Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów
tel. ***17 850 92 73, 17 850 92 76***

Zajęcia grupowe organizowane w II kwartale 2023 roku

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej realizuje warsztaty związane z rozwojem osobistym, sprawnym startem kariery zawodowej, umiejętnym poruszaniem się na rynku pracy oraz aktywnymi formami poszukiwania zatrudnienia. Uczestnikami zajęć mogą być osoby **bezrobotne/poszukujące pracy, uczniowie szkół ponadpodstawowych i studenci**. Wszystkie usługi Centrum realizowane są bezpłatnie.

Poradnictwo zawodowe na odległość:

Jednocześnie informujemy, że osoby zainteresowane spotkaniem z doradcą zawodowym mogą skorzystać z poradnictwa zawodowego na odległość, które odbywa się telefonicznie lub za pośrednictwem Internetu. Poradnictwo na odległość umożliwia udzielenie porady lub informacji zawodowej również osobom, które z różnych przyczyn nie mogą osobiście przybyć do Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76 lub osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.
Na zajęcia zapisywać można się także klikając link zapisy na zajęcia on-line
Terminy zajęć będą ustalane na bieżąco

Grzegorz Kida – Personal branding Wyróżnij się na tle pozostałych kandydatów. Stwórz odpowiedni dla siebie wizerunek osobisty – swoją markę zawodową. Warsztaty mają na celu wyposażenie uczestników w niezbędną wiedzę na temat kreowania marki osobistej i nabycie umiejętności samodzielnego kreowania swojego wizerunku osobistego.
Monika Tęczar – Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej Grupowe zajęcia aktywizacyjne przygotowujące do efektywnej prezentacji własnej osoby, w tym w trakcie rozmowy kwalifikacyjnej. Zajęcia służą poznaniu podstawowych technik i zasad autoprezentacji, znaczenia tzw. mowy ciała w komunikacji.

Anna Teodorczyk – Peryskop – znajdź rynek pracy dla siebie W programie: skuteczne metody i techniki poszukiwania zatrudnienia oraz zasady właściwego sposobu redagowania dokumentów aplikacyjnych.
Urszula Adamczyk – Dokumenty aplikacyjne krok po kroku Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów. Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do poprawnego przygotowania życiorysu i listu motywacyjnego w zakresie treści i szaty graficznej.
Ewa Dybek – Kreatywność jako metoda rozwiązywania problemów Celem porady jest zapoznanie uczestników ze sposobami rozwoju twórczego myślenia i wpływu kreatywności na odnoszone w życiu sukcesy.
Wojciech Woś – Zatrudnienie w Unii Europejskiej Zajęcia informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy w Unii Europejskiej.
Małgorzata Paluch – Kompetencje miękkie – co pracodawcy cenią najbardziej Zajęcia warsztatowe, podczas których uczestnicy pogłębią swoją wiedzę dotyczącą kompetencji miękkich niezbędnych na rynku pracy. Dzięki licznym ćwiczeniom i testom uczestnicy zidentyfikują posiadane umiejętności miękkie oraz zwiększą swoje poczucie kompetencji i pewność siebie.
Monika Tęczar – Rozumieć i być rozumianym **– skuteczne metody komunikacji międzyludzkiej** *Opis:* Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów szkół poszukujących pracy po raz pierwszy - metody komunikacji międzyludzkiej, pomagające w prowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.
Renata Mac-Szylar – Jak zarządzać sobą w czasie Zajęcia dotyczą zasad umiejętnego wyznaczania celów, planowania, ustalania priorytetów, delegowania zadań, a także skutecznego radzenia sobie z tzw. *pożeraczami czasu.*