

**Wykaz zajęć aktywizacyjnych planowanych  
przez Powiatowy Urząd Pracy w Pajęcznie  
na I półrocze 2011r.**

Termin zajęć	Temat zajęć	Godzina rozpoczęcia zajęć
22.03.2011r.	ABC poszukiwania pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ gdzie szukać pracy,</li> <li>✓ ABC – aktywność, bezpośredniość, cierpliwość,</li> <li>✓ plan działania.</li> </ul>	10:00
29.03.2011r.	Bilans umiejętności i mocnych stron: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ identyfikacja własnych umiejętności na podstawie zainteresowań,</li> <li>✓ moje mocne i słabe strony</li> <li>✓ wzmocnienie przekonania, że znalezienie pracy jest możliwe.</li> </ul>	10:00
06.04.2011r.	VCV Maker Cabin: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ co to jest Video CV i do czego służy?</li> <li>✓ co należy zrobić żeby nagrać swoje Video CV?</li> <li>✓ ogólny regulamin korzystania z kabiny i urządzenia VCV Maker Cabin</li> </ul>	10:00
12.04.2011r.	Autoprezentacja – tworzenie dobrego wizerunku: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ pojęcie „autoprezentacja”,</li> <li>✓ zainteresowania i wartości,</li> <li>✓ jak zrobić dobre wrażenie.</li> </ul>	10:00
20.04.2011r.	Rynek pracy – techniki poszukiwania pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ jak skutecznie poruszać się po rynku pracy,</li> <li>✓ techniki poszukiwania pracy,</li> <li>✓ zasady skutecznego dialogu z pracodawcą.</li> </ul>	10:00

06.05.2011r.	VCV Maker Cabin: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ co to jest Video CV i do czego służy?</li> <li>✓ co należy zrobić żeby nagrać swoje Video CV?</li> <li>✓ ogólny regulamin korzystania z kabiny i urządzenia VCV Maker Cabin</li> </ul>	10:00
11.05.2011r.	Aktywnie szukam pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ poznaję samego siebie,</li> <li>✓ świadome kształtowanie własnego życia,</li> <li>✓ moja własna oferta.</li> </ul>	10:00
16.05.2011r.	Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zasady pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego,</li> <li>✓ przykłady pisania życiorysu i listu motywacyjnego.</li> </ul>	10:00
18.05.2011r.	Pozytywne myślenie: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ moje nastawienie do życia,</li> <li>✓ jak zwalczyć negatywne myślenie wywołujące stres.</li> </ul>	10:00
03.06.2011r.	VCV Maker Cabin: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ co to jest Video CV i do czego służy?</li> <li>✓ co należy zrobić żeby nagrać swoje Video CV?</li> <li>✓ ogólny regulamin korzystania z kabiny i urządzenia VCV Maker Cabin</li> </ul>	10:00
08.06.2011r.	Jak odnaleźć się na rynku pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ przyczyny niepowodzeń w szukaniu pracy,</li> <li>✓ identyfikacja mocnych i słabych stron,</li> <li>✓ moje metody poszukiwania pracy.</li> </ul>	10:00
15.06.2011r.	Moje kompetencje i predyspozycje zawodowe: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ umiejętności,</li> <li>✓ potrzeby i wartości,</li> <li>✓ bilans umiejętności i predyspozycji zawodowych.</li> </ul>	10:00
21.06.2011r.	Asertywność w poszukiwaniu pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ pojęcie asertywności,</li> <li>✓ reagowanie na krytykę,</li> <li>✓ zatrudnienie asertywnych pracowników.</li> </ul>	10:00

**Osoby zainteresowane udziałem w poszczególnych zajęciach proszone są o zgłaszanie się najpóźniej 7 dni przed planowanym terminem zajęć do lidera Klubu Pracy osobiście w pokoju numer 107 w siedzibie Powiatowego Urzędu Pracy w Pajęcznie.**