

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 IV kwartale 2019 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 ponadgimnazjalnych i studenci. Wszystkie usługi Centrum realizowane są bezpłatnie.

Istnieje możliwość przeprowadzenia zajęć dedykowanych – w siedzibie szkoły, pracodawcy, placówki, instytucji. W tej kwestii uprzejmie prosimy o kontakt telefoniczny.

Zapraszamy do korzystania z naszych usług i uczestnictwa w zajęciach! ☺

PAŹDZIERNIK

2 października

Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych KZZ

Diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 1 października**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

8 października

Peryskop – znajdź rynek pracy dla siebie

W programie: skuteczne metody i techniki poszukiwania zatrudnienia oraz zasady właściwego sposobu redagowania dokumentów aplikacyjnych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 7 października**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

15 października **Zatrudnienie w Unii Europejskiej**
Spotkanie informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy w Unii Europejskiej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 14 października**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

22 października **Narzędzie do badania kompetencji (NBK)**

Diagnoza poziomu kompetencji osobistych, społecznych i menadżerskich przydatna przy podejmowaniu decyzji związanych z wyborem zawodu, kierunku kształcenia lub szkolenia, przy poszukiwaniu pracy dostosowanej do posiadanych kompetencji, oraz przy planowaniu rozwoju kompetencji poszukiwanych przez pracodawców.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 21 października**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

LISTOPAD

5 listopada **Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych KZZ**

Diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 4 listopada.**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

12 listopada **Zarządzanie sobą w czasie**

Program dotyczy zasad umiejętnego wyznaczania celów, planowania, ustalania priorytetów, delegowania zadań, a także skutecznego radzenia sobie z tzw. pożeraczami czasu.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 8 listopada**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

19 listopada

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.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 18 listopada**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

26 listopada

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.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 25 listopada**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

GRUDZIĘ

3 grudnia

Aktywnie z niepełnosprawnością

Zajęcia informacyjne kierowane do osób zainteresowanych podjęciem pracy zawodowej z uwzględnieniem szans i możliwości udzielanych przez instytucje wspierające.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 2 grudnia**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

10 grudnia

Peryskop – znajdź rynek pracy dla siebie

W programie: skuteczne metody i techniki poszukiwania zatrudnienia oraz zasady właściwego sposobu redagowania dokumentów aplikacyjnych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 9 grudnia**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

17 grudnia

Zarządzanie sobą w czasie

Program dotyczy zasad umiejętnego wyznaczania celów, planowania, ustalania priorytetów, delegowania zadań, a także skutecznego radzenia sobie z tzw. pożeraczami czasu.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 16 grudnia**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

23 grudnia

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.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 20 grudnia**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

SPOTKANIA INFORMACYJNE

termin ustalany na
bieżąco

„Kształcenie – Zawód – Kariera”

Spotkanie informacyjne dla uczniów ostatnich klas szkół ponadgimnazjalnych. Tematyka spotkania dotyczy m.in.: zawodów przyszłości, determinantów wyboru zawodu oraz etapów planowania drogi zawodowej. Spotkania odbywają się w terminach wcześniej ustalonych z pedagogiem lub wychowawcą klasy.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*

termin ustalany na
bieżąco

„Jak zaprzyjaźnić się z rynkiem pracy”

Poznanie instytucji udzielających wsparcia na rynku pracy, nabycie praktycznej wiedzy nt. ich działalności oraz oferowanych form pomocowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 76, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie.*