



HARMONOGRAM PORAD GRUPOWYCH Z ZAKRESU PORADNICTWA ZAWODOWEGO – I KWARTAŁ 2024

TEMATYKA SPOTKANIA I CEL ZAJĘĆ	TERMINY	TERMIN PRZYJMOWANIA ZGŁOŚZEŃ
EFEKTYWNA ROZMOWA KWALIFIKACYJNA <i>Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób bez doświadczenia zawodowego.</i> Cel porady: 1. poznanie zasad skutecznego komunikowania się, 2. zapoznanie z zasadami wywierania pozytywnego pierwszego wrażenia oraz z informacjami jakie należy przygotować aby właściwie zaprezentować swoją kandydaturę do pracy, 3. zapoznanie z pytaniami, jakie pracodawca może zadać podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska	STYCZEŃ 2024	
	17 stycznia godz. 09.00 – 10.30 (spotkanie stacjonarne)	Do 16.01.2024
BADANIE KOMPETENCJI ZAWODOWYCH <i>Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych chcących określić swoje kompetencje i predyspozycje zawodowe.</i> Cel porady: 1. zidentyfikowanie posiadanych zainteresowań zawodowych, 2. określenie swoich kompetencji, zainteresowań i predyspozycji - wykonanie badania Narzędziem do Badania Kompetencji. Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka	STYCZEŃ 2024	
	18 stycznia godz. 09.00 – 10.30 (spotkanie stacjonarne)	Do 17.01.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH <i>Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.</i> Cel porady: 1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe, 2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku, 3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych, 4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej, 5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak	STYCZEŃ 2024	
	30 stycznia <i>godz. 09.00 – 11.00 (spotkanie stacjonarne)</i>	Do 29.01.2024
GOTOWI NA ZMIANY – JAK BYĆ OPERATYWNYM NA RYNKU PRACY <i>Spotkanie skierowane do osób długotrwale bezrobotnych tj. pozostających w rejestrze PUP Chojnice przez nieprzerwany okres min. 12 miesięcy.</i> Cel porady: 1. zapoznanie z pojęciami: wartości, motywacja do zmiany, planowanie kariery, rynek pracy, 2. poznanie źródła swojej motywacji poprzez wykonanie ćwiczenia, 3. zapoznanie z metodami poszukiwania pracy, 4. zapoznanie ze standardami tworzenia CV, 5. poznanie zasad jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej, 6. poznanie cech idealnego pracownika, 7. wskazówki jak utrzymać pracę. Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak	STYCZEŃ 2024	
	31 stycznia <i>godz. 09.00 – 10.30 (spotkanie stacjonarne)</i>	Do 30.01.2024

BEZPIECZEŃSTWO W SIECI (w ramach Dnia Bezpiecznego Internetu)

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób młodych tj. w wieku 18-29 lat, które uzyskały wynik dobry w obu częściach (samoocenie i kwestionariuszu) ankiety oceny kompetencji cyfrowych.

Cel porady:

1. zapoznanie z podstawowymi zasadami bezpieczeństwa w sieci, odpowiedzialnym i bezpiecznym korzystaniem z technologii cyfrowych;
2. omówienie aktualnych zagrożeń internetowych,
3. przedstawienie praktycznych kroków, które można podjąć w celu ochrony swojej prywatności w sieci.

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

LUTY 2024

6 lutego

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
05.02.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

LUTY 2024

15 lutego

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
14.02.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

LUTY 2024

20 lutego

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
19.02.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

LUTY 2024

22 lutego

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
21.02.2024

ZWIĘKSZ SWÓJ POTENCJAŁ – SZKOLIMY SIĘ Z PUP

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, szczególnie zainteresowanych udziałem w szkoleniu w trybie indywidualnym w 2024 roku.

Cel porady:

1. zdobycie umiejętności określania własnych zasobów kompetencyjnych oraz ich ewentualnych braków (potrzeba szkolenia),
2. przekazanie porad jak skorzystać ze szkolenia w trybie indywidualnym realizowanego przez PUP Chojnice w 2024 roku,
3. zapoznanie uczestników zajęć z zasadami korzystania ze szkoleń organizowanych przez PUP Chojnice oraz innych form pomocy dedykowanych dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy oraz pracowników (środki KFS).

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

LUTY 2024

27 lutego

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
26.02.2024

CV-MOJA WIZYTÓWKA

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem długotrwale bezrobotnych po 50 roku życia.

Cel porady:

1. przekazanie porad jak analizować ogłoszenia pracodawców – jak określić profil kandydata do pracy, jak rozpoznawać wymagania pracodawcy wobec kandydata,
1. zapoznanie z rodzajami CV,
2. zapoznanie z standardami tworzenia CV,
3. nabycie umiejętności prezentacji w CV własnych umiejętności, kwalifikacji i doświadczenia.

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

LUTY 2024

28 lutego

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
27.02.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

MARZEC 2024

8 marca

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
07.03.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

MARZEC 2024

13 marca

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
12.03.2024

ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.

Cel porady:

1. informacje z zakresu czym są kompetencje cyfrowe,
2. pozyskanie informacji o znaczeniu kompetencji cyfrowych w XXI wieku,
3. uzupełnienie kompetencji cyfrowych,
4. weryfikacja posiadanych kompetencji cyfrowych poprzez przeprowadzenie/walidację* ankiety oceny kompetencji cyfrowych, przygotowanej przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

MARZEC 2024

14 marca

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
13.03.2024

NOWA RZECZYWISTOŚĆ – WYZWANIA W NOWYM MIEJSCU PRACY

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób po raz kolejny zarejestrowanych w PUP Chojnice, które mają długą przerwę w zatrudnieniu.

Cel porady:

1. poznanie zasad dotyczące skutecznego poruszania się po rynku pracy,
2. zapoznanie się z zasadami obowiązującymi przy rozpoczynaniu pracy w nowym miejscu,
3. zapoznanie się ze sposobami na efektywne zdobywanie doświadczenia zawodowego w nowym środowisku pracy.

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

MARZEC 2024

19 marca

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
18.03.2024

GOTOWI NA ZMIANY – JAK BYĆ OPERATYWNYM NA RYNKU PRACY

(zmiana terminu z 21 na 26 marca, organizacja Targów Pracy)

Spotkanie skierowane do osób długotrwale bezrobotnych tj. pozostających w rejestrze PUP Chojnice przez nieprzerwany okres min. 12 miesięcy.

Cel porady:

1. zapoznanie z pojęciami: wartości, motywacja do zmiany, planowanie kariery, rynek pracy,
2. poznanie źródła swojej motywacji poprzez wykonanie ćwiczenia,
3. zapoznanie z metodami poszukiwania pracy,
4. zapoznanie ze standardami tworzenia CV,
5. poznanie zasad jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej,
6. poznanie cech idealnego pracownika,
7. wskazówki jak utrzymać pracę.

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

MARZEC 2024

26 marca

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
25.03.2024

BADANIE ZAINTERESOWAŃ ZAWODOWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych bez kwalifikacji zawodowych, ze szczególnym uwzględnieniem absolwentów szkół ogólnokształcących.

Cel porady:

1. zidentyfikowanie posiadanych zainteresowań zawodowych,
2. określenie swoich kompetencji, zainteresowań i predyspozycji - wykonanie badania Kwestionariuszem Zainteresowań Zawodowych.

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

MARZEC 2024

27 marca

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
26.03.2024

- dotyczy osób, w przypadku których zachodzi potrzeba uzupełnienia kompetencji cyfrowych z uwagi na uzyskanie wyniku poniżej dobrego w poprzednio wypełnionej ankiecie oceny kompetencji cyfrowych

MIEJSCE SPOTKANIA/PROWADZĄCY

SPOTKANIE STACJONARNE

Powiatowy Urząd Pracy w Chojnicach, ul. Lichnowska 5
sala nr 25 (piętro)

Monika Borzyszkowska – doradca zawodowy,
Agnieszka Mischka – doradca zawodowy,
Monika Pietrzak – doradca zawodowy,

Kontakt:

siedziba PUP Chojnice – parter prawa strona, pokój nr 8 - tel.: 52 39 50 736; m.borzyszkowska@pupchojnice.pl
siedziba PUP Chojnice - sala operacyjna (stanowisko 10) - tel.: 52 39 50 711; a.mischka@pupchojnice.pl
siedziba PUP Chojnice – sala operacyjna (stanowisko 1) - tel.: 52 39 50 704; 669-982-029; m.pietrzak@pupchojnice.pl

Terminy mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych od prowadzących.