



# **POWIATOWY URZĄD PRACY W RADOMIU**

## **BANK PROGRAMÓW GRUPOWYCH PORAD ZAWODOWYCH I INFORMACJI GRUPOWEJ**

**2014r.**

# Bank Programów Porad Grupowych i Informacji Grupowych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu



## Grupowe poradnictwo zawodowe

1. „Aktywni na rynku pracy”
2. „Atrakcyjna na rynku pracy”

## Informacja Grupowa

1. Usługi i instrumenty rynku pracy” (nowelizacja ustawy)

## „AKTYWNI NA RYNKU PRACY”

### Cel porady grupowej

Uczestnicy warsztatów zdobędą umiejętności niezbędne do efektywnego poszukiwania i pozyskiwania zatrudnienia. Odkryją swoje preferencje zawodowej i skonfrontują je z tendencjami na rynku pracy. Poznają nowoczesne i skuteczne metody poszukiwania pracy. Dzięki praktycznym ćwiczeniom poznają jak efektywnie przygotować się do spotkania z pracodawcą, dowiedzą się m.in.: jakie są etapy rozmowy kwalifikacyjnej, jakie padają najczęściej pytania. Poznają także zasady autoprezentacji .

### Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 4 godziny zegarowe ( od 10.00 do 14.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221

### **Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej**

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu zainteresowane tematem porady grupowej .

### **Główne zagadnienia:**

1. Gdy szukasz pracy – kilka praktycznych wskazówek, strategie wytrwania w poszukiwana pracy
2. Czy znasz dobrze samego siebie – osiem kluczowych wartości
3. Metody poszukiwania pracy – budowanie sieci kontaktów bezpośrednich, poszukiwanie ogłoszeń, zawodowi pośrednicy pracy, targi i giełdy pracy, samodzielne zwracanie się do pracodawcy, własne ogłoszenia.
4. Zachowanie interpersonalne w poszukiwaniu pracy
5. Dokumenty aplikacyjne – jak skonstruować nowoczesne CV i list motywacyjny?
6. Rozmowa kwalifikacyjna – jak się do niej przygotować, jak odpowiadać na pytania pracodawców.
7. Sztuka skutecznej autoprezentacji, czyli mowa ciała w praktyce.

## **„ATRAKCYJNA NA RYNKU PRACY”**

**Cel:** Przygotowanie kobiet do wejścia lub powrotu na rynek pracy - wzbogacenie ich atrakcyjności poprzez wykreowanie własnego wizerunku, naukę zasad efektywnej autoprezentacji i asertywności, organizacji własnego czasu oraz redukcji poziomu stresu.

## **Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji**

Warsztaty jednodniowe, 4 godziny dydaktyczne ( od 10.00 do 13.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221

## **Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej**

Kobiety zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej.

## **Główne zagadnienia:**

1. Sytuacja kobiet na rynku pracy - oczekiwania pracodawców
2. Kreowanie własnego wizerunku – sztuka efektywnej autoprezentacji
3. Wzmocnienie poczucia własnej wartości - Asertywność
4. Jak wygrać walkę ze stresem i brakiem organizacji własnego czasu

# Informacja Grupowa

## **USŁUGI I INSTRUMENTY RYNKU PRACY (nowelizacja ustawy)**

### **Cel informacji grupowej**

1. Zdobyć wiedzę dotyczącą możliwości skorzystania z wybranych usług i instrumentów rynku pracy.
2. Wzrost świadomości osób na temat ogólnej misji realizowanej przez Powiatowy Urząd Pracy.

### **Czas trwania informacji grupowej i sposób organizacji**

Zajęcia jednodniowe, ok. 2 godzin zegarowych (od 10.00-12.00) odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221).

### **Wymagania wstępne dla uczestników grupowej informacji zawodowej**

Osoby (16 osób), które po raz pierwszy rejestrują się w Powiatowym Urzędzie Pracy.

### **Plan nauczania i treść grupowej informacji zawodowej**

1. Usługi rynku pracy.
2. Instrumenty rynku pracy wspierające podstawowe usługi rynku pracy.
3. Dodatkowe działania aktywizujące oferowane przez PUP.

## Harmonogram zajęć z poradnictwa grupowego i informacji grupowej

<b>Rok 2014</b>	<b>Poradnictwo Grupowe „AKTYWNI NA RYNKU PRACY”</b>
<b>Wrzesień</b>	<b>10,15,23</b>
<b>Październik</b>	<b>22,28,29</b>
<b>Listopad</b>	<b>5,18</b>
<b>Grudzień</b>	<b>3,10,16</b>

<b>Rok 2014</b>	<b>Poradnictwo Grupowe „ATRAKCYJNA NA RYNKU PRACY”</b>
<b>Listopad</b>	<b>13,19,25</b>

### Grupowa informacja:

<b>Rok 2014</b>	<b>Informacja grupowa „USŁUGI I INSTRUMENTY RYNKU PRACY”</b>
<b>Wrzesień</b>	<b>02,03,04,08,09,16,17,22,24</b>
<b>Październik</b>	<b>6,8,20,27</b>
<b>Listopad</b>	<b>4,12,17,24</b>
<b>Grudzień</b>	<b>1,8</b>

<b>Rok 2015</b>	<b>Poradnictwo Grupowe „AKTYWNI NA RYNKU PRACY</b>
<b>Styczeń</b>	<b>13, 20, 27</b>
<b>Luty</b>	<b>03,11, 17</b>
<b>Marzec</b>	<b>04, 11, 25</b>

<b>Rok 2015</b>	<b>Poradnictwo Grupowe „ATRAKCYJNA NA RYNKU PRACY”</b>
<b>Styczeń</b>	<b>14</b>
<b>Luty</b>	<b>25</b>
<b>Marzec</b>	<b>18</b>

<b>Rok 2015</b>	<b>Informacja grupowa „USŁUGI I INSTRUMENTY RYNKU PRACY”</b>
<b>Styczeń</b>	<b>12, 19, 26</b>
<b>Luty</b>	<b>02, 09, 16</b>
<b>Marzec</b>	<b>02, 17,23</b>

- *Podane terminy mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych*
- *Zapisy na porady grupowe prowadzą doradcy zawodowi - najpóźniej na tydzień przed rozpoczęciem zajęć.*
- *Zapisy na informacje grupowe prowadzą doradcy zawodowi i pośrednicy pracy - najpóźniej na tydzień przed rozpoczęciem zajęć.*