|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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**](mailto:jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl)  [**mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl**](mailto:mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl)  **16 676 00 85**  **786 813 758** |
|  | **Trening motywacyjny** | - 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 | 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**](mailto:jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl)  [**mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl**](mailto: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:**