

# Oferta zajęć grupowych organizowanych przez CiPKZ Oddział w Sieradzu w IV kwartale 2022 roku

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 :	Nabywanie umiejętności planowania działań na rynku pracy
Program zajęć	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Model SMART w wyznaczaniu celów</li> <li>• Analiza własnych umiejętności</li> <li>• Przygotowanie planu własnej kariery zawodowej</li> <li>• Wewnętrzna i zewnętrzna motywacja w wyznaczaniu i osiągnięciu celów</li> <li>• Bariery utrudniające dojście do celu</li> <li>• Jak formułować cele, aby ich realizacja była skuteczna</li> <li>• Czynniki efektywności osobistej</li> <li>• Metody i techniki tworzenia własnego wizerunku, budowania relacji z innymi i komunikowania się.</li> </ul>
Data przeprowadzenia zajęć	5 października 2022 r.
Czas trwania	9.00 - 14.00
Miejsce realizacji zajęć	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 : <a href="mailto:sieradz@wup.lodz.pl">sieradz@wup.lodz.pl</a> - do 4 października 2022 r.

Tytuł zajęć	„Autoprezentacja – czyli jak kreować swój wizerunek zawodowy w oczach innych”
	Zajęcia warsztatowe

<i>Forma zajęć</i>	
<i>Adresat zajęć</i>	<i>Osoby bezrobotne i poszukujące pracy, które chcą rozwijać własny styl autoprezentacji i zwiększyć swoje szanse na rynku pracy</i>
<i>Cel :</i>	<i>Analiza i rozwijanie przez uczestników umiejętności w zakresie prezentowania własnych zasobów i atutów podczas rozmów w sprawie pracy</i>
<i>Program zajęć</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Wizerunek zawodowy</i></li> <li>• <i>Ogólne aspekty komunikacji interpersonalnej</i></li> <li>• <i>Autoprezentacja w kontaktach osobistych i zawodowych</i></li> <li>• <i>Zachowania asertywne w komunikacji podczas rozmów w sprawie pracy.</i></li> </ul>
<i>Data przeprowadzenia zajęć</i>	<i>19 października 2022 r.</i>
<i>Czas trwania</i>	<i>9.00 -13.00</i>
<i>Miejsce realizacji zajęć</i>	<i>Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Sieradzu ul. 3 Maja 7</i>
<i>Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane</i>	<i>osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7 telefonicznie: 43 822 81 84, 822 81 86, mailowo: <a href="mailto:sieradz@wup.lodz.pl">sieradz@wup.lodz.pl</a> – do 18 października 2022 r.</i>

<i>Tytuł zajęć</i>	<i>„Rozwój zawodowy kadry pracowniczej i przedsiębiorcy”</i>
<i>Forma zajęć</i>	<i>Seminarium – grupowa informacja zawodowa</i>
<i>Adresat zajęć</i>	<i>Pracodawcy i pracownicy</i>
<i>Cel :</i>	<i>Przedstawienie aktualnych ofert wsparcia finansowego dla pracodawców zainteresowanych szeroko rozumianym rozwojem zasobów ludzkich w firmie.</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Bony rozwojowe na szkolenia dla przedsiębiorców i ich pracowników</i></li> <li>• <i>Krajowy Fundusz Szkoleniowy</i></li> </ul>

Program zajęć	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak znaleźć utalentowanego ucznia szkoły branżowej i technikum</li> <li>• Jak najlepiej zaprezentować firmę w internecie</li> <li>• Indywidualne konsultacje z Operatorami Bonów Rozwojowych dla Małych i Średnich Przedsiębiorstw (MŚP).</li> </ul>
Data przeprowadzenia zajęć	15 listopada 2022 r.
Czas trwania	9.00 - 13.00
Miejsce realizacji zajęć	Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej 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: <a href="mailto:sieradz@wup.lodz.pl">sieradz@wup.lodz.pl</a> – do 14 listopada 2022 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filary poczucia własnej wartości.</li> <li>• Samoocena – badanie grupowe za pomocą testu MSEI Wielowymiarowy Kwestionariusz Samooceny.</li> <li>• Poczucie własnej wartości w planowaniu rozwoju zawodowego.</li> <li>• Omówienie wyników testu (spotkanie indywidualne).</li> </ul>
Data przeprowadzenia zajęć	8 grudnia 2022 r.
Czas trwania	9.00 - 14.00

<i>Miejsce realizacji zajęć</i>	<i>Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Sieradzu, ul. 3 Maja 7</i>
<i>Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane</i>	<i>osobiście w siedzibie Centrum, ul. 3-go Maja 7 telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86 mailowo : <a href="mailto:sieradz@wup.lodz.pl">sieradz@wup.lodz.pl</a> - do <b>7 grudnia 2022 r.</b></i>