Oferta zajęć grupowych organizowanych przez CIiPKZ Oddział w Sieradzu w III kwartale 2017 roku

Tytuł zajęć	**„Cel praca"**
Forma zajęć	*Zajęcia warsztatowe*
Adresat zajęć	Osoby bezrobotne i poszukujące pracy zainteresowane rozwijaniem wiedzy i umiejętności niezbędnych w skutecznym poszukiwaniu pracy
Cel :	• kształtowanie aktywności i samodzielności w szukaniu pracy • zdobywanie informacji niezbędnych w procesie poszukiwania pracy, • poznanie własnych atutów na rynku pracy, • poprawa funkcjonowania w kontaktach z pracodawcami
Program zajęć	• Skuteczna autoprezentacja • Poznawanie własnych zasobów - umiejętności, kwalifikacje, cechy • Wypełnianie komputerowych testów samooceny, • Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej
Data przeprowadzeni zajęć	**20 lipca 2017r.**
Czas trwania	**09.00 do 14.00**
Miejsce realizacji zajęć	**siedziba Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Oddział w Sieradzu, ul. 3 Maja 7**
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	• **osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7,** • **telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86** • **mailowo: lowusi@wup.lodz.pl – do 19 lipca 2017 r.**

Tytuł zajęć	***„Budowanie planu zawodowego"***
Forma zajęć	*Zajęcia warsztatowe*
Adresat zajęć	*Osoby długotrwale bezrobotne i poszukujące pracy zainteresowane budowaniem konkretnego planu własnej przyszłości zawodowej*
Cel :	*Nabycie umiejętności planowania działań na rynku pracy*
Program zajęć	• *Model SMART w wyznaczaniu celów* • *Analiza własnych umiejętności* • *Przygotowanie planu własnej kariery zawodowej* • *Wewnętrzna i zewnętrzna motywacja w wyznaczaniu i osiąganiu celów* • *Bariery utrudniające dojście do celu* • *Jak formułować cele, aby ich realizacja była skuteczna* • *Czynniki efektywności osobistej*

	• *Metody i techniki tworzenia własnego wizerunku, budowania relacji z innymi i komunikowania się*
Data przeprowadzenia zajęć	*24 sierpnia 2017 r.*
Czas trwania	*9.00 do 14.00*
Miejsce realizacji zajęć	*siedziba Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Oddział w Sieradzu, ul. 3 Maja 7*
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	• *osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7* • *telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86* • *mailowo* : **lowusi@wup.lodz.pl** – *do 23 sierpnia 2017 r.*

Tytuł zajęć	***„W poszukiwaniu poczucia własnej wartości"***
Forma zajęć	*Zajęcia warsztatowe*
Adresat zajęć	*Warsztat skierowany jest do osób bezrobotnych, poszukujących pracy lub chcących pracę zmienić, odczuwających potrzebę wzmocnienia swojej samooceny i poczucia własnej wartości w procesie poszukiwania pracy.*
Cel :	*Wzmocnienie samooceny i poczucia własnej wartości w procesie poszukiwania pracy.*
Program zajęć	• *Filary poczucia własnej wartości.* • *Samoocena – badanie grupowe za pomocą testu MSEI Wielowymiarowy Kwestionariusz Samooceny.* • *Poczucie własnej wartości w planowaniu rozwoju zawodowego.* • *Omówienie wyników testu (spotkanie indywidualne).*
Data przeprowadzenia zajęć	**20 września 2017r.**
Czas trwania	*9.00 do 14.00*
Miejsce realizacji zajęć	*Siedziba Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Sieradzu, ul. 3 Maja 7*
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	• *osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7* • *telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86* • *mailowo* : **lowusi@wup.lodz.pl** – **19 września 2017 r.**