

# Oferta zajęć grupowych CliPKZ w IV kwartale 2015 roku

## OFERTA ZAJĘĆ GRUPOWYCH ORGANIZOWANYCH w CENTRUM INFORMACJI i PLANOWANIA KARIERY ZAWODOWEJ

ODDZIAŁ w SIERADZU w IV kwartale 2015 r.

|                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł zajęć</b>                                                           | „Autoprezentacja – czyli jak kreować swój wizerunek zawodowy w oczach innych”                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Forma zajęć</b>                                                           | zajęcia warsztatowe                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Adresat zajęć</b>                                                         | Osoby bezrobotne i poszukujące pracy, które chcą rozwijać własny styl autoprezentacji i zwiększyć swoje szanse na rynku pracy                                                                                                                                                     |
| <b>Cel :</b>                                                                 | Analiza i rozwijanie przez uczestników umiejętności w zakresie prezentowania własnych zasobów i atutów podczas rozmów w sprawie pracy                                                                                                                                             |
| <b>Program zajęć</b>                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wizerunek zawodowy</li> <li>• Ogólne aspekty komunikacji interpersonalnej</li> <li>• Autoprezentacja w kontaktach osobistych i zawodowych</li> <li>• Zachowania asertywne w komunikacji podczas rozmów w sprawie pracy</li> </ul>        |
| <b>Data przeprowadzenia zajęć</b>                                            | 21 października 2015 rok                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Czas trwania</b>                                                          | Od 9.00 do 13.00                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Miejsce realizacji zajęć</b>                                              | Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Sieradzu ul. 3 Maja 7                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7</li> <li>• telefonicznie: 43 822 81 84, 822 81 86,</li> <li>• mailowo: <a href="mailto:doradcazawodowy@wup.lodz.pl">doradcazawodowy@wup.lodz.pl</a> do 20 października 2015 r.</li> </ul> |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł zajęć</b>   | „Sposoby poszukiwania pracy – sieć znajomych - networking”                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Forma zajęć</b>   | zajęcia aktywizacyjne                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Adresat zajęć</b> | osoby bezrobotne i poszukujące pracy, zainteresowane poznaniem skutecznego sposobu poszukiwania pracy                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Cel :</b>         | Wsparcie dla osób aktywnych na rynku pracy                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Program zajęć</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca nad nastawieniem i motywacją do poszukiwania pracy.</li> <li>• Określenie barier stojących na drodze do znalezienia pracy</li> <li>• Źródła informacji o ofertach pracy.</li> <li>• Budowanie sieci kontaktów i wykorzystanie jej w poszukiwaniu pracy.</li> </ul> |

|                                                                              |                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Data przeprowadzenia zajęć</b>                                            | <b>28 października 2015 rok</b>                                                                                                                                                                                            |
| <b>Czas trwania</b>                                                          | <b>Od 9.00 do 12.00</b>                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Miejsce realizacji zajęć</b>                                              | <b>Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Sieradzu<br/>ul. 3 Maja 7</b>                                                                                                                                       |
| <b>Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7</li> <li>telefonicznie: 43 822 81 84, 822 81 86,</li> <li>mailowo:– do 20 października 2015 r. do 27 października 2015 r.</li> </ul> |

|                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł zajęć</b>                                                           | <b>Sieć – nowoczesny kontakt z pracodawcą</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Forma zajęć</b>                                                           | <b>zajęcia warsztatowe</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Adresat zajęć</b>                                                         | osoby bezrobotne i poszukujące pracy,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Cel :</b>                                                                 | <b>Nauka poszukiwania pracy przez Internet</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Program zajęć</b>                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Strony internetowe przydatne w poszukiwaniu pracy na lokalnym, krajowym i europejskim rynku pracy- serwisy pracy i kariery, edukacyjne, branżowe, agencji zatrudnienia</li> <li>Poszukiwanie ofert pracy i aplikowanie o pracę za pośrednictwem internetowych serwisów pracy</li> <li>Zakładanie i obsługa bezpłatnej skrzynki poczty internetowej,</li> </ul> |
| <b>Data przeprowadzenia zajęć</b>                                            | <b>25 listopada 2015 rok</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Czas trwania</b>                                                          | <b>od 9.00 do 13.00</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Miejsce realizacji zajęć</b>                                              | <b>Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Oddział w Sieradzu, ul. 3 Maja 7</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7</li> <li>telefonicznie: 43 822 81 84, 822 81 86,</li> <li>mailowo: <a href="mailto:doradcazawodowy@wup.lodz.pl">doradcazawodowy@wup.lodz.pl</a> 24 listopada 2015 r.</li> </ul>                                                                                                                                 |

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł zajęć</b>                | <b>„Sposoby poszukiwania pracy – sieć znajomych - networking”</b>                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Forma zajęć</b>                | <b>zajęcia warsztatowe</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Adresat zajęć</b>              | osoby bezrobotne i poszukujące pracy, zainteresowane poznaniem skutecznego sposobu poszukiwania pracy                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Cel :</b>                      | <b>Wsparcie dla osób aktywnych na rynku pracy</b>                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Program zajęć</b>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Praca nad nastawieniem i motywacją do poszukiwania pracy.</li> <li>Określenie barier stojących na drodze do znalezienia pracy</li> <li>Źródła informacji o ofertach pracy.</li> <li>Budowanie sieci kontaktów i wykorzystanie jej w poszukiwaniu pracy.</li> </ul> |
| <b>Data przeprowadzenia zajęć</b> | <b>9 grudnia 2015 r.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Czas trwania</b>               | <b>Od 9.00 do 12.00</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Miejsce realizacji zajęć</b>   | <b>Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Sieradzu<br/>ul. 3 Maja 7</b>                                                                                                                                                                                                                      |

*Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane*

- osobiście w siedzibie Centrum
- telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86
- mailowo : [doradcazawodowy@wup.lodz.pl](mailto:doradcazawodowy@wup.lodz.pl) 8 grudnia 2015 r.