

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Kościuszki 2, 37-700 Przemyśl
tel. 16 678 22 70, 16 678 60 87

Zajęcia grupowe organizowane w I kwartale 2021 roku

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej realizuje warsztaty związane z rozwojem osobistym, sprawnym startem kariery zawodowej, umiejętnym poruszaniem się na rynku pracy oraz aktywnymi formami poszukiwania zatrudnienia. Uczestnikami zajęć mogą być osoby **bezrobotne/poszukujące pracy, uczniowie szkół ponadgimnazjalnych i studenci**. Wszystkie usługi Centrum realizowane są bezpłatnie.

W trosce o bezpieczeństwo uczestników i prowadzących, zaplanowane w Centrum zajęcia i warsztaty realizowane są w formule on-line. O przywróceniu zajęć stacjonarnych poinformujemy na stronie internetowej urzędu.

Poradnictwo zawodowe na odległość:

Jednocześnie informujemy, że osoby zainteresowane spotkaniem z doradcą zawodowym mogą skorzystać z poradnictwa zawodowego na odległość, które odbywa się telefonicznie lub za pośrednictwem Internetu. Poradnictwo na odległość umożliwi udzielenie porady lub informacji zawodowej również osobom, które z różnych przyczyn nie mogą osobiście przybyć do Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej.

Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych KZZ

Diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

4 marca 2021

*Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia **3 marca**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

Dokumenty aplikacyjne krok po kroku

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów. Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do poprawnego przygotowania życiorysu i listu motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

14 stycznia 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 13 stycznia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
18 lutego 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 17 lutego pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
11 marca 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 10 marca pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>

Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej

Grupowe zajęcia aktywizacyjne przygotowujące do efektywnej prezentacji własnej osoby, w tym w trakcie rozmowy kwalifikacyjnej. Zajęcia służą poznaniu podstawowych technik i zasad autoprezentacji, znaczenia tzw. mowy ciała w komunikacji.

28 stycznia 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 27 stycznia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
25 lutego 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 24 lutego pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>

Peryskop – znajdź rynek pracy dla siebie

W programie: skuteczne metody i techniki poszukiwania zatrudnienia oraz zasady właściwego sposobu redagowania dokumentów aplikacyjnych.

4 lutego 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 3 lutego pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
---------------	--

Metody i techniki kontroli stresu

Celem szkolenia jest zapoznanie uczestników z pojęciem stresu, jego przyczynami oraz poznanie jego skutków i metod radzenia sobie w sytuacjach trudnych.

21 stycznia 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 20 stycznia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
18 marca 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 17 marca pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>

Kreatywność jako metoda rozwiązywania problemów

Program pokazuje jak pobudzić zdolności i możliwości twórcze oraz jak je wykorzystać w pokonywaniu trudności.

11 lutego	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 10 lutego pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
25 marca 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 24 marca pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>

Jak znaleźć pracę

Program przygotowuje do aktywnego poszukiwania pracy. Celem zajęć jest zapoznanie z metodami i technikami poszukiwania zatrudnienia, nabywanie umiejętności redagowania dokumentów aplikacyjnych oraz przygotowanie się do właściwej rozmowy z pracodawcą.

7 stycznia 2021	<i>Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 5 stycznia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu</i>
-----------------	--

SPOTKANIA INFORMACYJNE

*termin ustalany na
bieżąco*

„Jak zaprzyjaźnić się z rynkiem pracy”

Poznanie instytucji udzielających wsparcia na rynku pracy, nabycie praktycznej wiedzy nt. ich działalności oraz oferowanych form pomocowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt pod nr tel. 16 678 22 70
lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

*termin ustalany na
bieżąco*

„Aktywnie z niepełnosprawnością”

Zajęcia informacyjne kierowane do osób zainteresowanych podjęciem pracy zawodowej z uwzględnieniem szans i możliwości udzielanych przez instytucje wspierające. Spotkania odbywają się w terminach wcześniej ustalonych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt pod nr tel. 16 678 22 70
lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*