

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 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! ☺

STYCZEŃ

9 stycznia

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 **8 stycznia**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

16 stycznia

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

23 stycznia

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

30 stycznia

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 **29 stycznia**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

LUTY

5 lutego

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 **4 lutego**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

12 lutego

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 **11 lutego**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

19 lutego

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 **18 lutego**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

26 lutego

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 **25 lutego**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

MARZEC

3 marca

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

10 marca

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 **9 marca**
pod nr tel. 16 678 22 70 lub osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Kościuszki 2 w Przemyślu*

17 marca

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

24 marca

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 **23 marca**
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*

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*