

**Zajęcia grupowe organizowane
w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie
w II kwartale 2014 roku**

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie zaprasza na bezpłatne zajęcia grupowe dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz studentów. Zajęcia dotyczą zagadnień związanych z umiejętnym i sprawnym poruszaniem się po rynku pracy oraz aktywnym poszukiwaniem odpowiedniego zatrudnienia.

Terminy zajęć:

8 kwietnia 2014 r. „Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów. Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia, rozwijanie umiejętności poznawania siebie, zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 7 kwietnia 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

15 kwietnia 2014 r. „Zanim podejmiesz pracę”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, ze szczególnym uwzględnieniem absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy. Uczestnicy nabędą wiedzę na temat wad i zalet poszczególnych form zatrudnienia oraz zapoznają się z wybranymi elementami prawa pracy ułatwiającymi kontakt z potencjalnym pracodawcą.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 14 kwietnia 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

16 kwietnia 2014 r. „Warsztaty poszukiwania pracy dla osób z niepełnosprawnością intelektualną”

Porada grupowa dla osób dorosłych, niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim i umiarkowanym. Celem zajęć jest zapoznanie z metodami poszukiwania pracy i pomoc w zdobyciu wiedzy nt. zadań i czynności, które mogą wykonywać w różnych zawodach. Zajęcia będą realizowane metodą warsztatową przy użyciu technik aktywizacyjnych.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 15 kwietnia 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl
Zajęcia dla uczestników WTZ w Krośnie.

29 kwietnia 2014 r. „Warsztaty poszukiwania pracy”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, ze szczególnym uwzględnieniem osób młodych do 25 roku życia. Celem zajęć jest przygotowanie uczestników do samodzielnego, skutecznego i efektywnego poszukiwania pracy.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 28 kwietnia 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

6 maja 2014 r. „Świadome kreowanie siebie”

Warsztaty autoprezentacji dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy - ze szczególnym uwzględnieniem osób do 24 roku życia oraz powyżej 50 roku życia, mające na celu nabycie umiejętności świadomego kształtowania własnego wizerunku oraz poznanie technik autoprezentacji.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 5 maja 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

8 maja 2014 r. „Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18. roku życia, studentów ze szczególnym uwzględnieniem osób do 24. roku życia oraz powyżej 50. roku życia. Celem zajęć jest poszerzenie wiedzy teoretycznej i praktycznej osób poszukujących pracy w zakresie przeprowadzania rozmów kwalifikacyjnych

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 7 maja 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

14 maja 2014 r. „Warsztaty poszukiwania pracy dla osób z niepełnosprawnością intelektualną”

Porada grupowa dla osób dorosłych, niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim i umiarkowanym. Celem zajęć jest zapoznanie z metodami poszukiwania pracy i pomoc w zdobyciu wiedzy nt. zadań i czynności, które mogą wykonywać w różnych zawodach. Zajęcia będą realizowane metodą warsztatową przy użyciu technik aktywizacyjnych.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 13 maja 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

Warsztaty dla uczestników WTZ w Krośnie.

20 maja 2014 r. „Zanim podejmiesz pracę”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, ze szczególnym uwzględnieniem absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy. Uczestnicy nabędą wiedzę na temat wad i zalet poszczególnych form zatrudnienia oraz zapoznają się z wybranymi elementami prawa pracy ułatwiającymi kontakt z potencjalnym pracodawcą.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 19 maja 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

3 czerwca 2014 r. „Samodzielność w poszukiwaniu pracy”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. Celem zajęć jest przygotowanie uczestników do samodzielnego, skutecznego i efektywnego znalezienia pracy.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 2 czerwca 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

12 czerwca 2014 r. „Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy – ze szczególnym uwzględnieniem uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia; rozwijanie umiejętności poznawania siebie; zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 11 czerwca 2013 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

24 czerwca 2014 r. „Metody i techniki kontroli stresu”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. W programie omówienie znaczenia stresu w codziennym życiu, określenie cech osobowości w kontekście reagowania w sytuacjach trudnych, psychotesty określające typ temperamentu. Ocena objawów nasilenia stresu, poznanie strategii radzenia sobie ze stresem

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 23 kwietnia 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl

26 czerwca 2014 r. „Warsztaty poszukiwania pracy”

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, ze szczególnym uwzględnieniem osób młodych do 25. roku życia. Celem zajęć jest przygotowanie uczestników do samodzielnego, skutecznego i efektywnego poszukiwania pracy.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy **do 25 czerwca 2014 r.** – osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krośnie przy ul. Lewakowskiego 27B, telefonicznie: 13 43 649 17 lub na adres poczty elektronicznej: ciz-krosno@wup-rzeszow.pl