

**Zajęcia grupowe organizowane
w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie
w I kwartale 2016 roku**

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie zaprasza na bezpłatne zajęcia grupowe dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz studentów. Zajęcia dotyczą zagadnień związanych z umiejętnym i sprawnym poruszaniem się po rynku pracy oraz aktywnym poszukiwaniem odpowiedniego zatrudnienia.

Terminy zajęć

19 stycznia 2016r. - „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.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 18 stycznia 2016 r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

21 stycznia 2016r. - „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.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 20 stycznia 2016 r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

26 stycznia 2016r. „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.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 25 stycznia 2016 r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

16 lutego 2016r. „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.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 15 lutego 2016r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

17 lutego 2016r.

„Wchodzę na rynek pracy”

Warsztaty poszukiwania pracy dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Porada grupowa dla osób zainteresowanych poznaniem metod poszukiwania pracy oraz zasad sporządzania dokumentów aplikacyjnych. Celem zajęć jest również przybliżenie praw i obowiązków osoby bezrobotnej oraz form wsparcia oferowanych przez powiatowe urzędy pracy i inne instytucje wspierające na rynku pracy.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 16 lutego 2016r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

18 lutego 2016r.

„Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Grupowe zajęcia przygotowujące do efektywnej prezentacji własnej osoby w sytuacji rozmowy kwalifikacyjnej. W programie m.in. zapoznanie z technikami autoprezentacji, zasadami skutecznego komunikowania się oraz rolą i znaczeniem mowy ciała

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 17 lutego 2016r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl lub w Biurze Karier PWSZ w Krośnie, ul. Rynek 1, pok. nr 1 telefonicznie: 13 43 755 lub mailowo: biurokarier@pwsz.krosno.pl

2 marca 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 1 marca 2016 r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

10 marca 2016r. „Zanim podejmiesz pracę”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, ze szczególnym uwzględnieniem absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy. Uczestnicy nabędą wiedzę na temat wad i zalet poszczególnych form zatrudnienia oraz zapoznają się z wybranymi elementami prawa pracy ułatwiającymi kontakt z potencjalnym pracodawcą.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 9 marca 2016r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego lub telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

15 marca 2016 r. „Rozumieć i być rozumianym”

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.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do 14 marca 2016 r. – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub mailowo: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

Grupowe informacje zawodowe dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy - w miarę potrzeb.

Grupowe spotkania informacyjne dla młodzieży ze szkół ponadgimnazjalnych – w miarę potrzeb

11 marca 2016 r. udział Centrum w targach pracy i zatrudnienia PWSZ Krosno