

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 IV kwartale 2020 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 średnich i studenci. Wszystkie usługi Centrum realizowane są bezpłatnie.

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

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

PAŹDZIERNIK

7 października **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.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 6 października
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

14 października **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.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 13 października
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

21 października **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.

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 20 października pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

28 października **Dokumenty aplikacyjne - krok po kroku**

Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do właściwego redagowania życiorysu i listu motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 27 października pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

LISTOPAD

4 listopada **Peryskop znajdź rynek pracy dla siebie**

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

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

12 listopada **Dokumenty aplikacyjne - krok po kroku**

Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do właściwego redagowania życiorysu i listu motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 10 listopada pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

18 listopada

Kreatywność jako metoda rozwiązywania problemów

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

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 17 listopada pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

25 listopada

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.

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 24 listopada pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

GRUDZIĘN

2 grudnia

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.

Zainteresowanych prosimy o kontakt do dnia 1 grudnia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

9 grudnia

Dokumenty aplikacyjne - krok po kroku

Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do właściwego redagowania życiorysu i listu motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.

ZAINTERESOWANYCH prosimy o kontakt do dnia 8 grudnia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

16 grudnia

Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych KZZ

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 15 grudnia pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu

23 grudnia

Kreatywność jako metoda rozwiązywania problemów

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

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

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

„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

Bezpłatna pomoc doradcy zawodowego.