

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu informuje o możliwości uczestnictwa w grupowych zajęciach aktywizujących dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Zajęcia dotyczą zagadnień związanych przede wszystkim z umiejętnym i sprawnym poruszaniem się po rynku pracy oraz aktywnym poszukiwaniem odpowiedniego miejsca zatrudnienia.

Terminy zajęć

12 stycznia 2016 r. - „Wchodzę na rynek pracy”

Grupowe zajęcia warsztatowe dla absolwentów poszukujących pracy. W programie ćwiczenia ukierunkowane na efektywne poruszanie się po rynku pracy m.in. metody aktywnego poszukiwania zatrudnienia, ocena osobistego potencjału zawodowego kontekście wymagań pracodawców, zasady profesjonalnej prezentacji własnej kandydatury w dokumentach aplikacyjnych i rozmowie kwalifikacyjnej.

*Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **08 stycznia 2016 roku** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.*

20 stycznia 2016 r. - „Rozumieć i być rozumianym – skuteczne metody komunikacji międzyludzkiej”

Porada grupowa dla osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy – metody komunikacji międzyludzkiej, pomagające w prowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.

*Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **15 stycznia 2016 roku** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.*

27 stycznia 2016 r. - „Zanim podejmiesz pracę”

Porada grupowa skierowana do osób bezrobotnych i poszukujących pracy ze szczególnym uwzględnieniem młodzieży szkolnej, wkraczającej po raz pierwszy na rynek pracy. W temacie zajęć m.in. formy zatrudniania pracowników, prawa i obowiązki pracodawcy i pracownika oraz kwestie dotyczące prawa do urlopu. Uczestnicy zajęć nabędą niezbędne podstawowe informacje z zakresu podstaw prawa pracy.

*Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **22 stycznia 2016 roku** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.*

2 lutego 2016 r. - „Dokumenty aplikacyjne krok – po kroku”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Celem zajęć jest m.in. uświadomienie roli dokumentów aplikacyjnych w procesie poszukiwania pracy, poznanie rodzajów CV, nabycie umiejętności ich przygotowania, składania i wysyłania.

Zapisy na spotkanie informacyjne przyjmowane są do 29-01-2016 – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2, bądź telefonicznie: 16 678-22-70.

10 lutego 2016 r. - „Metody i techniki kontroli stresu”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. W programie omówienie znaczenia stresu w codziennym życiu, określenie cech osobowości w kontekście reagowania w sytuacjach trudnych, psychotesty określające typ temperamentu. Ocena objawów nasilenia stresu, poznanie strategii radzenia sobie ze stresem.

*Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **5 lutego 2016 roku** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.*

15 -26 lutego 2016 r. - „Planuj świadomie własną przyszłość zawodową”

**Chcesz poznać siebie ? Wybierasz zawód !
Zależy Ci na podjęciu trafnej decyzji zawodowej !**

podczas ferii zimowych 2016 proponujemy:

- porady indywidualne z doradcą zawodowym i psychologiem,
- testy preferencji i zainteresowań zawodowych,
- testy osobowości,
- samodzielną pracę ze zbiorami informacyjnymi: np. przewodnikami po zawodach, rankingiem zawodów nadwyżkowych i deficytowych, poradnikami dot. planowania kariery zawodowej oraz własnego rozwoju itp.,
- filmotekę: „Wybieram szkołę, wybieram zawód”, „Planowanie kariery”, „Zawody przyszłości”, „Kalejdoskop zawodów” i inne.

1 marca 2016 r. - „Świadome kreowanie siebie” - Warsztaty autoprezentacji

Grupowe zajęcia aktywizacyjne przygotowujące do efektywnej prezentacji własnej osoby. W programie ćwiczenia symulacyjne z wykorzystaniem kamery, przygotowujące do świadomego kreowania własnego wizerunku.

*Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **26 lutego 2016 roku** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.*

9 marzec 2016 r. - „Zarządzanie czasem”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów zainteresowanych doskonaleniem umiejętności zarządzania sobą w czasie,

zidentyfikowaniem „złodziei czasu”, świadomym kształtowaniem priorytetów i wyznaczeniem celów.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 04-05-2016 - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.

16 marzec 2016 r. - „Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu”
Grupowe zajęcia warsztatowe przygotowujące do podejmowania świadomych decyzji zawodowych z określeniem predyspozycji zawodowych za pomocą testów.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 11 marca 2016 r. - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.

„Warsztaty „ABC obsługi komputera” dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy
5 dniowe grupowe zajęcia przygotowujące do samodzielnej pracy przy komputerze.
W programie podstawy obsługi Worda, Excela, Power Pointa.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.

Zajęcia odbędą się po zebraniu grupy.

Spotkania informacyjne

dla wszystkich zainteresowanych, szczególnie osób młodych przygotowujących się do podejmowania decyzji zawodowych oraz wchodzących na rynek pracy:

„Kształcenie – Zawód – Kariera”

Celem warsztatów jest stymulowanie aktywności i samodzielności młodzieży w planowaniu własnych działań oraz kształtowanie umiejętności racjonalnego planowania przyszłości zawodowej.

Spotkania odbywają się w terminach wcześniej ustalonych osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemyślu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16 678 22 70.