|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | Nazwa | Zakres | Termin realizacji | Charakterystyka uczestników |
|  1. | **Budowanie poczucia** **własnej wartości** | - czym jest poczucie własnej wartości- samoakceptacja- kompleksy- wpływ samooceny na relacje z innymi ludźmi- zwiększenie pewności siebie- trwałe budowanie poczucia własnej wartości | 19.04.2023 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. | **Autoprezentacja w aktywnym poszukiwaniu pracy** | - znaczenie autoprezentacji w aktywnym poszukiwaniu pracy-sztuka mówienia-komunikacja pozawerbalna-savoir vivre | **26.04.2023r.** |   jak wyżej |
|  3. | **Sporządzanie dokumentów aplikacyjnych** | - życiorys zawodowy- list motywacyjny- konto w serwisie Linkedin, GoldenLine | **10.05.2023 r.** | jak wyżej |
|  4. | **Do pracy – za granicę** | - jak szukać pracy za granicą- co trzeba zrobić przed wyjazdem- zasiłek transferowy- handel ludźmi i zagrożenia | **17.05.2023 r.** | jak wyżej |
|  5. | **Trening motywacyjny** | - czym jest i po co nam motywacja- sposób postrzegania trudności- czynniki hamujące i zwiększające motywację- wyznaczanie celów i ich realizacja | **24.05.2023 r.** | jak wyżej |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 7. | Techniki opanowywania stresu w rozmowie z pracodawcą | - typy i definicje stresu- techniki opanowywania stresu- rozmowa z pracodawcą | 14.06.2023 r  | Osoby zainteresowane tematemPorada w formie ON-LINEZapisy u doradcy zawodowego:jlorenowicz@przemysl.praca.gov.plmstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl16 676 00 85786 813 758 |
| **8.** | **Podstawy zakładania jednoosobowej działalności gospodarczej** | - predyspozycje do samozatrudnienia- uzyskiwanie wsparcia finansowego- rejestracja firmy | **21.06.2023r.** | jak wyżej |

 Stanowiska odpowiedzialne za organizację grupy: doradca klienta, doradca zawodowy

Przemyśl, dnia 28.02.2023 r.