|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Nazwa | Zakres | Termin realizacji | Charakterystyka uczestników |
|  | **Analiza potencjału zawodowego**  | - poznanie siebie- jak mówić o sobie, żeby zainteresować rekrutera- bilans mocnych i słabych stron  | **02.04.2025 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** |
|  | **Trening motywacyjny** | - umiejętność wyrażania potrzeb i emocji- umiejętność mówienia o swoich wymaganiachi oczekiwaniach- sposoby radzenia sobie z krytyką, manipulacjąi opiniami innych- wzmacnianie pozytywnej samooceny- budowanie pozytywnych relacji z innymi ludźmi | 09.04.2025 r. | jak wyżej |
|  | **Do pracy – za granicę**  | - jak szukać pracy za granicą- co trzeba zrobić przed wyjazdem- zasiłek transferowy- handel ludźmi i zagrożenia | **30.04.2025 r** | jak wyżej |
|  | **Budowanie poczucia wartości** | - czym jest poczucie własnej wartości- samoakceptacja- kompleksy- wpływ samooceny na relacje z innymi ludźmi- zwiększenie pewności siebie- trwałe budowanie poczucia własnej wartości | **07.05.2025 r.**  | jak wyżej |
|  | **Kompetencje cyfrowe w poszukiwaniu pracy** | - umiejętność korzystania z informacji i danych- komunikacja i współpraca- tworzenie treści cyfrowych- bezpieczeństwo- rozwiązywanie problemów- umiejętność oceny własnych kompetencji cyfrowych  i gotowość do ich uzupełniana | **21.05.2025 r.**  | jak wyżej |
|  | **Podstawy zakładania**  **jednoosobowej działalności gospodarczej** | - predyspozycje do samozatrudnienia- uzyskiwanie wsparcia finansowego- rejestracja firmy | **28.05.2025 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**  |
|  | **Techniki opanowywania stresu w rozmowie z pracodawcą** | - typy i definicje stresu- techniki opanowywania stresu- rozmowa z pracodawcą | **04.06.2025 r.** | jak wyżej |
|  | **Sporządzanie dokumentów aplikacyjnych** | - życiorys zawodowy- list motywacyjny- konto w serwisie Linkedin  | **11.06.2025 r.**  | jak wyżej |
|  | **Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej** | - wiedza o sobie- rekrutacja, selekcja kandydatów- analiza najczęściej zadawanych pytań - pytania behawioralne- niedozwolone pytania rekrutacyjne- rozmowa telefoniczna-przebieg rozmowy z pracodawcą | **18.06.2025 r.** | jak wyżej |

Stanowiska odpowiedzialne za organizację grupy: doradca klienta, doradca zawodowy

Przemyśl, dnia 28.02.2025 r.

**Sporządził: Zatwierdził:**