**HARMONOGRAM GRUPOWYCH PORAD ZAWODOWYCH**

**W I KWARTALE 2019 r.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.p.** | **TEMAT** | **TERMIN** | **CHARAKTERYSTYKA I CEL SPOTKANIA** |
| **1.** | **Dokumenty aplikacyjne – moja wizytówka zawodowa** | **09.01.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | rodzaje życiorysów zawodowych; zasady przygotowania dokumentów aplikacyjnych; wskazówki, w jaki sposób unikać błędów przy tworzeniu dokumentów aplikacyjnych; stworzenie wizerunku zawodowego poprzez umiejętne wykorzystanie posiadanych kwalifikacji zawodowych i kompetencji interpersonalnych. |
| **2.** | **Co mnie motywuje? Poznaj mechanizmy własnego działania** | **23.01.2019 r. 10:00-12:00****Sala 120** | rozpoznanie obszarów motywacji; zapoznanie się z wiedzą w zakresie teorii motywacji; zwiększenie u uczestników porady poziomu aktywności i motywacji do poszukiwania pracy.  |
| **3.** | **Dokumenty aplikacyjne – moja wizytówka zawodowa** | **13.02.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | rodzaje życiorysów zawodowych; zasady przygotowania dokumentów aplikacyjnych; wskazówki, w jaki sposób unikać błędów przy tworzeniu dokumentów aplikacyjnych; stworzenie wizerunku zawodowego poprzez umiejętne wykorzystanie posiadanych kwalifikacji zawodowych i kompetencji interpersonalnych. |
| **4.** | **Mama wraca do pracy** | **20.02.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | zapoznanie uczestników z aktualną sytuacją kobiet na lokalnym rynku pracy, zapoznanie z formami wsparcia oferowanymi przez PUP matkom powracającym na rynek pracy po przerwie związanej z wychowywaniem dziecka, prawami pracujących mam oraz elastycznymi formami zatrudnienia, zwiększenie u uczestników porady poziomu aktywności i motywacji do poszukiwania pracy.  |
| **5.** | **Aktywne metody poszukiwania pracy** | **27.02.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | nabycie umiejętności samodzielnego poruszania się po rynku pracy; metody i sposoby poszukiwania informacji o wolnych miejscach pracy; źródła ofert pracy w kraju i za granicą;  |
| **6.**  | **Odkryj swój potencjał zawodowy** | **13.03.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | dokonanie bilansu własnych umiejętności, możliwości i mocnych stron, wyposażenie uczestników w umiejętności odkrywania własnych umiejętności w oparciu o dotychczas wykonywane prace i zawody. |
| **7.** | **Dokumenty aplikacyjne – moja wizytówka zawodowa** | **20.03.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | rodzaje życiorysów zawodowych; zasady przygotowania dokumentów aplikacyjnych; wskazówki, w jaki sposób unikać błędów przy tworzeniu dokumentów aplikacyjnych; stworzenie wizerunku zawodowego poprzez umiejętne wykorzystanie posiadanych kwalifikacji zawodowych i kompetencji interpersonalnych. |
| **8.** | **Trening kompetencji społecznych** | **27.03.2019 r.****10:00-12:00****Sala 120** | wzmocnienie postaw aktywnych, ukierunkowanych na podjęcie zatrudnienia poprzez:- świadomość mocnych i słabych stron- wzrost umiejętności zachowań asertywnych- skuteczna komunikacja werbalna i niewerbalna |

**Zapisy u doradców klienta w pok. 104, 115**