

Oferta zajęć grupowych organizowanych przez CliPKZ Oddział w Skierniewicach w I kwartale 2024 roku

Tytuł zajęć:	<i>Mój potencjał zawodowy</i>
Forma zajęć:	zajęcia warsztatowe
Adresat zajęć:	- osoby bezrobotne i poszukujące pracy zarejestrowane w PUP w Skierniewicach - inne osoby zainteresowane tematyką
Cel:	Przygotowanie uczestników do poszukiwania pracy i rekrutacji poprzez określenie potencjału zawodowego oraz umiejętności miękkich
Program zajęć:	- Zasady pracy w grupie – kontrakt - Czym jest potencjał zawodowy - Zagadka kryminalna - Budowanie mostów - Soft skills – umiejętności miękkie - Jakie soft skills posiadam? - Słabe i mocne strony- analiza SWOT
Data przeprowadzenia zajęć:	17.01.2024 r.
Czas trwania:	9.00 - 12.00
Miejsce realizacji zajęć:	Powiatowy Urząd Pracy w Skierniewicach, Al. Niepodległości 7, 96-100 Skierniewice .
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Skierniewicach - telefonicznie: (46) 833 63 99, 833 61 82

- do 15 stycznia 2024r.

Tytuł zajęć:	<i>Nowoczesne metody coachingu grupowego – asertywność, samodoskonalenie i zwiększenie potencjału zawodowego</i>
Forma zajęć:	zajęcia warsztatowe
Adresat zajęć:	- osoby bezrobotne zarejestrowane w PUP w Rawie Mazowieckiej - inne osoby zainteresowane tematyką
Cel:	Przygotowanie uczestników do wejścia lub powrotu na rynek pracy poprzez odkrywanie swojego potencjału oraz budowanie postaw asertywnych
Program zajęć:	- Czym jest asertywność ? - Zalety postawy asertywnej - Przykłady asertywności w pracy - Jak budować asertywne postawy? - Czy jesteś asertywny? – kwestionariusz - Co składa się na potencjał osobowy? - Czym są kompetencje? - Rodzaje kompetencji w pracy. - Test kompetencji zawodowych
Data przeprowadzenia zajęć:	29.01.2024r.
Czas trwania:	10.00 - 13.00
Miejsce realizacji zajęć:	Powiatowy Urząd Pracy w Rawie Mazowieckiej ul. 1 Maja – 1 A, 96 – 200 Rawa Mazowiecka
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Rawie Mazowieckiej - telefonicznie: 46 814 40 50, 814 45 18 - e- mail: lorm@praca.gov.pl - do 26 stycznia 2024r.

Tytuł zajęć:	Rozmowa kwalifikacyjna - przygotuj się i wygraj
Forma zajęć:	zajęcia warsztatowe
Adresat zajęć:	- osoby bezrobotne zarejestrowane w PUP w Skierniewicach - inne osoby zainteresowane tematyką
Cel:	poznanie zasad autoprezentacji oraz przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej
Program zajęć:	- Czym jest rozmowa kwalifikacyjna? - Zasady przygotowania do rozmowy kwalifikacyjnej - Wywieranie dobrego wrażenia na innych - Kłopotliwe pytania zadawane przez osoby rekrutujące - Zachowania wskazane i niedopuszczalne na rozmowach rekrutacyjnych - Próbne rozmowy kwalifikacyjne
Data przeprowadzenia zajęć:	06.02. 2024r.
Czas trwania:	9.00 - 12.00
Miejsce realizacji zajęć:	Powiatowy Urząd Pracy w Skierniewicach, Al. Niepodległości 7, 96-100 Skierniewice .
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Skierniewicach - telefonicznie: (46) 833 63 99, 833 61 82 zapisy do 05.lutego 2024r.

Tytuł zajęć:	Umiejętności przydatne w poszukiwaniu pracy w Polsce i Krajach Unii Europejskiej
Forma zajęć:	spotkanie informacyjne

Adresat zajęć:	- osoby bezrobotne zarejestrowane w PUP w Łowiczu - inne osoby zainteresowane tematem
Cel:	nabycie przez uczestników wiedzy na temat zasad przygotowania się do poszukiwania pracy, źródeł i form zatrudnienia w Polsce krajach Unii Europejskiej, warunków pracy i przemieszczania się w UE oraz instytucji właściwych do załatwiania poszczególnych spraw w w/w zakresie
Program zajęć:	- Zasady przygotowania się do poszukiwania pracy (kompetencje, umiejętności, stanowiska pracy, zawody przyszłości), - Najczęściej popełniane błędy przy poszukiwaniu zatrudnienia, - Źródła pozyskiwania ofert pracy, - Dokumenty aplikacyjne (omówienie systemu ATS), - Rozmowa kwalifikacyjna w tym on-line, - Zapoznanie uczestników z różnymi formami zatrudnienia w Polsce oraz poza granicami kraju, - Omówienie zadań instytucji rynku pracy w zakresie realizowanych usług pośrednictwa pracy, - Gdzie szukać ofert pracy, nabycie umiejętności wyszukiwania ofert pracy, - Jak przygotować się do wyjazdu do pracy za granicą, - Bezpieczeństwo podejmowanego zatrudnienia w kraju i za granicą, jak korzystać z krajowego rejestru agencji zatrudnienia, o czym należy pamiętać przed wyjazdem, jakie dokumenty przygotować, do jakich instytucji się zwrócić
Data przeprowadzenia zajęć:	16.02 2024r.
Czas trwania:	10.00 – 12.00
Miejsce realizacji zajęć:	Powiatowy Urząd Pracy w Łowiczu, ul. Stanisławskiego 28, 99-400 Łowicz
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Łowiczu - telefonicznie: 46 837 04 20, 837 07 76 lub e- mail: lolw@praca.gov.pl zapisy do 15 lutego 2024r

Tytuł zajęć:	Inne formy zdobywania doświadczenia zawodowego – program au-pair i wolontariat
Forma zajęć:	spotkanie informacyjne

Adresat zajęć:	• uczniowie i absolwenci • inne osoby zainteresowane tematyką
Cel:	• uzyskanie wiedzy nt. programu au-pair i wolontariatu • poznanie zasad i możliwości, jakie daje uczestnictwo w poszczególnych programach • nabycie umiejętności korzystania z programu au-pair i wolontariatu jako innych form zdobywania doświadczenia zawodowego
Program zajęć:	Blok dot. programu au-pair • idea i historia programu • ogólne wymagania, obowiązki i długość pobytu • wynagrodzenie • dokumenty aplikacyjne • instytucje właściwe w zakresie realizacji programu • co daje uczestnictwo w programie? • platformy internetowe i biura au-pair Blok dot. wolontariatu • geneza wolontariatu, uwarunkowania prawne • podstawowe pojęcia i zasady działania wolontariatu • rodzaje wolontariatu • zalety i wady wolontariatu • przykłady działalności wolontariackiej • instytucje koordynujące oraz adresy portali i stron internetowych
Data przeprowadzenia zajęć:	21. 02.2024 r.
Czas trwania:	10.00 - 12.00
Miejsce realizacji zajęć:	Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, ul. Senatorska 10
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	• osobiście w siedzibie Centrum, • telefonicznie: 46 833 36 50, 833 39 74 • lub e- mail: skierniewice@wup.lodz.pl - do 20 lutego 2024r.

Tytuł zajęć:	Oferta Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
---------------------	---

Forma zajęć:	cykl spotkanie informacyjne
Adresat zajęć:	• uczniowie, młodzież, absolwenci, osoby bezrobotne • osoby zainteresowane ofertą Centrum
Cel:	• poznanie aktualnej sytuacji na rynku pracy, • poznanie oferty usług Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
Program zajęć:	• Informacja o aktualnej sytuacji na rynku pracy • Prognozy dotyczące rynku pracy • Prezentacja oferty usług Centrum Informacji i Planowania kariery Zawodowej oddział w Skierniewicach
Data przeprowadzenia zajęć:	28.02.2024r.
Czas trwania:	13.00 - 14.00
Miejsce realizacji zajęć:	Wojewódzki Urząd Pracy, Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, ul. Senatorska 10, 96 -100 Skierniewice.
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	• osobiście w siedzibie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, • telefonicznie: 46 833 36 50, 833 39 74 • e-mail: skierniewice@wup.lodz.pl zapisy do 27 lutego 2024r.

Tytuł zajęć:	Umiejętności przydatne w poszukiwaniu pracy w Polsce i Krajach Unii Europejskiej
Forma zajęć:	spotkanie informacyjne
	• uczniowie i absolwenci

Adresat zajęć:	inne osoby zainteresowane tematem
Cel:	nabycie przez uczestników wiedzy na temat zasad przygotowania się do poszukiwania pracy, źródeł i form zatrudnienia w Polsce krajach Unii Europejskiej, warunków pracy i przemieszczania się w UE oraz instytucji właściwych do załatwiania poszczególnych spraw w w/w zakresie
Program zajęć:	- Zasady przygotowania się do poszukiwania pracy (kompetencje, umiejętności, stanowiska pracy, zawody przyszłości), - Najczęściej popełniane błędy przy poszukiwaniu zatrudnienia, - Źródła pozyskiwania ofert pracy, - Dokumenty aplikacyjne (omówienie systemu ATS), - Rozmowa kwalifikacyjna w tym on-line, - Zapoznanie uczestników z różnymi formami zatrudnienia w Polsce oraz poza granicami kraju, - Omówienie zadań instytucji rynku pracy w zakresie realizowanych usług pośrednictwa pracy, - Gdzie szukać ofert pracy, nabycie umiejętności wyszukiwania ofert pracy, - Jak przygotować się do wyjazdu do pracy za granicą, - Bezpieczeństwo podejmowanego zatrudnienia w kraju i za granicą, jak korzystać z krajowego rejestru agencji zatrudnienia, o czym należy pamiętać przed wyjazdem, jakie dokumenty przygotować, do jakich instytucji się zwrócić
Data przeprowadzenia zajęć:	05.03.2024r.
Czas trwania:	10.00 – 12.00
Miejsce realizacji zajęć:	Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, ul. Senatorska 10
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Centrum, - telefonicznie: 46 833 36 50, 833 39 74 - lub e- mail: skierniewice@wup.lodz.pl - do 04 marca 2024r
Tytuł zajęć:	Wkrótce na rynku pracy
Forma zajęć:	spotkanie informacyjne
	młodzież, absolwenci, osoby bezrobotne

Adresat zajęć:	osoby zainteresowane tematyką
Cel:	Zapoznanie uczestników z sytuacją na rynku pracy, sposobami poszukiwania pracy, ofertą usług Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach
Program zajęć:	- Informacja o aktualnej sytuacji na krajowym i lokalnym rynku pracy. - Czym jest praca? - Najbardziej efektywne sposoby poszukiwania pracy. - Jak czytać prasowe i internetowe ogłoszenia o pracę? - Sposoby redagowania własnych ogłoszeń o pracę. - Prezentacja oferty usług skierniewickiego Oddziału Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej .
Data przeprowadzenia zajęć:	22.03. 2024r.
Czas trwania:	12.00 – 13.00
Miejsce realizacji zajęć:	Wojewódzki Urząd Pracy, Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, ul. Senatorska 10, 96 -100 Skierniewice.
Sposób i termin zapisywania się na zajęcia przez osoby zainteresowane	- osobiście w siedzibie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Oddział w Skierniewicach, - telefonicznie: 46 833 36 50, 833 39 74 - e-mail: skierniewice@wup.lodz.pl zapisy do 21 marca 2024r.

Tytuł	XIX Targi Kariery „Szkoła dla ósmoklasisty"
Wystawcy	Szkoły ponadpodstawowe ze Skierniewic, powiatu skierniewickiego oraz sąsiednich miast
Adresaci	- uczniowie VIII klas szkół podstawowych ze Skierniewic i okolicy - nauczyciele

	• rodzice ósmoklasistów
Cel:	• zapewnienie absolwentom szkół podstawowych, ich rodzicom i nauczycielom swobodnego dostępu do informacji o szkołach i zawodach • promocja szkół ponadpodstawowych oraz kierunków kształcenia w naszym mieście i okolicy
Data Targów	Marzec 2024r.
Czas trwania:	od. 10.00 do 13.00
Miejsce odbywania się Targów	Hala Ośrodka Sportu i Rekreacji w Skierniewicach ul. Pomologiczna 10
Udział w Targach	Wstęp na Targi jest wolny i bezpłatny