|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | |  | |  |  |  |  |  | |  | | --- | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Harmonogram porad grupowych I kwartał 2024** | | | |  |
|  | **Termin** | **Temat porady grupowej** | **Wymagania wstępne dla uczestników** | **Główne zagadnienia** | **Czas trwania warsztatów** | **Termin przyjmowania zgłoszeń** |
|  | **STYCZEŃ** | | | | | |
|  | 17.01.2024 pok.3.04 | **"Kompetencje miękkie czyli co pracodawcy cenią najbardziej"** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Kompetencje zawodowe- wiedza, postawa, umiejętności.  2.Komunikowanie się i współdziałanie, planowanie i organizowanie, adaptowanie się do zmian i radzenie sobie ze stresem. | 09.00-11.00 | zapisy osób chętnych do udziału w warsztatach najpóźniej do pięciu dni przed ustalonym terminem spotkania lub do wyczerpania miejsc |
|  | 24.01.2024 | **"Wygraj**  **z bezrobociem"** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Charakterystyka etapów bezrobocia-szok, pseudo optymizm, pesymizm i rezygnacja, fatalizm. 2.Psychologiczne konsekwencje bezrobocia. Destrukcyjne myśli osoby bezrobotnej.  3.Gdzie szukać pomocy. | 09.00-11.00 |

**LUTY**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 14.02.2024 pok.3.04 | **"Stres-techniki radzenia sobie w sytuacjach stresowych"** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Charakterystyka czterech typowych sytuacji stresowych- zagrożenie, strata lub krzywda, wyzwanie, przeciążenie | 09.00-11.00 | zapisy osób chętnych do udziału w warsztatach najpóźniej do pięciu dni przed ustalonym terminem spotkania lub do wyczerpania miejsc |
| 28.02.2024 pok.3.04 | **"CV i list motywacyjny Twoja wizytówka u pracodawcy"** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Rola dokumentów aplikacyjnych  w procesie rekrutacji  2. Zapoznanie ze schematem i zasadami sporządzania cv oraz listu motywacyjnego.  3.Analiza najczęściej popełnianych błędów podczas przygotowania dokumentów aplikacyjnych. | 09.00-11.00 |

**MARZEC**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13.03.2024 pok.3.04 | **Interview- czyli twarzą w twarz z pracodawcą** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Rola życiorysu zawodowego w procesie rekrutacji  2. Sposoby rekrutacji  3. Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej 4. Rozmowa kwalifikacyjna z pracodawcą 5. Błędy popełniane podczas spotkania z pracodawcą | 09.00-11.00 | zapisy osób chętnych do udziału w warsztatach najpóźniej do pięciu dni przed ustalonym terminem spotkania lub do wyczerpania miejsc |
| 27.03.2024 pok.3.04 | **"Kompetencje miękkie czyli co pracodawcy cenią najbardziej"** | Warsztaty poszukiwania pracy przeznaczone dla osób zarejestrowanych w tut. urzędzie pracy | 1. Kompetencje zawodowe- wiedza postawa, umiejętności.  2.Komunikowanie się i współdziałanie, planowanie i organizowanie, adaptowanie się do zmian i radzenie sobie ze stresem. | 09.00-11.00 |