



HARMONOGRAM PORAD GRUPOWYCH Z ZAKRESU PORADNICTWA ZAWODOWEGO – III KWARTAŁ 2024

TEMATYKA SPOTKANIA I CEL ZAJĘĆ	TERMINY	TERMIN PRZYJMOWANIA ZGŁOSZEŃ
<p>ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH</p> <p><i>Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.</i></p> <p>Cel porady:</p> <ol style="list-style-type: none">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, Pracy i Polityki Społecznej,5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego <p style="text-align: right;">Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska</p>	<p>LIPIEC 2024</p> <p>2 lipca godz. 09.00 – 11.00 <i>(spotkanie stacjonarne)</i></p>	<p>Do 01.07.2024</p>
<p>ERA KOMPETENCJI CYFROWYCH</p> <p><i>Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem grupy osób młodych tj. w wieku 18-29 lat.</i></p> <p>Cel porady:</p> <ol style="list-style-type: none">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, Pracy i Polityki Społecznej,5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego <p style="text-align: right;">Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak</p>	<p>LIPIEC 2024</p> <p>10 lipca godz. 09.00 – 11:00 <i>(spotkanie stacjonarne)</i></p>	<p>Do 09.07.2024</p>

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

LIPIEC 2024

11 lipca

godz. 09.00 – 11:00
(spotkanie stacjonarne)

Do
10.07.2024

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

LIPIEC 2024

16 lipca

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do
15.07.2024

EFEKTYWNA ROZMOWA KWALIFIKACYJNA

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób bez doświadczenia zawodowego.

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 Agnieszka Mischka

LIPIEC 2024

23 lipca

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
22.07.2024

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

LIPIEC 2024

25 lipca

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do
24.07.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

SIERPIEŃ 2024

1 sierpnia

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
31.07.2024

GOTOWI NA ZMIANY – JAK BYĆ OPERATYWNYM NA RYNKU 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 Monika Pietrzak

SIERPIEŃ 2024

6 sierpnia

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do
05.08.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

SIERPIEŃ 2024

7 sierpnia

godz. 09.00 – 11.00
(spotkanie stacjonarne)

Do
06.08.2024

SZTUKA KOMUNIKACJI NA WSPÓŁCZESNYM RYNKU PRACY

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, zainteresowanych podniesieniem swoich umiejętności z zakresu komunikacji interpersonalnej.

Cel porady:

1. zapoznanie z pojęciem autoprezentacji jako umiejętności przedstawienia swojej osoby w taki sposób, jakiego oczekują odbiorcy w danej sytuacji,
2. nabycie umiejętności skutecznej komunikacji oraz umiejętności „technicznych” tworzenia własnej prezentacji,
3. poinformowanie o warunkach i cechach dobrej autoprezentacji: tj.: wiarygodność, autentyczność i życzliwość względem otoczenia, pewność siebie, znajomość swoich mocnych stron, asertywność,
4. zapoznanie z zasadami prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych w warunkach spotkania „face to face” oraz on-line.

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

SIERPIEŃ 2024

20 sierpnia

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do
19.08.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

SIERPIEŃ 2024

21 sierpnia

godz. 09.00 – 11:00
(spotkanie stacjonarne)

Do
20.08.2024

BADANIE KOMPETENCJI ZAWODOWYCH

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych chcących określić swoje kompetencje i predyspozycje zawodowe.

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

SIERPIEŃ 2024

22 sierpnia

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do

21.08.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

WRZESIEŃ 2024

5 września

godz. 09.00 – 11:00
(spotkanie stacjonarne)

Do

04.09.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Agnieszka Mischka

WRZESIEŃ 2024

10 września

godz. 09:00 – 11:00
(spotkanie stacjonarne)

Do

09.09.2024

JAK PLANOWAĆ KARIERĘ W ŚWIECIE BANI

Spotkanie skierowane do osób bezrobotnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób posiadających dziecko do lat 6.

Cel porady:

1. zapoznanie z pojęciem BANI,
2. zapoznanie z zasadami efektywnego planowania oraz zarządzania czasem,
3. pobudzenie do refleksji nad własnym planem zawodowym,
4. podwyższenie poczucia własnej wartości.

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Pietrzak

WRZESIEŃ 2024

12 września

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do

11.09.2024

GOTOWI NA ZMIANY – JAK BYĆ OPERATYWNYM NA RYNKU 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

WRZESIEŃ 2024

18 września

godz. 09.00 – 10:30
(spotkanie stacjonarne)

Do

17.09.2024

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, Pracy i Polityki Społecznej,
5. uzyskanie informacji o umiejętnościach cyfrowych jako elemencie efektywnego funkcjonowania społecznego i zawodowego

Prowadząca: doradca zawodowy Monika Borzyszkowska

WRZESIEŃ 2024

19 września

godz. 09.00 – 11:00
(spotkanie stacjonarne)

Do

18.09.2024

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 Borzyszkowska

WRZESIEŃ 2024

24 września

godz. 09.00 – 10.30
(spotkanie stacjonarne)

Do

23.09.2024

- 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.