

## Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

### Zajęcia w siedzibie Oddziału Zamiejscowego WUP w Krośnie

ul. Lewakowskiego 27b, 38-400 Krosno

tel. 13 43 649 17, 13 43 634 26 ; [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl)

Skype: [ciipkz-krosno@wuprzeszow.onmicrosoft.com](skype:ciipkz-krosno@wuprzeszow.onmicrosoft.com)

## Zajęcia grupowe organizowane w I kwartale 2017 roku

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, w siedzibie Oddziału Zamiejscowego w Krośnie realizuje warsztaty związane z rozwojem osobistym, umiejętnym poruszaniem się na rynku pracy oraz aktywnymi formami poszukiwania zatrudnienia. Uczestnikami zajęć mogą być osoby bezrobotne, poszukujące pracy, uczniowie szkół ponadgimnazjalnych i studenci. Wszystkie usługi Centrum realizowane są bezpłatnie.

Zapraszamy do korzystania z naszych usług i uczestnictwa w zajęciach! ☺

### Styczeń

#### 10 stycznia **Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych (KZZ)**

Diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 9 stycznia** pod nr tel. 13 4364917,  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

#### 17 stycznia **Wchodzę na rynek pracy**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów. Zajęcia przybliżające prawa i obowiązki osób bezrobotnych oraz informujące o formach wsparcia oferowanych przez powiatowe urzędy pracy i inne instytucje wspierające. Porada grupowa dotyczy również zasad sporządzania dokumentów aplikacyjnych i aktywnych form poszukiwania pracy.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 16 stycznia** pod nr tel. 13 4364917,  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

## **Luty**

### 14 lutego **Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia, rozwijanie umiejętności poznawania siebie, zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 13 lutego** pod nr tel. 13 4364917,  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

### 21 lutego **Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych (KZZ)**

Diagnoza zainteresowań zawodowych przy pomocy wystandaryzowanego narzędzia badawczego, przydatna przed podejmowaniem wszelkich decyzji związanych z wyborem ścieżki edukacyjnej i zawodowej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 20 lutego** pod nr tel. 13 4364917  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

### 28 lutego **Rozumieć i być rozumianym**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych, poszukujących pracy, absolwentów szkół oraz osób młodych poszukujących pracy po raz pierwszy - metody komunikacji międzyludzkiej, pomagające w prowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 27 lutego** pod nr tel. 13 4364917  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*



## Marzec

### 14 marca **Autoprezentacja podczas rozmowy kwalifikacyjnej**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Program dotyczy właściwego przygotowania się do procesu rekrutacyjnego, roli autoprezentacji i umiejętności właściwego przedstawienia własnego wykształcenia, kompetencji oraz doświadczeń.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 13 marca** pod nr tel. 13 4364917,  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

21 marca

### **Rola zainteresowań, predyspozycji i umiejętności w wyborze zawodu**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Celem zajęć jest m. in. uświadomienie znaczenia wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia, rozwijanie umiejętności poznawania siebie, zrozumienie motywów swoich wyborów edukacyjnych i zawodowych.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 20 marca** pod nr tel. 13 4364917,  
osobiście w siedzibie Centrum przy ulicy Lewakowskiego 27b w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*

### 28 marca **Dokumenty aplikacyjne – krok po kroku**

Porada grupowa dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy, uczniów szkół średnich powyżej 18 roku życia, studentów.

Program zajęć podkreśla rolę właściwego przygotowania dokumentów aplikacyjnych w zdobywaniu zatrudnienia, przygotowuje do właściwego redagowania życiorysu i listy motywacyjnej w zakresie treści i szaty graficznej.

*Zainteresowanych prosimy o kontakt **do dnia 27 marca** pod nr tel. 13 43 649 17,  
osobiście w siedzibie Centrum przy Lewakowskiego 27b w Krośnie  
lub pod adresem [ciz-krosno@wup-rzeszow.pl](mailto:ciz-krosno@wup-rzeszow.pl).*