

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

Termin zajęć	Temat zajęć	Godzina rozpoczęcia zajęć
13.07.2011r.	<p>Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</i></p>	10:00
20.07.2011r.	<p>Oko w oko z pracodawcą – przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ rola rozmowy wstępnej, ✓ przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej, ✓ oczekiwania pracodawcy podczas rozmowy. <p><i>Zajęcia te mają na celu przygotowanie uczestników do jak najlepszego zaprezentowania się przed pracodawcą, zaakcentowania swoich mocnych stron i nabycia umiejętności odpowiadania na trudne pytania.</i></p>	10:00
27.07.2011r.	<p>Czy Internet może zwiększyć szansę na znalezienie pracy?:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ co daje Internet, ✓ gdzie uzyskać dostęp do Internetu, ✓ przydatne adresy związane z poszukiwaniem pracy przez Internet, ✓ do czego służy E-kiosk?. <p><i>W czasie zajęć uczestnicy poznają zasady ułatwiające poszukiwanie pracy, nauczą się technik znajdowania ofert pracy.</i></p>	10:00

09.08.2011r.	<p>Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</i></p>	10:00
24.08.2011r.	<p>Utrata pracy jako krytyczne wydarzenie życiowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ reakcja i emocje związane z utratą pracy, ✓ źródła wsparcia dla osoby poszukującej pracy. <p><i>Udział w zajęciach pozwoli zidentyfikować i przeanalizować reakcje na trudne sytuacje, zmienić sposób myślenia o sytuacji utraty pracy oraz określi sposób radzenia sobie w trudnych sytuacjach.</i></p>	10:00
30.08.2011r.	<p>Wizytówka zawodowa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego. <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego.</i></p>	10:00
06.09.2011r.	<p>Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</i></p>	10:00
14.09.2011r.	<p>ABC poszukiwania pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poszukiwanie pracy jako zaplanowany proces, ✓ postawa aktywna w poszukiwaniu pracy. <p><i>Uczestnicy poznają zasady ułatwiające poszukiwanie pracy, nauczą się technik znajdowania ofert pracy, uświadomią sobie fakt zastąpienia postawy biernej, aktywnością oraz</i></p>	10:00

<p>21.09.2011r.</p> <p>27.09.2011r.</p>	<p>samodzielnością.</p> <p>Komunikacja drogą do sukcesu:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ efektywna komunikacja, ✓ przeszkody w komunikacji, ✓ radzenie sobie z krytyką. <p><i>Zajęcia mają na celu poszerzenie wiedzy dotyczącej komunikacji werbalnej, mowy ciała i relacji interpersonalnych. Uczestnicy zostaną przygotowani do prezentowania własnych możliwości, umiejętności i wiedzy. Umiejętności radzenia sobie z krytyką pozwolą uniknąć wielu nieporozumień i niepowodzeń w relacjach interpersonalnych.</i></p> <p>Analiza niepowodzeń w poszukiwaniu pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ najczęściej stosowane sposoby poszukiwania pracy, ✓ bariery przeszkadzające w znalezieniu pracy. <p><i>Uczestnicy poznają zasady ułatwiające poszukiwanie pracy, nauczą się technik znajdowania ofert pracy, zidentyfikują bariery utrudniające poszukiwanie pracy oraz poznają metody pokonywania przeszkód na drodze realizacji wyznaczonych celów oraz twórcze sposoby rozwiązywania problemów.</i></p>	<p>10:00</p> <p>10:00</p>
<p>04.10.2011r.</p> <p>12.10.2011r.</p> <p>19.10.2011r.</p>	<p>Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</i></p> <p>Wysyłanie aplikacji drogą elektroniczną:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ zasady i reguły wysyłania aplikacji <p><i>Rynek pracy ulega ciągłym zmianom, wymuszając nieustanne pogłębienie swoich umiejętności dostosowania się do nowych wyzwań, zdobywania nowych doświadczeń. W czasie tych zajęć uczestnicy zapoznają się z nowoczesnym aplikowaniem o pracę.</i></p> <p>Plan poszukiwania pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ planowanie działań, ✓ strategię pokonywania barier w realizacji 	<p>10:00</p> <p>10:00</p> <p>10:00</p>

	<p>planów.</p> <p>Zajęcia te mają na celu przygotować uczestników do procesu planowania przyszłości zawodowej. Na zajęciach uczestnicy wyznaczą cele zawodowe oraz zidentyfikują przeszkody na drodze realizacji planów poszukiwania pracy i określą strategię w pokonywaniu przeszkód.</p>	
08.11.2011r.	<p>Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</p>	10:00
16.11.2011r.	<p>Jak skutecznie dotrzeć do informacji o wolnych miejscach pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ analiza lokalnego rynku pracy, ✓ metody poszukiwania pracy, na co zwracać uwagę przeglądając ofertę pracy. <p>Udział w zajęciach pozwoli dokonać analizy rynku pracy pod kątem poszukiwania zatrudnienia, poznać źródła nowych miejsc pracy.</p>	10:00
23.11.2011r.	<p>Moje umiejętności i możliwości:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ identyfikacja własnych umiejętności, ✓ wzmocnienie przekonania, że znalezienie pracy jest możliwe. <p>Udział w zajęciach pozwoli zidentyfikować posiadane umiejętności i predyspozycje zawodowe, zwiększy poczucie kompetencji i pewności siebie wśród uczestników szkolenia.</p>	10:00
29.11.2011r.	<p>Stres po utracie pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ definicja i przyczyny stresu, ✓ walka ze stresem, ✓ moje nastawienie do życia. <p>Udział w zajęciach pozwoli zidentyfikować i przeanalizować reakcje na trudne sytuacje, zmienić sposób myślenia o sytuacji utraty pracy oraz określi sposób radzenia sobie w trudnych sytuacjach.</p>	10:00

06.12.2011r.	<p>Dokumenty aplikacyjne mają wizytówką:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ poznanie zasad i kształtowanie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego ✓ co to jest Video CV i do czego służy? <p><i>Udział w zajęciach pozwoli poznać zasady i ukształtować umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego oraz uzupełnić tradycyjną formę życiorysu poprzez audio-wizualną prezentację.</i></p>	10:00
09.12.2011r.	<p>Budowanie własnego wizerunku w oczach pracodawcy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ analiza własnych umiejętności i predyspozycji zawodowych, ✓ zasady konstruowania dokumentów aplikacyjnych <p><i>Udział w zajęciach pozwoli zidentyfikować posiadane umiejętności i predyspozycje zawodowe, zwiększy poczucie kompetencji i pewności siebie wśród uczestników szkolenia. Uczestnicy zajęć poznają zasady i uzyskają umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego.</i></p>	10:00
15.12.2011r.	<p>Znaczenie Klubu Pracy dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ dostęp do informacji i elektronicznych baz danych, ✓ konstruowanie dokumentów aplikacyjnych. <p><i>W czasie zajęć uczestnicy poznają zasady ułatwiające poszukiwanie pracy, nauczą się technik znajdowania ofert pracy, zapoznają się z metodami pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego.</i></p>	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.