

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Rzeszowie

Zajęcia w siedzibie Oddziału Zamiejscowego WUP w Krośnie

ul. Lewakowskiego 27b, 38-400 Krosno

tel. 13 43 649 17, 13 43 634 26

Zajęcia grupowe organizowane w II kwartale 2019 roku

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Rzeszowie, w siedzibie Oddziału Zamiejscowego w Krośnie realizuje warsztaty związane z rozwojem osobistym, 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.

Istnieje możliwość przeprowadzenia zajęć dedykowanych – w siedzibie szkoły, pracodawcy, placówki, instytucji. W tej sprawie prosimy o kontakt telefoniczny.

Zapraszamy do korzystania z naszych usług i uczestnictwa w zajęciach! ☺

Kwiecień

2 kwietnia **Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Program dotyczy właściwego przygotowania się do procesu rekrutacyjnego, roli autoprezentacji i umiejętności właściwego przedstawienia własnego wykształcenia, kompetencji oraz doświadczeń.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 1 kwietnia** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

4 kwietnia **Narzędzie do badania kompetencji (NBK)**

Zajęcia grupowe - diagnoza poziomu kompetencji osobistych, społecznych i menadżerskich przydatna przy podejmowaniu decyzji związanych z wyborem zawodu, kierunku kształcenia lub szkolenia, przy szukaniu pracy dostosowanej do posiadanych kompetencji oraz przy planowaniu rozwoju kompetencji poszukiwanych przez pracodawców.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 3 kwietnia** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

9 kwietnia **Wchodzę na rynek pracy**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Zajęcia przybliżające prawa i obowiązki osób bezrobotnych oraz informujące o formach wsparcia oferowanych przez powiatowe urzędy pracy i inne instytucje wspierające. Porada grupowa dotyczy również zasad sporządzania dokumentów aplikacyjnych i aktywnych form poszukiwania pracy.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 8 kwietnia** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

16 kwietnia **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 właściwego redagowania życiorysu i listy motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 15 kwietnia** pod nr tel. 13 43 649 17 lub osobiście w siedzibie Centrum przy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

Maj

8 maja **Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia, rozwijanie umiejętności poznawania siebie, zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 7 maja** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

15 maja **Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych (KZZ)**

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

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 14 maja** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

22 maja **Rozumieć i być rozumianym - skuteczne metody komunikacji międzyludzkiej**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy - metody komunikacji międzyludzkiej, pomagające w prowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 21 maja** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

29 maja **Zarządzanie sobą w czasie**

Zajęcia dotyczą zasad umiejętnego wyznaczania celów, planowania, ustalania priorytetów, delegowania zadań, a także skutecznego radzenia sobie z tzw. pożeraczami czasu.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 28 maja** pod nr tel. 13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie*

Czerwiec

5 czerwca **Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia, rozwijanie umiejętności poznawania siebie, zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 4 czerwca** pod nr tel.13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie*

6 czerwca **Narzędzie do badania kompetencji (NBK)**

Zajęcia grupowe - diagnoza poziomu kompetencji osobistych, społecznych i menadżerskich przydatna przy podejmowaniu decyzji związanych z wyborem zawodu, kierunku kształcenia lub szkolenia, przy szukaniu pracy dostosowanej do posiadanych kompetencji oraz przy planowaniu rozwoju kompetencji poszukiwanych przez pracodawców.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 5 czerwca** pod nr tel. 13 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie*

11 czerwca **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 właściwego redagowania życiorysu i listy motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 10 czerwca** pod nr tel.13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie*

19 czerwca **Rozumieć i być rozumianym - skuteczne metody komunikacji międzyludzkiej**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy - metody komunikacji międzyludzkiej, pomagające w prowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 18 czerwca** pod nr tel.13 4364917 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie*

Kształcenie – Zawód – Kariera

Spotkanie informacyjne dla uczniów ostatnich klas szkół średnich. Tematyka spotkania dotyczy:

zawodów przyszłości, aktywnego i świadomego planowania rozwoju zawodowego, sytuacji i trendów na rynku prac. Spotkania odbywają się w terminach wcześniej ustalonych z pedagogiem lub wychowawcą klasy.

Grupowe porady oraz informacje zawodowe dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy młodzieży ze szkół średnich i studentów organizujemy w miarę potrzeb.

Badania testowe

- **Narzędzie do badania kompetencji (NBK)** - diagnoza poziomu kompetencji osobistych, społecznych i menadżerskich przydatna przy podejmowaniu decyzji związanych z wyborem zawodu, kierunku kształcenia lub szkolenia, przy szukaniu pracy dostosowanej do posiadanych kompetencji oraz przy planowaniu rozwoju kompetencji poszukiwanych przez pracodawców.
- **Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych (KZZ)** - diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

przeprowadzamy w miarę potrzeb zainteresowanych klientów.

Ustalenie terminu zajęć - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie lub pod nr tel. 13 43 649 17