



Wykaz porad grupowych prowadzonych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Przemysłu – I kwartał 2025 r.



Lp.	Nazwa	Zakres	Termin realizacji	Charakterystyka uczestników
1.	Autoprezentacja w aktywnym poszukiwaniu pracy	<ul style="list-style-type: none">- znaczenie autoprezentacji w aktywnym poszukiwaniu pracy- sztuka mówienia- komunikacja pozawerbalna- savoir vivre	22.01.2025 r.	Osoby zainteresowane tematem Porada w formie ON-LINE Zapisy u doradcy zawodowego: jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl 16 676 00 85 786 813 758
2.	Kompetencje cyfrowe w poszukiwaniu pracy	<ul style="list-style-type: none">- umiejętność korzystania z informacji i danych- komunikacja i współpraca- tworzenie treści cyfrowych- bezpieczeństwo- rozwiązywanie problemów- umiejętność oceny własnych kompetencji cyfrowych i gotowość do ich uzupełniania	29.01.2025 r.	jak wyżej
3.	Techniki opanowywania stresu w rozmowie z pracodawcą	<ul style="list-style-type: none">- typy i definicje stresu- techniki opanowywania stresu- rozmowa z pracodawcą	05.02.2025 r.	jak wyżej
4.	Trening asertywności	<ul style="list-style-type: none">- umiejętność wyrażania potrzeb i emocji- umiejętność mówienia o swoich wymaganiach i oczekiwaniach- sposoby radzenia sobie z krytyką, manipulacją i opiniami innych- wzmacnianie pozytywnej samooceny- budowanie pozytywnych relacji z innymi ludźmi	12.02.2025 r.	jak wyżej
5.	Do pracy – za granicę	<ul style="list-style-type: none">- jak szukać pracy za granicą- co trzeba zrobić przed wyjazdem- zasiłek transferowy- handel ludźmi i zagrożenia	19.02.2025 r.	jak wyżej

6.	Zmiany w Kodeksie pracy Praca zdalna	<ul style="list-style-type: none"> - nowelizacja przepisów prawa pracy w związku z dyrektywą Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) z dnia 20 czerwca 2019 r. w sprawie przejrzystych i przewidywalnych warunków pracy w Unii Europejskiej - przepisy dotyczące pracy zdalnej 	26.02.2025 r.	Osoby zainteresowane tematem Porada w formie ON-LINE Zapisy u doradcy zawodowego: jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl 16 676 00 85 786 813 758
7.	Metody aktywnego poszukiwania pracy	<ul style="list-style-type: none"> - pasywne i aktywne poszukiwanie zatrudnienia - analiza metod poszukiwania pracy - bariery wewnętrzne i zewnętrzne 	05.03.2025 r.	jak wyżej
8.	Sporządzanie dokumentów aplikacyjnych	<ul style="list-style-type: none"> - życiorys zawodowy - list motywacyjny - konto w serwisie LinkedIn, GoldenLine 	12.03.2025 r.	jak wyżej
9.	Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej	<ul style="list-style-type: none"> - wiedza o sobie - rekrutacja, selekcja kandydatów - analiza najczęściej zadawanych pytań - pytania behawioralne - niedozwolone pytania rekrutacyjne - rozmowa telefoniczna - przebieg rozmowy z pracodawcą 	19.03.2025 r.	jak wyżej
10.	Podstawy zakładania jednoosobowej działalności gospodarczej	<ul style="list-style-type: none"> - predyspozycje do samozatrudnienia - uzyskiwanie wsparcia finansowego - rejestracja firmy 	26.03.2025 r.	jak wyżej

Stanowiska odpowiedzialne za organizację grupy: doradca klienta, doradca zawodowy
Przemysł, dnia 30.11.2024 r.

Sporządził:

Zatwierdził: