR.IUGA VIORICA Medic Primar Medicina Generală și Medicina de Urgență/ Asistent medical NEGOTEI ELENA – *Comunicarea*
- OAMGMAMR filiala Municipiului București - *Modele ale comunicării cu pacientul în asistența medicală*
- Corina Vâlceanu - *Comunicarea în asistența medicală*
- Ph. Mihaela Gabor Naidin - *Comunicarea în practica medicală. Eficientizarea comunicării cu pacientul – o necesitate*



UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale
2014-2020

- De câte ori v-ați gândit ce înseamnă cu adevărat grija față de un pacient sau că îngrijirea presupune mai mult decât o tehnică medicală?
- Comunicarea nu este doar o instruire a asistenților medicali, ci apare ca o necesitate în viața profesională de zi cu zi. A ști să comunici este un element esențial, iar ca asistent medical, cel mai bine vei însuși acest lucru dacă vei cunoaște care principiile ce au pus baza filozofiei de nursing.

Îndrumător practică elevi,
Balaci Daniela





A3.1 Campanie de informare privind nevoile de instruire practică și beneficiile acestora

12 Mai- Ziua Internațională a Asistenților Medicali Generaliști

Asistenții medicali au grijă de ceilalți – asistenții medicali își aleg profesia pentru a îmbunătăți sănătatea persoanelor și a populațiilor. Este ceea ce trebuie să facă, având la bază dinamica drepturilor umane și a justiției sociale.

Oficial, Ziua de 12 Mai a devenit Ziua Internațională a Asistenților Medicali din întreaga lume, la inițiativa Consiliului Internațional al Asistenților Medicali – creat în anul 1899, în cinstea zilei de naștere și pentru omagierea fondatoarei primei școli laice de asistenți medicali din lume – Florence Nightingale.



Această inițiativă are în vedere recunoașterea activităților asistenților și moașelor din întreaga lume și pledează pentru investiții sporite în această forță de muncă, precum și pentru îmbunătățirea condițiilor de muncă, în educația și dezvoltarea profesională continuă.



01 Profesia de asistent medical are o tradiție puternică în studierea factorilor determinanți ai sănătății.

Asistenții medicali răspund nevoilor de sănătate ale oamenilor din toate mediile și pe toată durata vieții. Rolurile lor sunt fundamentale în realizarea mandatelor globale cum ar fi acoperirea universală de sănătate și obiectivele de dezvoltare durabilă.



02 Activitatea asistenților medicali se desfășoară dincolo de limitele pereților unui spital și că are influență asupra bunăstării țărilor și a lumii.

Factorii sociali și impactul acestora asupra sănătății nu sunt noțiuni noi pentru profesia de asistent medical. De fapt, se află chiar în centrul profesiei. Asistenții medicali au sarcina de a fi ambasadori și lideri în acest domeniu. Această profesie se extinde mult dincolo de obiectivele legate de sănătate și include acei determinanți cu impact asupra sănătății și bunăstării.



03 Ingrijirea medicala administrata de asistentele medicale nu este doar un remediu temporar, este vorba de o implicare continua si intelegerea afectiunilor fiecarui pacient in parte.

Pe langa atentia medicala oferita pacientului, asistentul medical ajuta la satisfacerea nevoilor lor emotionale, sociale si spirituale, avand posibilitatea sa trateze intreaga persoana, trup si suflet.

Este nevoie de un anume tip de personalitate pentru a bifa aceste roluri, iar acela este cel de asistent medical.

Faptul ca pacientii isi pun viata in mainile celor care li acorda ingrijire, demonstreaza actul final de incredere. Meseria de asistent medical este una mare onoare, dar si cu multiple responsabilitati. De la provocari de impacturi profunde in comunitati pe care le pot avea asistarii, aceasta meserie poate culege recompense toata viata.



Aceasta meserie necesita o pregatire intensiva si foarte multe ore de practica pentru ca, pana la urma, asistentul medical este cel care supravegheaza si monitorizeaza progresele pacientului, iar in situatiile critice, atunci cand medicul nu este disponibil, el este cel care are putere de decizie si poate interveni pentru binele pacientului sau. Prin urmare trebuie sa fie pregatit in orice imprejurare.

Profesia de asistent medical înseamnă o carieră bazată pe știință, pe tehnologie, dar, mai ales, pe empatie, profesionalism, pe comunicare și muncă în echipa pluridisciplinară și echitate în sănătate.

Asistenții medicali aduc o contribuție fundamentală la îndeplinirea obiectivelor naționale și globale legate de o serie de priorități în materie de sănătate, printre care acoperirea universală cu servicii de sănătate, sănătatea mintală și bolile netransmisibile, pregătirea și reacția la situații de urgență, siguranța pacientului și furnizarea de îngrijiri integrate centrate pe persoană, dar, mai ales acum, în pandemie, la îngrijirea pacienților infectați cu SARS-COV-2.

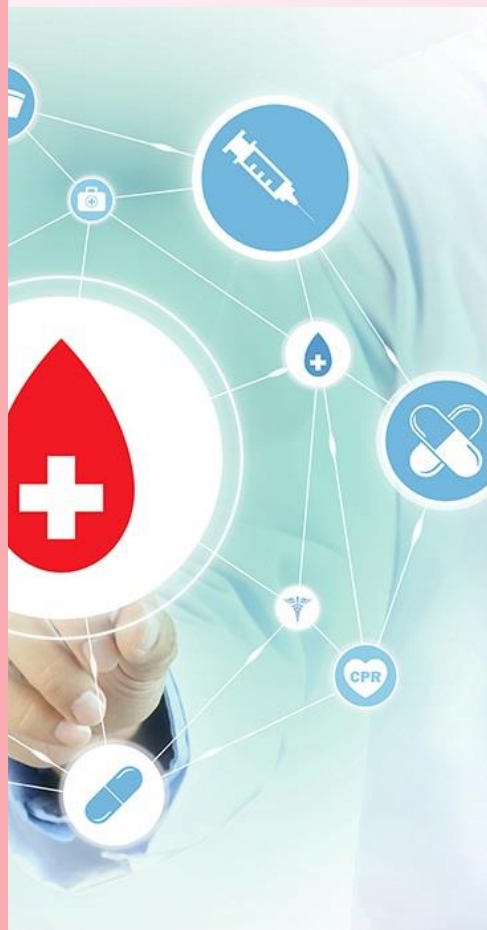
Asistenții sunt, în numeroase situații, singurii profesioniști din domeniul sănătății accesibili pentru mulți oameni, în timpul vieții lor. De cele mai multe ori, sunt singurii care asigură asistență medicală pentru populația aflată în zone dezavantajate, desfășurându-și activitatea în condiții dificile și într-un stres extrem

Ceea ce fac asistenții medicali în profesia lor implică multă pregătire, având în vedere evoluția tehnologică din ultimii ani, care și-a pus amprenta și pe această activitate.





Meseria de asistent medical este pe primul loc în topul celor mai căutate joburi de viitor, cu 437.000 de poziții noi estimate până în 2026 și un salariu mediu anual de 74.000 euro, conform Biroului de Statistică a Forței de Muncă al UE.



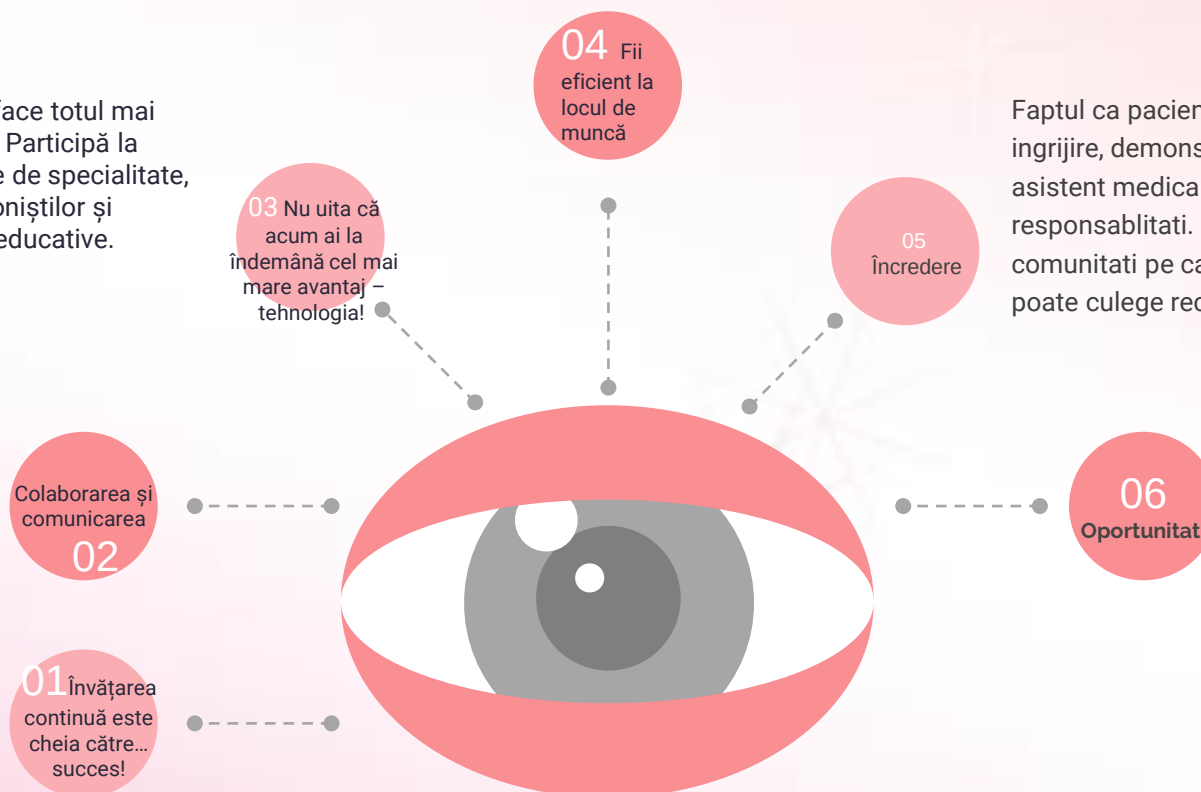
Meseria de asistent medical este atat de complexa, incat devine esentiala pentru sistemul medical si vine la pachet cu tone de satisfactii, recompense, oportunitati si provocari. Majoritatea asistentilor au cel putin un lucru un comun: vor sa-i ajute pe cei aflatii in suferinta. Nu numai ca joaca un rol de ingrijitor in viata pacientilor, dar petrec timp impreuna si, in anumite circumstante, leaga prietenii de lunga durata, ajung sa stie lucruri confidentiale despre pacienti si devin consilierii lor de incredere.

Domeniul asistenței medicale implică multe responsabilități. În fiecare zi trebuie să fii atent și bine organizat atunci când e vorba de îngrijirea pacienților și sarcinile administrative aferente. Pentru a reuși să le faci pe toate trebuie să fii eficient. Organizarea timpului și crearea unei rutini te-ar putea ajuta să aranjezi toate lucrurile cap coadă.

Trăim în lumea în care aceasta face totul mai accesibil. Profită de acest lucru! Participă la conferințe online, citește articole de specialitate, pe blog-uri sau canalele profesioniștilor și urmărește video-uri populare și educative. Posibilitățile sunt infinite.

Un ochi vigilent aruncat și la colegii cu mai multă experiență te poate ajuta să te perfecționezi. Și mai mult decât atât, comunicarea și învățarea trebuie luate în considerare, atât pe plan orizontal (între colegii de secție ori de departament), cât și pe plan vertical (implicând superiorii – managerii de secții ori de unitate).

În domeniul medical, studiul nu se termină niciodată. Tot timpul apar proceduri medicale noi, echipamente și aparatură care ne necesită atenția. Cercetarea sau, pur și simplu, studiul sunt lucrurile care te pot ajuta să te dezvolti profesional.



Faptul ca pacientii isi pun viata in mainile celor care li acorda ingrijire, demonstreaza actul final de incredere. Meseria de asistent medical este una mare onoare, dar si cu multiple responsabilitati. De la provocari de impacturi profunde in comunitati pe care le pot avea asistentii, aceasta meserie poate culege recompense toata viata.

Asistentul medical poate sa lucreze in cabinete medicale sau centre medicale. De asemenea, poate sa practice in spitale sau clinici. Poate deveni formator si / sau expert in examinare. Pentru asistentii medicali exista o pregatire continua si avansata. Acestea sunt oferite de carti si manuale, organizatii din lumea muncii, companii farmaceutice si laboratoare specializate. Asistentul medical poate deveni un paramedic, un tehnician in analize biomedicale, in sala de operatie, cu pregatire suplimentara etc. Dupa cum vedeti, meseria de asistent medical este cat se poate de serioasa si este una care va poate asigura un viitor extraordinar, plin de satisfactii profesionale, cat si personale.



De ce vrei sa te faci asistent medical?

- ☐ Vreau doar sa vad raspunsurile celorlalti.
- ☐ Am auzit ca e usor sa termini o postliceala, vreau sa am o diploma usor.
- ☐ Am pe "cineva" intr-un spital, o sa-mi gasesc usor un job dupa ce termin.
- ☐ Am auzit ca e o meserie care se cauta in Europa.
- ☐ Imi place sa ajut oamenii.
- ☐ Nu stiu.
- ☐ Parintii sau cunoscutii cred ca mi s-ar potrivi aceasta meserie
- ☐ Sunt sigur(a) ca mi-ar placea sa fac aceasta meserie.

AVANTAJELE UNEI CARIERE DE ASISTENT MEDICAL

Avantajul nr. 1: munca în echipă

În calitate de pacienți, poate că nu ne dăm seama, dar asistenții medicali lucrează mereu în echipă. Și cu atât mai bine! În felul acesta, responsabilitatea este asumată de către întregul personal. Munca în echipă permite mai ales ameliorarea serviciilor de îngrijire oferite pacienților. Un centru de sănătate nu poate funcționa fără solidaritate și ajutor reciproc între asistenți medicali, medici și asistenți sociali. Toți acești profesioniști aspiră la același obiectiv: vindecarea pacienților și asigurarea unor condiții optime de internare. Unde sunt mulți, puterea crește... Dar și eficacitatea!

Avantajul nr. 2: relațiile interpersonale

Meseria de asistent medical est cel mai bun exemplu de activitate în care relațiile interpresonale primează. Asistenții oferă pacienților nu doar îngrijire, ci și ajutor, asistență și sprijin în momentele dificile și dureroase. De altfel, se întâmplă de multe ori ca aceștia să lege legături strânse cu pacienții.

Avantajul nr. 3 : diversitatea la locul de muncă

Zilele de lucru ale asistenților medicali sunt lungi, dar de fiecare dată diferite. Într-adevăr, aceștia realizează diferite sarcini sau îngrijiri specifice: aplică pansamente, administrează medicamente, pregătesc sălile de operație, prelevează sânge etc.. Pe lângă acestea, asistenții se ocupă de diverse sarcini administrative. Cu alte cuvinte, buna comunicare dintre pacienți și echipa medicală li se datorează lor.

Inspectoratul Școlar Județean Mehedinți

PRACTIC - Practica la locul de muncă, poartă deschisă spre angajare (Cod MySmis 2014+:131146)

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020



SUCCESUL NU ESTE CHEIA
FERICIRII,
FERICIREA ESTE CHEIA
SUCCESULUI !
DACA IUBESTI CEEA CE FACI,
VEI AVEA SUCCES !

Îndrumător practică elevi/IPE5,
Alecsandru Delia Gabi

