Oferta zajęć grupowych organizowanych przez CIiPKZ Oddział w Sieradzu w I kwartale 2019 roku

Tytuł zajęć	**„Jak skutecznie wejść na rynek pracy"**
Forma zajęć	**Zajęcia warsztatowe**
Adresat zajęć	Osoby długotrwale bezrobotne które chcą powrócić na rynek pracy.
Cel :	Nabycie przez uczestników, ogólnej wiedzy o własnych mocnych stronach, oczekiwaniach pracodawców. Zdobędą wiedzę z zakresu dbania o własną sprawność intelektualną i fizyczną.
Program zajęć	• Bilans mocnych i słabych stron • Oczekiwania pracodawców • Szkolenia zawodowe i kształcenie ogólne • Sprawność umysłowa i fizyczna • Plan zawodowy – powrót na rynek pracy.
Data przeprowadzenia zajęć	10 stycznia 2019 r.
Czas trwania	**09.00 do 13.00**
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:** *lowusi@wup.lodz.pl* *- do* 9 stycznia 2019 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	*7 lutego 2019 r.*

Czas trwania	*9.00 do 13.00*
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* : **lowusi@wup.lodz.pl** • *– do 6 lutego 2019 r.*

Tytuł zajęć	*„Samoocena w poszukiwaniu pracy i rozmowie kwalifikacyjnej"*
Forma zajęć	**Zajęcia z zakresu poradnictwa grupowego**
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 przeprowadzenia zajęć	*7 marca 2019 r.*
Czas trwania	*od 9.00 do 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 maja 7,* *- telefonicznie: 43 822 81 84, 822 81 86* *- mailowo: lowusi@wup.lodz.pl* *do 6 marca 2019 r.*

Tytuł zajęć	*„Pierwsze kroki w biznesie"*
Forma zajęć	**Seminarium - grupowa informacja zawodowa**
Adresat zajęć	*Osoby bezrobotne, poszukujące pracy i inne, które rozważają rozpoczęcie działalności gospodarczej*
Cel :	*Uczestnicy zdobędą wiedzę dotyczącą rejestrowania firmy, wyboru formy prowadzenia działalności gospodarczej, wyboru korzystnej formy opodatkowania prowadzonej działalności.*

	Uczestnicy poznają zasady prowadzenia działalności w zakresie obowiązującego systemu zabezpieczenia społecznego (ZUS).
Program zajęć	• *etapy rejestracji działalności gospodarczej* • *formy prowadzenia działalności gospodarczej,* • *wybór formy opodatkowania,* • *optymalizacja podatkowa* • *ubezpieczenie społeczne* • *prelekcja nt. „Konstytucja Biznesu"*
Data przeprowadzenia zajęć	*21 marca 2019 r.*
Czas trwania	*9.00 do 13.00*
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 Maja 7* • *telefonicznie : 43 822 81 84, 822 81 86* • *mailowo* **:** **lowusi@wup.lodz.pl** – *20 marca 2019 r.*