

Cykl warsztatów pt. „Ćwiczymy Twoje kompetencje - spotkania z doradcą zawodowym”

Autor: Jarosław Mączka Data publikacji: 23.12.2019

Informujemy, że w 2020 roku w Powiatowym Urzędzie Pracy w Lublinie, jak i w filiach w Bełżycach i Bychawie odbędzie się cykl warsztatów pt. „**Ćwiczymy Twoje kompetencje – spotkania z doradcą zawodowym**”.

Z powyższych spotkań może skorzystać każda chętna osoba (maksymalna liczba uczestników na każdym z warsztatów – 16 osób). Zapisy możliwe są drogą telefoniczną pod numerem 502-967-947 (osoba do kontaktu: Karolina Bartosiewicz), a także osobiście w Powiatowym Urzędzie Pracy w Lublinie (ul. Mełgiewska 11c, pokój 103) oraz w filiach w Bychawie (ul. Mickiewicza 11) i Bełżycach (ul. Lubelska 8) lub u swojego doradcy klienta.

W ramach warsztatów można skorzystać z **konsultacji u doradcy zawodowego – psychologa**.

Tematyka zajęć:

1. Dokumenty aplikacyjne i autoprezentacja.
2. Wyznaczanie celów zawodowych.
3. Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.
4. Metody poszukiwania pracy i kwalifikacje potrzebne na rynku pracy.
5. Komunikacja i efektywne słuchanie.
6. Rozwijanie postawy asertywnej.
7. Metody radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami.
8. Samoocena i wzmacnianie mocnych stron.
9. Motywacja i przełamywanie barier na rynku pracy.
10. Planowanie kariery zawodowej i rozwijanie postawy proaktywnej.

Szczegółowy harmonogram spotkań (styczeń – marzec 2020):

*Na warsztaty zapraszamy osoby bezrobotne zarejestrowane w naszym Urzędzie Pracy bez względu na miejsce zarejestrowania

PUP Lublin, ul Mełgiewska 11c

Dokumenty aplikacyjne i autoprezentacja.	16 stycznia 2020 godz. 10 – 13 4 lutego 2020 godz. 10 – 13 3 marca 2020 godz. 10 – 13	Pokój 105
Wyznaczanie celów zawodowych.	17 stycznia 2020 godz. 10 - 13	
Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.	11 lutego 2020 godz. 10 – 13	
Metody poszukiwania pracy i kwalifikacje potrzebne na rynku pracy.	10 marca 2020 godz. 10 – 13	
Komunikacja i efektywne słuchanie.	15 stycznia 2020 godz. 10 – 13	
Rozwijanie postawy asertywnej.	28 stycznia 2020 godz. 10 – 13	
Metody radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami.	19 lutego 2020 godz. 10 – 13	
Samoocena i wzmacnianie mocnych stron.	24 lutego 2020 godz. 10 – 13	

Motywacja i przełamywanie barier na rynku pracy.	12 marca 2020 godz. 10 – 13	
Planowanie kariery zawodowej i rozwijanie postawy pro aktywnej.	19 marca 2020 godz. 10 - 13	

PUP Bychawa, ul. Mickiewicza 11

Dokumenty aplikacyjne i autoprezentacja.	27 stycznia 2020 godz. 8 – 11	Pokój 4
Metody radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami.	27 stycznia 2020 godz. 12 – 15	
Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.	21 luty 2020 godz. 8 – 11	
Samoocena i wzmacnianie mocnych stron.	21 luty 2020 godz. 12 – 15	
Komunikacja i efektywne słuchanie.	24 marca 2020 godz. 8 – 11	
Rozwijanie postawy asertywnej.	24 marca 2020 godz. 12 – 15	

PUP Bełżyce, ul. Lubelska 8

Dokumenty aplikacyjne i autoprezentacja.	23 stycznia 2020 godz. 8 – 11	Sala Konferencyjna ul. Lubelska 3
Metody radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami.	23 stycznia 2020 godz. 12 – 15	
Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.	13 luty 2020 godz. 8 – 11	
Samoocena i wzmacnianie mocnych stron.	13 luty 2020 godz. 12 – 15	
Komunikacja i efektywne słuchanie.	18 marca 2020 godz. 8 – 11	
Rozwijanie postawy asertywnej.	18 marca 2020 godz. 12 – 15	