

**Bezpłatne warsztaty w LUTYM 2016r.
w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej**

Zgłoszenia przyjmujemy telefonicznie lub drogą elektroniczną

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Jeleniej Górze

e-mail: jeleniagora.ciz@dwup.pl

tel. 75/ 85 45 182

Adres: Wojska Polskiego 18, 58-500 Jelenia Góra

Dokumenty aplikacyjne

05.02.2016 godz. 11.00-14.00

26.02.2016 godz. 11.00-14.00

Dokumenty aplikacyjne są wizytówką zawodową poszukującego pracy. Dobrze przygotowany życiorys i list motywacyjny są świadectwem dokonań zawodowych, dokumentami prezentującymi całą karierę zawodową. Pracodawca, na podstawie tych dokumentów dokonuje wstępnej selekcji kandydatów do pracy. Celem zajęć jest poznanie i nabycie zasady umiejętnego pisania CV i LM oraz przedstawienie podstawowych błędów w dokumentach aplikacyjnych

Autoprezentacja

12.02.2016 godz. 10.00-14.00

Celem zajęć jest zdobycie przez uczestników wiedzy i umiejętności z zakresu komunikacji werbalnej, mowy ciała, relacji interpersonalnych, zachowań asertywnych. Dzięki praktycznym ćwiczeniom prowadzonym w formie warsztatowej, uczestnicy będą mieć szansę na lepsze przygotowanie się do rozmowy kwalifikacyjnej.

Własna firma

19.02.2016 godz. 11.00 - 13.00

Alternatywą dla szukania pracy jest otwarcie własnej firmy. Celem warsztatów jest zapoznanie uczestników z wiedzą potrzebną do założenia własnej działalności gospodarczej oraz w jaki sposób i gdzie można pozyskać środki finansowe na jej uruchomienie

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Legnicy

e-mail: legnica.ciz@dwup.pl

tel. 76 /85 03 406

pl. Słowiański 1, 59-220 Legnica

Moje motywacje do podjęcia pracy

10.02.2016 godz.09.00 - 14.00

W ramach zajęć uczestnicy pracowali będą nad sprecyzowaniem następujących kwestii: jaki rezultat chcą osiągnąć w odniesieniu do poszukiwania pracy, jakimi środkami własnymi dysponują obecnie, jaki rodzaj wsparcia jest w ich sytuacji konieczny, jakie zmiany gotowi są zaakceptować. W ramach warsztatu identyfikowane będą czynniki osłabiające oraz podnoszące motywacje w trudnej sytuacji pozostawania bez pracy. Uczestnicy warsztatu uzyskają informację gdzie i jak mogą uzyskać adekwatne wsparcie korzystając z usług instytucji rynku pracy.

Moja wizytówka u pracodawcy

23.02.2016 godz.10.00 - 14.00

List motywacyjny i życiorys mogą wspomóc proces poszukiwania zatrudnienia, a niejednokrotnie decydują o powodzeniu w procesie rekrutacji. Muszą być na tyle interesujące, aby pracodawca wybrał właśnie nas spośród wielu innych kandydatów. Celem warsztatu jest zapoznanie uczestników z zasadami tworzenia dokumentów aplikacyjnych, wzorami dokumentów oraz nabycie umiejętności samodzielnego sporządzania cv i listu motywacyjnego pod potrzeby konkretnych ofert pracy. Jak tego dokonać można dowiedzieć się w trakcie dwudniowego warsztatu.

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Wałbrzychu

e-mail: walbrzych.ciz@dwup.pl

tel. 74 / 88 66 539

ul. Ogrodowa 5B, 58-306 Wałbrzych

Aktywny na rynku pracy

22.02.2016 godz. 09.30-13.30

Jednodniowe warsztaty skierowane do osób bezrobotnych, poszukujących pracy oraz innych zainteresowanych zdobyciem lub poszerzeniem wiedzy z zakresu aktywnego poszukiwania pracy. Celem szkolenia jest nabycie wiedzy i umiejętności niezbędnych do poruszania się po rynku pracy, wyzwolenie nowego sposobu myślenia o procesie zmian zachodzących na rynku pracy. Podczas warsztatów uczestnicy poznają specyfikę lokalnego rynku pracy, oczekiwania i wymagania lokalnych pracodawców, poznają techniki i metody poszukiwania pracy oraz techniki rekrutacyjne.

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej we Wrocławiu

e-mail: wroclaw.ciz@dwup.pl

tel. 71 /39 74 314

al. Armii Krajowej 54, 50-541

Uwierz w siebie i docień swoją wartość – trening budowania poczucia własnej wartości.

03-04.02.2016 godz. 10.00 – 14.00

Budowanie poczucia własnej wartości to dłuższy proces rozwoju osobistego. Proponowany warsztat jest dobrym początkiem, inspiracją do poszukiwań i odkrywania samego siebie a także uświadomienia sobie, że sukces zawodowy zależy od wiary we własne siły. Podczas zajęć uczestnicy będą poszukiwać odpowiedzi m.in. na pytania: czym jest poczucie własnej wartości i jak wpływa na nasze życie zawodowe? Jak mogę wzmocnić wiarę w siebie i swoje możliwości? Co o sobie mówię, gdy mówię do innych ? Jak pracodawcy odczytują moje poczucie wartości podczas rozmowy kwalifikacyjnej?

Warsztat prowadzony będzie przez doradcę zawodowego-psychologa a na zajęcia zapraszamy osoby które chciałyby wzmocnić wiarę w skuteczność własnego działania oraz nabrać pewności siebie w budowaniu optymalnej ścieżki rozwoju zawodowego.

ABC rekrutacji

11-12.02.2016 godz. 10.00 – 14.00

Warsztat prowadzony przez doradcę zawodowego-psychologa. Adresowany do wszystkich tych, którzy pragną zaznajomić się z technikami rekrutacji i selekcji stosowanymi przez firmy. Podczas warsztatu zostaną omówione podstawowe rodzaje i etapy rekrutacji oraz kilka najczęściej stosowanych metod rekrutacji i selekcji (między innymi: analiza dokumentów aplikacyjnych, wywiad/rozmowa kwalifikacyjna, obserwacja, Assessment Center (testy i kwestionariusze).

Rozmowa kwalifikacyjna. Trening komunikacji interpersonalnej

16-17.02.2016 godz. 10.00 – 14.00

Dzięki praktycznym ćwiczeniom uczestnik poznaje jak efektywnie przygotować się do spotkania z pracodawcą, dowie się m.in.: jakie są etapy rozmowy, jakie padają pytania. W trakcie zajęć przewidywana jest symulacja rozmowy kwalifikacyjnej przy użyciu kamery video.

Celem szkolenia jest również pozyskanie informacji na temat zasad nawiązywania i podtrzymywania kontaktów, aktywnego słuchania, udzielania informacji zwrotnych, odczytywania mowy ciała oraz przewyższania barier komunikacyjnych.

Preferencje zawodowe - drogowskazem planowania kariery zawodowej

24-25.02.2016 godz. 10.00 – 14.00

Jak planować własną karierę zawodową w kontekście wciąż zmieniającego się rynku pracy? Czy w ogóle warto planować? Poznaj etapy i elementy planowania kariery, odkryj swoje preferencje zawodowe i spróbuj skonfrontować je z tendencjami na rynku pracy. Warsztat polecany nie tylko ludziom młodym, którzy wkraczają na rynek pracy, ale także tym, którzy na nowo chcą znaleźć swoje miejsce w świecie pracy, myślą o zmianie zawody lub profilu kwalifikacji i umiejętności zawodowych.