

Oferta zajęć grupowych organizowanych przez CliPKZ 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 - Poznanie 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

	• <i>Metody i techniki tworzenia własnego wizerunku, budowania relacji z innymi i komunikowania się</i>
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.