

**CIIPKZ w Przemysłu informuje o możliwości skorzystania z usług przez osoby bezrobotne, poszukujące pracy, absolwentów oraz młodzież powyżej 18 roku życia. Pomoc dotyczy zagadnień związanych przede wszystkim z umiejętnym i sprawnym poruszaniem się po rynku pracy oraz aktywnym poszukiwaniem odpowiedniego miejsca zatrudnienia**

**LIPIEC - SIERPIEŃ 2016**

**Planujesz własną karierę edukacyjno-zawodową?**

- Skorzystaj z testów określających predyspozycje zawodowe, opisów zawodów, informatorów o możliwościach kształcenia itp.

**Poszukujesz pracy?**

- Opracuj profesjonalne dokumenty aplikacyjne, przygotuj się do rozmowy z pracodawcą, zapoznaj się z aktualnymi ofertami pracy itp.

**Chcesz rozwinąć swoje umiejętności z zakresu komunikacji międzyludzkiej, asertywności, organizacji własnego czasu, pokonać stres ?**

- Określ swoje cechy osobowości, poziom samooceny, dowiedz się jak radzić sobie w sytuacjach trudnych, jak właściwie ustalać cele itp.

**Chcesz pracować na własny rachunek?**

- Zweryfikuj czy nadajesz się na przedsiębiorcę, dowiedz się jak założyć własną działalność gospodarczą itp.

**Poszukujesz informacji zawodowej?**

- Skorzystaj z: Sali informacji zawodowej wyposażonej w Internet oraz sprzęt audiowizualny, informatorów, programów, filmów i poradników instruktażowych itp.

**Bezpłatna pomoc i wsparcie, konsultacje i porady**

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu,  
ul. Kościuszki, II piętro pok. 204, 206 tel. 16/ 678 22 70.

**Wrzesień 2016**

**6 września 2016 „Metody i techniki kontroli stresu”**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy. W programie omówienie znaczenia stresu w codziennym życiu, określenie cech osobowości w kontekście reagowania w sytuacjach trudnych, psychotesty określające typ temperamentu. Ocena objawów nasilenia stresu, poznanie strategii radzenia sobie ze stresem.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **1 września 2016** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2 lub telefonicznie 16/ 678 22 70.

## **27 września 2016 „Wchodzę na rynek pracy”**

Grupowe zajęcia warsztatowe dla absolwentów poszukujących pracy. W programie ćwiczenia ukierunkowane na efektywne poruszanie się po rynku pracy m.in. metody aktywnego poszukiwania zatrudnienia, ocena osobistego potencjału zawodowego kontekście wymagań pracodawców, zasady profesjonalnej prezentacji własnej kandydatury w dokumentach aplikacyjnych i rozmowie kwalifikacyjnej.

Zapisy na zajęcia przyjmujemy do **22 września 2016** - osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2., lub telefonicznie 16/ 678 22 70.

### **Spotkania informacyjne dla wszystkich zainteresowanych, szczególnie osób młodych przygotowujących się do podejmowania decyzji zawodowych oraz wchodzących na rynek pracy:**

#### **„Kształcenie – Zawód – Kariera”**

Celem spotkania jest stymulowanie aktywności i samodzielności młodzieży w planowaniu własnych działań oraz kształtowanie umiejętności racjonalnego planowania przyszłości zawodowej.

#### **„Jak zaprzyjaźnić się z rynkiem pracy”**

Celem spotkania jest poznanie instytucji udzielających wsparcia na rynku pracy, nabycie praktycznej wiedzy na temat ich działalności oraz form pomocowych, które oferują.

**Spotkania odbywają się w terminach wcześniej ustalonych osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Przemysłu, ul. Kościuszki 2, II piętro pok. 204, lub telefonicznie 16/ 678 22 70.**