HARMONOGRAM I ZAKRES TEMATYCZNY PORAD GRUPOWYCH PLANOWANYCH   
W III KWARTALE 2025 R.

**Osoby zainteresowane udziałem w grupowej poradzie zawodowej zapraszamy do pokoju nr 1 lub 7.**

**GRUPOWE PORADY ZAWODOWE**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Nazwa grupowej porady zawodowej | Cele porady grupowej | Przewidywany czas trwania zajęć | Termin porady grupowej | Termin przyjmowania zgłoszeń od osób zainteresowanych | Adresaci porad grupowych |
| 1 | „Odkryj swój talent – przejmij kontrolę nad stresem, bądź asertywny i pokaż się z najlepszej strony.”. | Zwiększenie świadomości uczestników grupowej porady zawodowej na temat swoich mocnych stron, talentów, stosowania asertywnej komunikacji, poznanie metod i technik w radzeniu sobie ze stresem, poznanie skutków stresu, budowania odporności psychicznej. | 2-3 godziny | 11.07.2024 r.  (piątek) | Od 01.07.2025 r.  do 10.07.2025 r. lub do wyczerpania miejsc. | Zajęcia adresowane są do osób bezrobotnych i poszukujących zatrudnienia zainteresowanych tematem porady grupowej. |
| 2. | „Jak Cię widzą tak Cię piszą – kreowanie w własnego wizerunku na rynku pracy.” | Zapoznanie z normami prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych od strony osoby starającej się o pracę. Nabycie wiedzy z zakresu komunikacji werbalnej i pozawerbalne. Sprawdzenie za pomocą testu jak radzimy sobie z Naszą mową ciała. Poznanie zasad na co zwracać szczególną uwagę oraz czego nie robić na spotkaniu z przyszłym pracodawcą. Zapoznanie się z zasadami pisania dobrego CV. Jakie pytania mogą paść od pracodawcy, a na jakie pytania nie musimy odpowiadać. | 2 godziny | 01.08.2025 r.  (piątek) | Od 01.07.2025 r.  do 10.07.2025 r. lub do wyczerpania miejsc. | Zajęcia adresowane są do osób bezrobotnych i poszukujących zatrudnienia do 30 r.ż. zainteresowanych tematem porady grupowej. |
| 3. | „Macierzyństwo a aktywność zawodowa. Jak łączyć te role?” | Zapoznanie uczestników  z aktualną sytuacją kobiet na lokalnym rynku pracy. Zapoznanie z formami wsparcia oferowanymi przez PUP matkom powracającym na rynek pracy po przerwie związanej z wychowywaniem dziecka, prawami pracujących mam oraz elastycznymi formami zatrudnienia. | 2 godziny | 05.09.2025 r.  (piątek) | Od 25.08.2025 r.  do 04.09.2025 r. lub do wyczerpania miejsc. | Zajęcia adresowane są do osób bezrobotnych i poszukujących zatrudnienia zainteresowanych tematem porady grupowej. |
| 4. | „Mój cel - PRACA”. | Zapoznanie uczestników porady z aktualną sytuacją na lokalnym rynku pracy oraz z metodami, technikami i etapami poszukiwania pracy. Przedstawienie dostępnych źródeł informacji o aktualnych ofertach pracy. Zapoznanie z czynnikami powodującymi zmiany na rynku pracy, z zawodami deficytowymi oraz nadwyżkami kandydatów. Nauka analizowania ofert pracy pod kątem swoich predyspozycji zawodowych i doświadczenia zawodowego. | 2 godziny | 26.09.2025 r.  (piątek) | Od 15.09.2025 r.  do 25.09.2025 r. lub do wyczerpania miejsc. | Zajęcia adresowane są do osób bezrobotnych i poszukujących zatrudnienia zainteresowanych tematem porady grupowej. |