

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów
tel. 17 773 70 88, 17 773 70 89

Zajęcia grupowe organizowane w IV kwartale 2018 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 75, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

9 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 1 października** pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

16 października **Zatrudnienie w Unii Europejskiej**

Spotkanie informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy w Unii Europejskiej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 15 października 2018 r.**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 743 28 01, osobiście
w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11
w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

24 października **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 23 października 2018 r.**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75 , osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11
w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

LISTOPAD

7 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 6 listopada 2018 r.** pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75 , osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

15 listopada **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 14 listopada 2018 r.**
pod nr tel. 17 850 92 74, 17 850 92 72, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem:
centrum@wup-rzeszow.pl

20 listopada

Zatrudnienie w Unii Europejskiej

Spotkanie informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy
w Unii Europejskiej.

Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 19 listopada 2018 r.**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 743 28 01, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem:
centrum@wup-rzeszow.pl

27 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 26 listopada 2018 r.**
pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75, osobiście w siedzibie Centrum
przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem:
centrum@wup-rzeszow.pl

GRUDZIEŃ

4 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 3 grudnia 2018 r.** pod nr
tel. 17 850 92 74, 17 850 92 73, osobiście w siedzibie Centrum przy
ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl

5-7 grudnia

ABC Przedsiębiorczości

Zajęcia grupowe dla osób, które zamierzają otworzyć własną firmę. Zakładanie firmy krok po kroku, omówienie wad i zalet pracy na własny rachunek, kompetencje przedsiębiorcy, samoocena cech przedsiębiorczych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 3 grudnia 2018 r.** pod nr tel. 17 850 92 74, 17 850 92 75, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

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 7 grudnia 2018 r.** pod nr tel. 17 773 70 87, 17 773 70 88, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

12 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 11 grudnia 2018 r.** pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*

18 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 17 grudnia 2018 r.** pod nr tel. 17 850 92 73, 17 850 92 75, osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie, lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl*



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 75 , osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl

*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 75 , osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Naruszewicza 11 w Rzeszowie ,lub pod adresem: centrum@wup-rzeszow.pl