Wojewódzki Urząd Pracy a postanowienia noworoczne

WUP Poznań Data publikacji: 22.12.2017

Jeżeli wśród postanowień noworocznych znajdzie się chęć lepszego poruszania się po rynku pracy, Wojewódzki Urząd Pracy w Poznaniu zaprasza w styczniu na bezpłatne warsztaty szkoleniowo-edukacyjne, organizowane w Centrach Informacji i Planowania Kariery Zawodowej. Skierowane są one dla osób pełnoletnich, poszukujących pracy.

„Jak zarządzać stresem w życiu prywatnym i zawodowym" – tu tytuł dwudniowych warsztatów, jakie odbędą się 24 i 25 stycznia 2018 r. w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Poznaniu przy ul. Szyperskiej 14. Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzą się, czym jest stres, co go powoduje, a także poznają własny styl reagowania w sytuacji stresowej. Stresu nie da się uniknąć, ale można nauczyć się sposobów zarządzania nim. Zapisy na zajęcia pod nr tel. 61 846 38 52 (54).

W Powiatowym Urzędzie Pracy w Pleszewie (ul. Wyspiańskiego 6) 10. a następnie 17 stycznia odbędą się otwarte zajęcia warsztatowe pt. „Zasady skutecznej autoprezentacji – przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej". Z każdym z uczestników przeprowadzona zostanie symulacja rozmowy z pracodawcą. Zwieńczeniem zajęć będzie omówienie popełnionych błędów oraz wskazanie sposobów ich uniknięcia. Zainteresowani proszeni są o kontakt z doradcami zawodowymi pod nr tel. 62 76 66 046 lub 62 742 26 78.

W kaliskim oddziale zamiejscowym WUP (ul. Serbinowska 5) 11 stycznia odbędą się warsztaty „Mój pierwszy pracodawca". Uczestnicy przygotują się do rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą, usystematyzują informacje, jak i gdzie szukać pracy, ponadto zapoznają się z wybranymi przepisami Kodeksu pracy. Chętni proszeni są o wcześniejszy kontakt telefoniczny (62 76 66 046) bądź osobisty w urzędzie.

W Koninie w styczniu odbędą się trzy zajęcia warsztatowe. 11 stycznia – „Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej", 18 stycznia – „Metody i techniki poszukiwania pracy" oraz 25 stycznia – „Jak napisać CV?". Wszystkie odbędą się oddziale zamiejscowym WUP przy ul. Zakładowej 4. Zapisy pod nr tel. 63 249 12 56.

„Trening budowania poczucia własnej wartości" to tytuł warsztatów, jakie odbędą się w oddziale zamiejscowym w Lesznie (ul. Śniadeckich 5) 24 stycznia. Uczestnicy dokonają diagnozy poczucia własnej wartości, wskazane zostaną źródła jej kształtowania oraz metody pracy nad sobą służące wzmacnianiu samooceny – wyznaczanie celów, sposób myślenia, odkrywanie swoich mocnych i słabych stron.

W Lesznie odbędą się też kolejne dwa zajęcia: 29 stycznia pt. „Wizytówka zawodowa – dokumenty aplikacyjne" oraz dwudniowe 30 i 31 stycznia – „Techniki kreatywnego myślenia". Podczas pierwszych uczestnicy dowiedzą się, jak napisać CV i list motywacyjny, aby zachęcały pracodawcę do zaproszenia kandydata na rozmowę. Drugie przeznaczone są dla osób, które pragną otworzyć się na nowe rzeczy, są gotowe dokonać zmian w swoim sposobie myślenia, pragną szukać nowych rozwiązań. Trening pomaga w pozbyciu się stereotypów, zarówno w ocenie aktualnej sytuacji, własnych możliwości, jak i w nastawieniu do otaczającego świata. Na zajęcia w Lesznie można zapisać się, telefonując pod numery 65 529 90 81 lub 65 529 57 66.

11 stycznia w oddziale zamiejscowym WUP Pile (al. Niepodległości 24) zaplanowano warsztaty dla osób zainteresowanych rozpoczęciem pracy na własny rachunek. Otrzymają one podstawowe informacje na temat zasad i uwarunkowań otwarcia własnej firmy. Omówione zostaną zalety i wady posiadania własnego biznesu, poszukiwanie pomysłu na biznes, strategia działania, role i funkcje biznes planu, zasady rejestracji firmy.

17 i 18 stycznia odbędą się zajęcia pt. „Samobadanie kompetencji zawodowych". 25 stycznia natomiast warsztaty „Pokonać stres – zdobyć pracę", które zaprojektowane zostały dla osób wymagających wsparcia w radzeniu sobie w sytuacjach stresujących, szczególnie długotrwale bezrobotnych, doświadczających stresu bezrobocia. Telefoniczne zapisy na wszystkie zajęcia odbywające się w Pile pod nr 67 212 30 84.

Więcej informacji na temat warsztatów, także tych, które odbędą się w lutym i marcu, znaleźć można na stronie internetowej wuppoznan.praca.gov.pl w zakładce Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej.